

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

**UNIDAD DIDÁCTICA EN EDUCACIÓN
FÍSICA PARA ALUMNOS DE 3º DE ESO EN
DEPORTES ACROBÁTICOS: ACROSPORT.**

Presentado por:

ALBERT FLO MESA

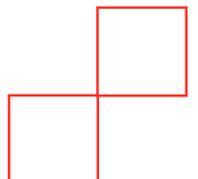
Dirigido por:

VICENTE VAÑÓ VICENT

CURSO ACADÉMICO 2022- 23

AGRADECIMIENTOS

Quiero expresar mi sincero agradecimiento a mi tutor de TFM, Vicente Vañó Vicent, por su tiempo dedicado, paciencia y soporte continuo durante todo el proceso. También deseo agradecer al profesorado del Máster por su dedicación e inspiración. Por último, estoy profundamente agradecido a mi familia y amigos por su ayuda emocional y apoyo constante.



ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN.....	5
1.1.-Introducción-Justificación del tema objeto de estudio del TFM.....	4
II. MARCO TEÓRICO.....	4
2.1. La Actividad Física en los adolescentes.....	7
2.2. La Educación Física en España.....	8
2.3. Deportes acrobáticos.....	9
2.4. Acrosport.....	10
2.4.1. Tipos de presas de manos.....	11
2.4.2. Posiciones básicas del portor.....	12
2.4.3. Las ayudas en el Acrosport.....	14
2.4.4. Fases de construcción.....	15
2.4.5. Vestuario de los participantes.....	16
2.5. Métodos de enseñanza – aprendizaje en Educación Física.....	17
2.5.1. Gamificación.....	17
2.6. Aprendizaje transversal a través del Acrosport.....	19
III. OBJETIVOS.....	22
3.1.- Objetivos Generales.....	23
3.2.- Objetivos Específicos.....	24
IV. METODOLOGÍA.....	27
V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.....	31

5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia	30
5.2.- Contextualización del centro educativo	33
5.3.- Presentación de la programación didáctica/ módulo de trabajo del centro donde se han realizado las prácticas	35
5.3.1. Secuencia de los saberes y temporalización por trimestres	35
5.3.2. Competencias y evaluación	36
5.3.3. Metodología utilizada	37
5.3.4. Actividades	37
5.3.5. Utilización de las TIC	38
5.3.6. Atención a la diversidad	39
5.3.7. Actividades complementarias	40
5.3.8. Participación en proyectos (ABP, APS) y programas interdisciplinares	41
5.4.- Análisis crítico de la programación presentada y propuestas de innovación y mejora.	41
VI. PROPUESTA DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA.....	49
VII. CONCLUSIONES.....	67
VIII LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA	70
IX REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	72
X ANEXOS	77
Anexo 1. Lista de control del día a día y de hábitos de higiene (10%)	78
Anexo 2. Escala de valoración de la creación de la coreografía (10%).....	78

Anexo 3. Rúbrica para la coreografía grupal (30%).....	79
Anexo 4. Cuestionario sobre conceptos básicos (20%).....	79
Anexo 5. Plantillas de figuras de Acrosport (Nivel Verde).....	79
Anexo 6. Plantillas de figuras de Acrosport (Nivel Amarillo)	80
Anexo 7. Plantillas de figuras de Acrosport (Nivel Rojo).....	80
Anexo 8. Programación en la etapa de la ESO (2022-2023).....	81
Anexo 9. Avatares de los alumnos	82
Anexo 10. Equipos de la gamificación (Reinos)	83
Anexo 11. Narrativa de la gamificación	83
Anexo 12. Misión y tareas de la gamificación.	84
Anexo 13. Elementos de juego (Gamificación).....	84
Anexos 14. Niveles de progresión	85
.....	85
Anexo 15. Insignias por consecución de nivel y por clasificación del cuestionario	85

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Cuadro resumen de los diferentes tipos de presas de manos..... 12

Figura 2. Posición bípeda del portor 13

Figura 3. Posición de rodillas del portor 13

Figura 4. Posición tumbada supina del portor 14

RESUMEN

El Trabajo Final de Máster tiene como objetivo la elaboración de una propuesta de Unidad Didáctica para alumnos de tercero de educación secundaria sobre el deporte acrobático, concretamente el Acrosport, utilizando la Gamificación, una metodología basada en un proceso de transformación educativa a través del cual las experiencias de aprendizaje son vividas como un juego, en el que su objetivo principal es aumentar la motivación de los estudiantes para la práctica de Educación Física mediante el uso de elementos de juegos en contextos que no son de juego, y consecuentemente mejorar su aprendizaje. Para el desarrollo de esta Unidad Didáctica, utilizamos estilos de enseñanza basados en la reproducción de modelos, destacando la Enseñanza Recíproca y la Enseñanza basada en la tarea, organizando la clase por parejas, grupos reducidos o grupos de trabajo de cara la situación de aprendizaje final. A lo largo de la programación, se realizan evaluaciones en diferentes sesiones para ver la evolución del alumnado y finalmente, en la exhibición de la coreografía grupal (Tarea Final Culminativa), se realiza una heteroevaluación, una coevaluación entre los grupos y una autoevaluación.

Palabras Clave: Educación Física; Acrosport; Unidad Didáctica; Gamificación

ABSTRACT

The objective of the Master's Final Project is the development of a Learning Situation proposal for third year secondary school students on acrobatic sport, specifically Acrosport, using Gamification, a methodology based on a process of educational transformation through which learning experiences are lived as a game, in which its main objective is to increase the motivation of students to practice Physical Education through the use of game elements in non-game contexts, and consequently improve their learning. For the development of this Learning Situation, we use teaching styles based on the reproduction of models, highlighting Reciprocal Teaching and Task-based Teaching, organising the class in pairs, small groups or working groups towards the final learning situation. Throughout the programme, evaluations are carried out in different sessions to see the evolution of the students and finally, in the exhibition of the group choreography (Culminative Final Task), a hetero-evaluation, a co-evaluation between the groups and a self-evaluation are carried out.

Keywords: Physical Education; Acrosport; Didactic Unit; Gamification.

I. INTRODUCCIÓN

1. INTRODUCCIÓN

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

El presente Trabajo Final de Máster consiste en elaborar una propuesta de Unidad Didáctica de deporte acrobático, concretamente Acrosport, dirigida a los alumnos de 3º de la ESO. Esta Unidad Didáctica se encontraría dentro del bloque de *Actividades motrices lúdicas, culturales y expresivas*, el cual incorpora los saberes relacionados con el aprovechamiento del componente lúdico, cultural y de expresión y comunicación de la actividad motriz desde una perspectiva integradora. Este bloque ha sido el menos trabajado en el centro en el que he desarrollado las prácticas y de ahí la elección.

Para desarrollar esta propuesta debemos tener en cuenta el actual momento en el que nos encontramos, con formas de vida que son radicalmente distintas a las de hace algunas décadas. Un aspecto indiscutible es que este cambio se ha producido gracias al amplio uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), que se han infiltrado en casi todos los aspectos de nuestra existencia, incluyendo el ámbito de la educación (Islas-Torres, 2017).

En relación con eso, en la actual legislación, concretamente la “Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación modificada por Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación”, se establece que el sistema educativo debe hacer frente a esta realidad social e incorporar un enfoque actualizado y amplio de la competencia digital, en línea con los sugerencias europeas que destacan las competencias clave para el aprendizaje continuo.

Así pues, se evidencia la consideración y obligación de implementar nuevas metodologías, estrategias y recursos educativos que puedan abordar eficazmente la diversidad de los alumnos y las exigencias del siglo XXI.

Por consiguiente, autores como Lazzari (2014) afirma que dentro de la comunidad educativa se han implementado las metodologías activas con el objetivo de captar la atención y mantener el enfoque de los estudiantes, fomentando el trabajo en equipo y las habilidades de colaboración como es el caso de la gamificación, una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018).

De este modo, la finalidad de la incorporación del enfoque gamificado al proceso de enseñanza y aprendizaje en la ESO es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante. Para ello, es necesario crear acciones gamificadas que despierten el deseo de participar e interactuar en la construcción de su propio aprendizaje (Oliva, 2016).

Para terminar, aclarar que mediante la implementación de la gamificación, también es factible fomentar el desarrollo de la Competencia Digital, que constituye una de las habilidades esenciales que los estudiantes deben adquirir durante la educación obligatoria.

II. MARCO TEÓRICO

2. MARCO TEÓRICO

2.1. La Actividad Física en los adolescentes

La actividad física es fundamental para mantener la salud y prevenir enfermedades, ya que su práctica regular prolonga la esperanza de vida por medio de la obtención de todos sus beneficios tanto fisiológicos, psicológicos y sociales, aunque la prevalencia del sedentarismo sigue presente y en aumento (Perea-Caballero et al., 2020).

Este concepto se define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía como el simple hecho de desplazarnos de un lugar a otro (Perea-Caballero et al., 2020). Para Escalante (2011), la actividad física es cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que produzca un gasto energético mayor al existente en reposo. Otra definición de este término es todo movimiento intencionado realizado por los músculos esqueléticos, resultado de un gasto de energía y de una experiencia personal que permite interactuar con los otros y el ambiente que nos rodea (Vidarte-Claros et al., 2011).

Se recomienda que los adolescentes realicen al menos una media de 60 minutos de actividad física diaria principalmente aeróbica de intensidad moderada a vigorosa a lo largo de la semana y deberían incorporar actividades aeróbicas de intensidad vigorosa y actividades que refuercen músculos y huesos al menos tres días a la semana (Organización Mundial de la Salud, 2020).

La Organización Mundial de la Salud (2020) sugiere que tanto los niños como los adolescentes, deben limitar el tiempo que dedican a actividades sedentarias, especialmente el tiempo de ocio que pasan delante de una pantalla.

2.2. La Educación Física en España

Según Coll-Salvador (2007), la educación es un campo de conocimiento y de actividad profesional especialmente proclive a la aparición y difusión de conceptos y enfoques presentados a menudo como novedosos y portadores de soluciones a todos los problemas y carencias existentes, que pueden llegar a alcanzar un grado considerable de aceptación en periodos de tiempo relativamente breves. Además, la educación debe contemplar el derecho de todo el alumnado a participar activamente en un currículum compartido con el grupo, independientemente de sus características, dificultades o ritmos de aprendizaje, donde la diversidad constituya un valor educativo y social añadido que cohesione al grupo y ofrezca mejores posibilidades de aprendizaje (Fernández-Cabrera et al., 2009).

La Educación Física y el deporte han sido y siguen siendo considerados de gran potencial para el desarrollo de valores sociales y personales, aumentando de esta forma su importancia como elemento pedagógico y formativo (Ruiz-Llamas & Cabrera-Suárez, 2004). Actualmente, la asignatura de Educación Física en España se ve reflejada en el currículum que establece el Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, en el cual se diferencian 6 bloques de saberes básicos; Vida activa y saludable, Organización y gestión de la actividad física, Resolución de problemas en situaciones motrices, Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices, Manifestaciones de la cultura motriz e Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

La asignatura de Educación Física debe promover los valores que el deporte debe y puede desarrollar, a través de sus contenidos y actividades, para potenciar el crecimiento del alumno tanto física como personalmente y, de esta forma, contribuir a la mejora de la persona teniendo en cuenta que en las clases, el alumnado debe aprender a competir, resolver problemas, dialogar, superarse, ganar y perder, sin menospreciar a los que lo hacen y sobretodo, disfrutar de la práctica como elemento formador, integrador y emancipador (Ruiz-Llamas & Cabrera-Suárez, 2004).

2.3. Deportes acrobáticos

Según Muñoz-Rojas (2018), cuando se habla de acrobacia, se refiere a elementos o esquemas de movimientos que se realizan o ejecutan a través de fases aéreas, con rotaciones en los distintos ejes del cuerpo, con apoyo/repulsión o no de las manos, y además, mostrando determinadas posturas corporales.

En relación a la Educación Física, el deporte acrobático requiere de las capacidades tanto físicas, coordinativas y psicológicas (Muñoz-Rojas, 2018).

- Capacidades físicas: Fuerza máxima, Fuerza resistencia, Fuerza explosiva, Fuerza explosivo-elástico-reactiva y Flexibilidad.

- Capacidades coordinativas: Orientación, Orientación espacio-temporal, Combinación y acoplamiento, Equilibrio y Propiocepción.

- Capacidades psicológicas: Voluntad, Motivación, Autoconfianza y Atención y concentración.

2.4. Acrosport

Para Vernetta-Santana et al., (1996), el Acrosport se trata de una disciplina incluida junto con el resto de deportes acrobáticos en la Federación Internacional de Deportes Acrobáticos, fundada en 1973, y a partir de 1999, este deporte se incorporó a la Federación Internacional de Gimnasia.

Esta disciplina se define como un deporte acrobático realizado con compañero o en grupo, mediante la combinación de pirámides humanas, saltos acrobáticos y elementos coreográficos, donde el cuerpo realiza varias funciones claramente determinadas y en los que hay dos roles bien definidos; portor (se sitúa en la parte inferior) y ágil (se sitúa en la parte superior y acostumbra a ser más pequeño y ligero que el portor) (Vernetta-Santana et al., 1996).

El Acrosport es considerado como un contenido con gran potencial educativo debido a sus características. Además de la mejora en habilidades motrices como los agarres, los apoyos, el control postural o los equilibrios, se fomenta la competencia cognitiva, ya que los alumnos deben tomar decisiones, analizar posiciones y buscar soluciones. También, promueve el desarrollo de competencias interpersonales e intrapersonales, ya que se trata de una actividad cooperativa, participativa e integradora en la que los participantes tienen que trabajar juntos para lograr un objetivo común y asumir distintos roles y responsabilidades (Hellín et al., 2004; López-Pintor, 2010; Reguera & Gutiérrez-Sánchez, 2015; Vernetta-Santana et al., 1996).

Estudios centrados en el desarrollo del trabajo cooperativo en la enseñanza de actividades gimnásticas encontraron mejoras en el autoconcepto del estudiante y en sus competencias afectivo-sociales y cognitivas (Ávalos-Ramos et al., 2019; Reguera &

Gutiérrez-Sánchez, 2015). Por lo tanto, esta disciplina puede ser una herramienta útil para mejorar el aprendizaje y el desarrollo personal y social de los alumnos de la ESO.

2.4.1. Tipos de presas de manos

Las presas de manos son de gran importancia dentro de los aspectos técnicos de esta disciplina, ya que nos permiten realizar la construcción de pirámides o estructuras humanas, desde el principio hasta el final, adoptando múltiples formas que facilitan su elaboración y les otorgan seguridad (Vernetta-Santana et al., 1996). Por lo tanto, es necesario reconocer las presas más comunes y apropiadas en función de la figura o pirámide que se va a realizar.

Siguiendo la clasificación de Fodero y Furblur (1989) y Vernetta-Santana et al. (1996), en la cual tienen en cuenta la posición de la mano y su contacto con la otra parte del cuerpo del compañero en relación a la situación y postura a adoptar, destacan las siguientes, tal y como se puede ver en la Figura 1:

Presa mano a mano: Las manos se juntan en una posición estrechada como de saludo. Este agarre puede ser simple, cruzado doble, cruzado doble mixto o doble mano a mano. Se utilizan para empujar al compañero en el proceso de unión o de formación de una pirámide o figura.

Presa de pinza: Puede ser simple o doble. Su uso para sostener la figura o estructura y en ocasiones, para lanzar o empujar a un compañero.

Presa mano-muñeca: También hay dos tipos: simple y doble. Tiene la misma función que la anterior presa.

Presa brazo-brazo: Se utiliza para sujetar una posición invertida. El portor sujeta al que se sitúa encima en la unión del deltoides y bíceps, y el ágil, sujeta el brazo del portor.

Plataforma: Se realiza por dos personas, una frente a otra: mientras una sujeta su propia muñeca izquierda con la mano derecha, se adelanta para agarrar la muñeca derecha del otro con la mano izquierda. Se usa para trepar y sujetar pirámides y para lanzar en acrobacia a los ágiles.

Presa mano-pie: El portor sostiene al ágil, que se encuentra encima de la cúpula en una posición de equilibrio estático.

Figura 1

Cuadro resumen de los diferentes tipos de presas de manos

Mano a mano	Pinza	Mano-muñeca
		
Plataforma	Brazo-brazo	Mano-pie
		

Nota. Adaptado de *Tipos de presas de manos* [Fotografía], por Forcafull, 2016,

(<https://www.aulaprimaria.es/acrosport/>). CC BY-NC-SA 4.0

2.4.2. Posiciones básicas del portor

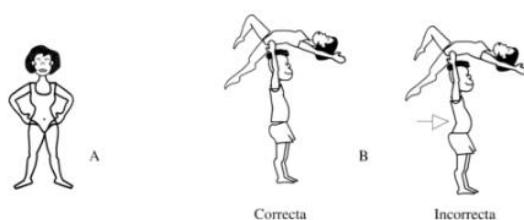
Según Vernetta-Santana et al. (1996), existen tres posiciones básicas del portor:

- Posición bípeda: Como podemos ver en la Figura 2, el portor debe aumentar su base de sustentación abriendo los apoyos del suelo, bajando el centro de

gravedad y reduciendo al máximo sus brazos de palanca. A continuación, extiende sus piernas manteniendo la espalda recta para prevenir una tensión innecesaria en la columna.

Figura 2

Posición bípeda del portor



Nota. Adoptado de *El Acrosport en la Escuela* (p.53), por Vernetta-Santana et al., (1996), INDE.

- Posición de rodillas (cuadrupedia): En la Figura 3 vemos que los brazos y los muslos deben estar extendidos y alineados perpendicularmente, la espalda deben permanecer recta y los dedos de las manos tienen que estar abiertos mirando hacia adelante.

Figura 3

Posición de rodillas del portor

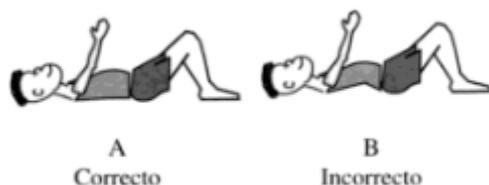


Nota. Adoptado de *El Acrosport en la Escuela* (p.53), por Vernetta Santana et al., (1996), INDE.

- Posición tumbada supina: En la Figura 4 podemos ver la que la espalda debe quedar totalmente recta al suelo. Es recomendable evitar que los alumnos arqueen la espalda en esta posición, ya que pueden sobrecargar la zona lumbar.

Figura 4

Posición tumbada supina del portor



Nota. Adoptado de *El Acrosport en la Escuela* (p.54), por Vernetta-Santana et al., (1996), INDE.

2.4.3. Las ayudas en el Acrosport

Para llevar a cabo estas complejas estructuras, es fundamental contar con ayudas que les permitan realizar las distintas posiciones y movimientos de forma segura y efectiva. En este apartado, se abordará la importancia de las ayudas en el acrosport y se describirán los tipos más comunes utilizados en la práctica de esta disciplina.

- Ayuda material: Acondicionar el medio utilizando y colocando material complementario con el objetivo de proporcionar seguridad y promover el aprendizaje. Como norma general hay que: delimitar el área de trabajo de cada grupo, utilizar las colchonetas de seguridad, practicar sin zapatillas y con vestimenta adecuada y utilizar planillas con toda la secuencia a realizar para elaborar ciertas figuras, insistiendo en los posibles errores a evitar (León-Prados, 2004; Vernetta-Santana et al., 1996).

- Ayuda manual: Es el contacto manual de una tercera persona (docente o alumno) para la consecución de una figura (Vernetta-Santana et al., 1996).

Se distinguen dos tipos de ayudas (León-Prados, 2004):

- Parada o ayuda manual de detección: para evitar accidentes.
 - Asistencia o ayuda manual de éxito: permite al ejecutante la realización y la toma de conciencia de la habilidad realizada a partir de un gesto preciso, eficaz y económico del asistente.
- Ayuda preventiva: Según Vernetta-Santana et al. (1996), en caso de producirse caídas durante la construcción de figuras, las normas preventivas son:
 - Los portores deben mantener sus posiciones para dejar que los ágiles caigan en los espacios libres con seguridad. Si los portores se mueven, pueden ser golpeados por los ágiles.
 - Los ágiles deben intentar caer sobre los pies y flexionar las rodillas para absorber el impacto de la caída.
 - Los ágiles en posición de equilibrio invertido, deberán girar hacia un lado y flexionar la cadera para caer sobre los pies.
 - Cualquier participante, portor o ágil, no cogerá a otro compañero mientras se está cayendo y deberá confiar en los compañeros que le ofrezcan la ayuda, situados en los espacios de posibles peligros.

2.4.4. Fases de construcción

Es necesario seguir una serie de fases que aseguren la estabilidad, seguridad y eficacia de las figuras. En este apartado, se describirán las diferentes fases de construcción del acrosport, desde la preparación hasta la finalización de la figura, y se

explicará en detalle cada una de ellas. Las tres fases que seguiremos para la realización de las figuras son las propuestas por Vernetta-Santana et al. (2000):

1. Fase de montaje

- De dentro a fuera y de abajo a arriba.
- Los portores forman una base estable y se anticipa a la acción del ágil.
- Los ágiles trepan lo más pegado posible al cuerpo del portor, de forma progresiva y controlada, impulsándose hacia abajo y nunca de forma lateral para no desestabilizar al portor.

2. Fase de mantenimiento

- Mantener estables las figuras al menos 2 segundos.
- Correcta distribución del peso corporal en los diferentes apoyos.
- Control postural adecuado.

3. Fase de desmontaje

- De fuera a dentro y de arriba abajo.
- Se descarga progresivamente el peso y nunca se salta con los dos pies a la vez.
- Los ágiles al bajar, lo hacen por delante.

2.4.5. Vestuario de los participantes

Es importante considerar ciertas recomendaciones en cuanto a la vestimenta y accesorios en la práctica del Acrosport. Se sugiere evitar el uso de ropa excesivamente ancha, ya que puede incrementar el riesgo de deslizamiento en las superficies de contacto entre el ágil y el portor. Además, el uso de pendientes, sortijas y cadenas puede representar un factor de riesgo en algunas acciones, por lo que se recomienda

desprenderse de ellos durante la actividad. Asimismo, el uso de calzado deportivo puede aumentar la presión en la superficie de contacto del portor que sostiene al ágil, y disminuir la información propioceptiva del pie del ágil en su apoyo sobre el portor (León-Prados, 2004).

2.5. Métodos de enseñanza – aprendizaje en Educación Física

Para Peraza-Zamora et al. (2017), el proceso de enseñanza – aprendizaje tiene como objetivo principal el crecimiento humano para contribuir a la formación y desarrollo de cada personalidad, pero para que este proceso se lleve a cabo con calidad y cumpla con estos objetivos, es necesario que exista una estrecha relación entre los componentes didácticos que lo forman y los medios de enseñanza.

En la Educación Física, el contenido está dirigido principalmente al desarrollo de capacidades físicas y de habilidades motrices básicas, por eso mismo es un muy importante el papel de los medios de enseñanza para la construcción de los conocimientos, el desarrollo de hábitos, habilidades y capacidades para poder asegurar que, sin ellos, no sería posible cumplir los objetivos (Peraza-Zamora et al., 2017).

2.5.1. Gamificación

La gamificación es un procedimiento relacionado con la inteligencia del jugador y las técnicas de juego para atraer a los alumnos y resolver problemas (Zichermann & Cunningham, 2011). Otro autor, Kapp (2012), la define como el uso de dispositivos, estética y utilización del razonamiento, para captar a los estudiantes, tentar a la acción, fomentar el aprendizaje y solucionar problemas.

Los autores anteriores coinciden en que a través del uso de algunos componentes presentes en el juego (insignias, niveles, puntos, avatar,...), los alumnos aumentan su tiempo en el juego y su interés a seguir en él.

Esta técnica de aprendizaje se distingue de los videojuegos convencionales porque su objetivo es actuar en el comportamiento del usuario, indistintamente de otra finalidad como el placer del alumnado durante la actividad del juego, y por elaborar y crear experiencias, establecer sentimientos de dominio y autonomía en las personas produciendo un cambio importante en el comportamiento de éstas (Hamari & Koivisto, 2013).

Las características principales de esta metodología en el ámbito de la educación son las siguientes (Kapp, 2012; Zichermann & Cunningham, 2011):

- La base del juego: se encuentra la posibilidad de jugar y aprender y hay un reto que motiva. Importancia de las normas de juego y la interactividad.
- Mecánica: Incorporación de niveles o puntos (recompensas para los participantes). Fomentamos la superación al mismo tiempo que recibe información.
- Estética: Imágenes atractivas para los alumnos.
- Idea del juego: El objetivo que pretendemos conseguir.
- Conexión juego-jugador: Tiene que haber una relación entre el jugador y el juego, facilitando el funcionamiento al usuario.
- Jugadores: Habrá jugadores motivados y dispuestos a intervenir y actuar en el juego y otros que no.

- Motivación: Hay que mantener siempre motivado al jugador controlando las tareas porque si hay pocas o fáciles, se aburrirán, y si hay muchas o difíciles, se frustrarán y en ambos casos dejarán de jugar.
- Promover el aprendizaje: Mediante técnicas como la asignación de puntos.
- Resolución de problemas: Es el objetivo final del jugador.

Además de estas características, existen una serie de ventajas cuando se aplica la gamificación en el ámbito educativo (García-Aretio, 2016; Oliva, 2016). Las más destacadas son:

- Estimulación del esfuerzo del alumnado
- Posibilidad de ejercer un control más exhaustivo del nivel del alumno en menos tiempo
- Retroalimentación positiva mostrando los fallos y las áreas de mejora
- Permite alcanzar los objetivos expresados en un currículum oficial a través del favorecimiento de la inclusión del estudiantado.
- Aumento del interés de los alumnos por la materia
- Fomento del trabajo del profesorado en el aula

2.6. Aprendizaje transversal a través del Acrosport

La introducción del Acrosport en los contenidos de la Educación Secundaria Obligatoria contribuye en la formación de los estudiantes y además, repercute beneficiosamente en el cuidado y la mejora de la salud de los alumnos. Nuestro propósito como docentes, debe ser educar de forma integral y construir la personalidad de los adolescentes transmitiendo conceptos, materializando procedimientos y

rescatando valores, actitudes y normas. El Acrosport permite educar a través de su idoneidad para el tratamiento didáctico transversal gracias a sus características (cooperación, confianza, respeto, interacción, socialización,...) ya que convierten esta disciplina en un contenido muy sugerente para un planteamiento transversal íntegro (Fernández-Rodríguez et al., 2004).

A través de esta disciplina, podemos incidir en temas transversales como la educación en la paz, la educación para la igualdad de oportunidades entre ambos sexos, la educación para la salud, la educación para el consumidor y la educación ambiental (Fernández-Rodríguez et al., 2004):

- Educación en la paz: La cooperación es esencial en el Acrosport, donde cada elemento es clave en la construcción de las pirámides. Portores y ágiles deben trabajar en equipo, demostrando estabilidad y seguridad sin perjudicar la estabilidad de los demás. La confianza y la cooperación son clave para el éxito, sin importar el género, raza o procedencia social. Todos son iguales y deben trabajar juntos para lograr los objetivos en esta modalidad.
- Educación para la igualdad de oportunidades entre ambos sexos: Ambos géneros pueden desempeñar diferentes roles en la construcción de pirámides y figuras humanas, interactuando en busca de objetivos comunes. Las características físicas y habilidades de cada persona son asignadas a roles específicos en parejas mixtas o grupos, sin importar su género. Se promueve la inclusión y la igualdad de oportunidades para todos los participantes en la práctica de esta disciplina.
- Educación para la salud: En esta actividad se pueden incluir personas de diferentes somatotipos y en adolescentes, tanto la salud física como mental

son importantes, ya que una influye en la otra. Además de mejorar la postura y tonificar los músculos, la práctica también aumenta la autoestima y la interacción social entre los participantes, independientemente de su apariencia física.

- Educación para el consumidor: En el ámbito escolar, el Acrosport es una disciplina gimnástica que no requiere grandes inversiones. Las colchonetas son suficientes para evitar posibles lesiones derivadas de caídas. En cuanto a la indumentaria, se recomienda ropa ajustada y con tejido antideslizante para mejorar el agarre, independientemente de la marca o el diseño de la ropa. Es importante que los alumnos comprendan que la elección de la ropa adecuada es esencial para la práctica segura y efectiva.
- Educación ambiental: Podemos considerar llevar a nuestros estudiantes a la playa, ya que la arena puede ayudar a amortiguar posibles caídas y reducir el riesgo de lesiones. Sin embargo, es importante enfatizar la importancia de respetar el entorno natural y asegurarnos de que dejamos todo tal y como lo encontramos al llegar. Es nuestra responsabilidad educar a nuestros alumnos sobre la importancia de cuidar el medio ambiente y ser responsables en nuestra práctica deportiva.

III. OBJETIVOS

3. OBJETIVOS

Se han establecido tres objetivos generales que guiarán todo el proceso de investigación y diseño de la propuesta didáctica. Cada objetivo general se divide en objetivos específicos que detallan las tareas concretas que se deben llevar a cabo para alcanzar el objetivo correspondiente.

3.1.- Objetivos Generales

1. Presentar una propuesta de Unidad Didáctica motivadora que permita a los alumnos de 3º de la ESO aprender y aplicar los fundamentos del Acrosport de una forma divertida y creativa, siguiendo una planificación que les permita progresar de forma gradual y constante.

2. Profundizar en el conocimiento de la metodología de la Gamificación y su aplicación en la enseñanza del Acrosport, analizando sus principales características y ventajas y examinando las posibilidades que ofrece, con el fin de desarrollar una propuesta didáctica eficaz y adaptada a las necesidades del alumnado.

3. Establecer instrumentos de evaluación basados en criterios claros y objetivos para medir la consecución de los objetivos didácticos y la adquisición de habilidades y destrezas básicas como el trabajo en equipo, la coordinación, la creatividad, la expresión corporal y la resolución de problemas.

3.2.- Objetivos Específicos

1.1.- Diseñar una secuencia de sesiones de Acrosport que permita a los estudiantes adquirir habilidades y destrezas básicas de manera progresiva y sistemática, utilizando actividades lúdicas y retadoras.

1.2.- Incluir en la propuesta de la Unidad Didáctica actividades de Acrosport que promuevan la cooperación, la comunicación y el respeto mutuo entre los alumnos, fomentando así el trabajo en equipo y la convivencia positiva.

1.3.- Establecer objetivos de aprendizaje claros y medibles en las sesiones de Acrosport, con el fin de que los estudiantes puedan evaluar su progreso a lo largo de la Unidad Didáctica y conocer en todo el momento sus logros y áreas de mejora.

2.1.- Investigar y analizar los principales fundamentos teóricos de la Gamificación y su relación con el Acrosport.

2.2.- Identificar las características y ventajas específicas de la Gamificación en comparación con otras metodologías de enseñanza deportiva.

2.3.- Analizar los casos de éxito en la aplicación de la Gamificación en la enseñanza del Acrosport, y extraer lecciones que permitan aplicar esta metodología de manera efectiva en la propuesta didáctica desarrollada.

3.1.- Desarrollar rúbricas de evaluación detalladas para medir el grado de consecución de los objetivos didácticos específicos de la Unidad Didáctica de Acrosport.

3.2.- Definir indicadores claros y objetivos para evaluar la adquisición de habilidades y destrezas básicas como el trabajo en equipo, la coordinación, la creatividad, la expresión corporal y la resolución de problemas por parte del estudiantado.

IV. METODOLOGÍA

4. METODOLOGÍA

En el presente Trabajo Final de Máster, se ha realizado una "Propuesta de intervención" para el diseño de una Unidad Didáctica sobre el Acrosport para alumnos de 3º de la ESO, la cual estaba pensada para trabajar el bloque de *Actividades motrices lúdicas, culturales y expresivas*, poco aplicado en el centro en el que he desarrollado las prácticas y que no ha podido ser llevada a cabo en la práctica por motivos de tiempo. El centro educativo tenía inicialmente planificado participar en un torneo interinstituto de rugby, pero las fechas de este evento fueron modificadas, lo que requirió un cambio en las actividades programadas. En consecuencia, se tomó la decisión de intercambiar la Unidad Didáctica del Acrosport con la de rugby, con el objetivo de poder participar en este torneo.

Esta propuesta implica un proceso riguroso que no se basa en una simple idea, sino que requiere una revisión bibliográfica exhaustiva, reuniones con el tutor/a, consulta de libros, artículos y recursos online, y un análisis crítico de la experiencia práctica y del marco curricular actual.

En primer lugar, he realizado una revisión del marco curricular vigente para asegurarme de que la propuesta de la Unidad Didáctica está alineada con los objetivos y los saberes establecidos en los documentos oficiales. Esto me ha permitido contextualizar y justificar los aspectos más relevantes de mi propuesta.

A continuación, he realizado una revisión de estudios e investigaciones relacionados con el Acrosport y otras propuestas de Situaciones de Aprendizajes en el ámbito de la Educación Física. He utilizado bases de datos como Google Scholar o Dialnet, así como he consultado libros especializados y recursos audiovisuales de

autores reconocidos en el campo de la educación física. Esta revisión me permite obtener una base teórica adecuada para sustentar mi propuesta.

También he tenido en cuenta los aprendizajes teórico-prácticos derivados de las clases del máster, como la asignatura de Innovación Docente e Iniciación a la Investigación Educativa, concretamente en el blog de Gamificación, así como mi experiencia en las prácticas realizadas. Esta combinación de conocimientos adquiridos y análisis crítico ha influido en las actividades de aprendizaje, la metodología y otros aspectos de la Unidad Didáctica.

En resumen, he seguido un proceso estructurado que incluye la revisión bibliográfica, la propuesta de intervención, el análisis crítico de la experiencia práctica y el marco curricular, así como la aplicación de los aprendizajes adquiridos durante el máster. Este enfoque riguroso me ha permitido desarrollar una propuesta fundamentada y coherente para la enseñanza del Acrosport en alumnos de 3º de la ESO.

**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

Orden jerárquico por importancia y prevalencia de la normativa vigente, primero a nivel nacional y a continuación, a nivel autonómico.

Nivel nacional

1. *Constitución Española:*

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

Concretamente el artículo 27, relacionado con el derecho a la Educación.

2. *Ley Orgánica de Educación:*

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación modificada por Ley

Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley

Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (BOE núm.340, de 30 de diciembre de 2020).

3. *Currículum. Normativa estatal:*

Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la

ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria

Obligatoria. (BOE núm.76, de 30 de marzo de 2022). Concretamente el artículo 13.

Nivel autonómico

1. *Currículum. Normativa autonómica:*
 - 1º y 3º de la ESO: DECRET 175/2022, de 27 de setembre, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació bàsica.
 - 2º y 4º de la ESO: DECRET 187/2015, de 25 d'agost, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació secundària obligatòria.
2. *Programaciones didácticas:*

DECRET 102/2010, de 3 d'agost, d'autonomia dels centres educatius.
3. *Evaluación:*
 - 1º y 3º de la ESO: DECRET 175/2022, de 27 de setembre, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació bàsica.
 - 2º y 4º de la ESO: ORDRE ENS/108/2018, de 4 de juliol de 2018, per la qual es determinen el procediment, els documents i els requisits formals del procés d'avaluació a l'educació secundària obligatòria.
4. *Reclamación de Calificaciones:*
 - LLEI 12/2009, del 10 de juliol, d'educació.
 - DECRET 279/2006, de 4 de juliol, sobre drets i deures de l'alumnat i regulació de la convivència en els centres educatius no universitaris de Catalunya.
 - ORDRE ENS/108/2018, de 4 de juliol de 2018, per la qual es determinen el procediment, els documents i els requisits formals del procés d'avaluació a l'educació secundària obligatòria.

5. *Promoción (de curso y de etapa):*

DECRET 175/2022, de 27 de setembre, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació bàsica.

6. *Organización y Funcionamiento de los IES y CIPFP:*

- LLEI 12/2009, del 10 de juliol, d'educació.
- DECRET 102/2010, de 3 d'agost, d'autonomia dels centres educatius.

7. *Tutoría y orientación académica:*

- LLEI 12/2009, del 10 de juliol, d'educació.
- DECRET 102/2010, de 3 d'agost, d'autonomia dels centres educatius.
- DECRET 187/2015, de 25 d'agost, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació secundària obligatòria.

8. *Alumnado con necesidades educativas especiales:*

DECRET 150/2017, de 17 d'octubre, de l'atenció educativa a l'alumnat en el marc d'un sistema educatiu inclusiu.

9. *Convivencia:*

- LLEI ORGÀNICA 2/2006 d'Educació, de 3 de maig.
- LLEI 12/2009, de 10 de juliol, d'educació.
- DECRET 279/2006, de 4 de juliol, sobre drets i deures de l'alumnat i regulació de la convivència en els centres educatius de Catalunya.
- DECRET 102/2010, de 3 d'agost, d'autonomia dels centres educatius.
- RESOLUCIÓ ENS/585/2017, de 17 de març, per la qual s'estableix l'elaboració i la implementació del Projecte de Convivència en els centres educatius dins el marc del Projecte Educatiu de Centre.

5.2.- Contextualización del centro educativo

El Institut Seròs es un centro de titularidad pública que pertenece a la Generalitat de Catalunya, clasificado como centro de máxima complejidad debido al bajo nivel socioeconómico de las familias del alumnado, por la concentración de alumnos con necesidades educativas específicas (NEE) y por tener alumnos de distintas culturas e inmigrantes recién llegados.

Este centro se encuentra en la comarca del Segrià, concretamente en la población de Seròs, delante de la “Plaça de les Escoles”, un lugar tranquilo y agradable. El centro consta de dos edificios, separados a dos minutos de distancia andando, debido al incremento de alumnos en los últimos años, uno con tres plantas donde se imparten los cursos de 1º, 2º y 3º de la ESO, y otro módulo, de barracones, donde se imparten los cursos de 4º de la ESO y 1º y 2º de Bachillerato (Ciencias – Tecnología y Humanidades – Ciencias Sociales). Además, disponen de un gimnasio con diferentes almacenes de material y una pista polideportiva exterior en el edificio de tres plantas, en los cuales se desarrollan las sesiones de Educación Física de todos los cursos.

Este instituto acoge alumnos provenientes de las poblaciones cercanas (Soses, Aitona, Maials, Almatret, La Granja d’Escarpi y Massalcoreig) y del propio pueblo, llegando a la cifra aproximada de trescientos alumnos entre ESO y Bachillerato y un total de 49 profesionales educativos.

En relación a las familias de los alumnos, predomina un nivel socioeconómico bajo debido a la presencia de familias con rentas bajas, muchas de ellas recién llegadas y socialmente desfavorecidas. La gran mayoría de las familias son propietarias o

trabajadoras de explotaciones agropecuarias o industrias derivadas. En todos los pueblos de la zona hay producciones bovinas, porcinas y avícolas.

La implicación de los padres en el centro se produce a partir del AMPA, del Consell Escolar y de las relaciones con tutores y miembros del equipo directivo. El AMPA funciona por junta, los miembros de la cuál son representativos de todos los pueblos, y destaca por su buena predisposición hacia el centro y por su apoyo continuo.

Por otro lado, analizando la Programación General Anual (PGA) e incidiendo en el Departamento de Educación Física, se marcan los siguientes objetivos para este curso:

1. Higiene; incidir en la concienciación de la higiene personal.
2. Incidir en hacer un buen uso del material i de las instalaciones de Educación Física.
3. Control diario de la actividad física realizada.
4. Fomentar la participación deportiva de los alumnos en actividades fuera del centro.
5. Fomentar la utilización de aplicaciones móviles deportivas.
6. Especificar en la programación las actividades de trabajo cooperativo.
7. Utilizar el Google Calendar y Classroom como herramienta de trabajo y comunicación con el alumnado.
8. Publicitar las actividades realizadas por el departamento de Educación Física a través del Nodes.

Por último, el centro participa en el programa “Suport Vital Bàsic (SVB) als centres educatius” del Consell Català de Ressuscitació, que implica a todos los cursos

de la etapa de la ESO, diferenciando los saberes para 1º-2º ESO y 3º-4º ESO. Para los dos primeros cursos se trabajan saberes relacionados con el peligro, la consciencia, llamar al 112, abrir la vía aérea, valorar la respiración, realizar la PLS y ejecutar las compresiones torácicas. Para los dos últimos cursos, además de lo mencionado anteriormente, se trabajan aspectos relacionados con el DEA, ventilaciones y obstrucción de la vía aérea.

Para trabajar todos estos saberes, disponen durante 2-3 semanas de unos maniqués especiales que el propio Consell Català de Ressuscitació proporciona al centro y también, de simuladores de DEA para aprender su correcta aplicación.

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

5.3.1. Secuencia de los saberes y temporalización por trimestres

Después de analizar las programaciones de los diferentes cursos de la ESO que me han proporcionado des del propio centro, podemos ver que todas tienen en común las cuatro dimensiones sobre los cuales se van a desarrollar los saberes dependiendo del curso. Estas dimensiones son las siguientes:

- Actividad física saludable y vida activa (1r Trimestre)
- Deportes (2n Trimestre)
- Actividad física y tiempo libre (3r Trimestre)
- Expresión y comunicación corporal (3r Trimestre)

A partir de estas dimensiones, aparecen los diferentes saberes de cada Unidad Didáctica, la cual acostumbra a durar entre ocho y diez sesiones, de 60 minutos

aproximadamente cada una de ellas. Dentro de las unidades didácticas encontramos las sesiones con los saberes y objetivos respectivos.

Al final de cada trimestre, suelen dejar una o dos clases para usarlas como comodín por si hay que recuperar alguna sesión o por si alguno de los alumnos debe hacer alguna de las pruebas prácticas que se haya hecho al largo del trimestre.

5.3.2. Competencias y evaluación

Las competencias básicas están relacionadas con las dimensiones mencionadas anteriormente, ya que todavía no lo tienen actualizado al currículum nuevo de la comunidad de Cataluña.

Para cada dimensión, se establecen dos competencias básicas que son comunes para todos los cursos pero que se terminan concretando en función de la Unidad Didáctica correspondiente.

En relación a la evaluación, se valorará el trabajo diario del alumno y su evolución. Además, esta evaluación contemplará tanto contenidos conceptuales, procedimentales como actitudinales, todos ellos englobados en un marco competencial.

Los porcentajes de evaluación de cada contenido en los tres trimestres será el mismo:

- Contenidos conceptuales: 30%
- Contenidos procedimentales: 50%
- Contenidos actitudinales: 20%

La evaluación final será la nota media de los tres trimestres. Si algún alumno no consigue aprobar un trimestre, durante el curso se hará recuperación de los contenidos

teóricos por trimestres, entregando las actividades planteadas durante el mismo y si algún alumno tiene la asignatura suspendida del año anterior, será aprobado si supera el siguiente curso.

5.3.3. Metodología utilizada

La metodología utilizada en las diferentes clases de Educación Física será en función del contenido a trabajar. Para ello, nos plantean las siguientes situaciones:

- Explicación verbal del profesor a los alumnos sobre un trabajo, tarea, ficha o reto a realizar durante la práctica.
- Asignación de tareas en las sesiones iniciales como en el trabajo de la técnica deportiva.
- Resolución de problemas en el aprendizaje de deportes colectivos para decidir, escoger y utilizar el elemento técnico o táctico más idóneo para cada situación.
- Observación continuada de la práctica con una toma de notas correspondiente.
- Enseñanza recíproca para cooperar, ayudar y corregir las dificultades de los compañeros.
- Mando directo para la realización de trabajos teóricos o tareas.

5.3.4. Actividades

Las sesiones que se imparten en Educación Física en el INS Seròs tienen casi siempre la misma estructura: calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.

El calentamiento es dirigido por uno de los alumnos, a elección del docente o por propia voluntad y siempre alternando de sujeto, ya que en el primer trimestre se trabajan todos los saberes relacionados con el calentamiento.

Por otro lado, en la parte principal, se desarrollan las diferentes actividades relacionadas con los saberes pertinentes y normalmente dirigidas por el docente, trabajando primeramente aspectos más analíticos y poco a poco modificando las actividades para hacerlo más general, terminando en situaciones reales.

Por último, en la vuelta a la calma, se sigue un poco la dinámica que en el calentamiento, dónde algún alumno debe realizar ejercicios de estiramiento de los músculos que se han trabajado a lo largo de la sesión.

5.3.5. Utilización de las TIC

Las TIC que se utilizan en Educación Física son el PowerPoint, sus portátiles, el canon de proyección, DVD,...para poder reproducir medios audiovisuales que facilitan el aprendizaje de los alumnos, ya sea para visualizar un video de una explicación o para navegar e investigar sobre un tema en concreto para posteriormente, desarrollar un trabajo.

También son un recurso para aquellos alumnos que en un momento dado no puedan hacer las sesiones prácticas y gracias a las TIC podrán hacer búsquedas relacionadas con los saberes de ese momento y seguir desde más cerca las sesiones.

Además, por lo que he podido ver en el centro, cuando hacen la Unidad Didáctica de la condición física, utilizan diversas aplicaciones móviles para registrar sus tiempos y enviarlas al docente. Esto permite que los alumnos conozcan diferentes herramientas TIC vinculadas con el mundo de la actividad física.

5.3.6. Atención a la diversidad

La preocupación por la diversidad debe guiar todo el procedimiento docente con el propósito de ofrecer una educación de calidad para todos, en equidad de condiciones y adaptada a las necesidades y capacidades personales, sociales, intelectuales, culturales y afectivas de los alumnos. Por otro lado, los centros deben desplegar una serie de medidas en sus programas educativos para tratar la diversidad a través principios inclusivos, y el profesorado debe tener esto en cuenta a la hora de planificar. En educación física, el ritmo de aprendizaje dependerá del grado de desarrollo motriz del estudiante, de sus características individuales y de sus experiencias previas, y de su motivación por la tarea propuesta. Para ello, es imprescindible partir de vencer las enormes diferencias en el aprendizaje de los alumnos y la tendencia a individualizar el proceso de aprendizaje.

En algunos casos, haremos Planes Individualizados (PI) contrastados con el Equipo de Atención Psicopedagógico (EAP), que nos ayudarán a ajustar nuestros objetivos y saberes a las necesidades del estudiante. Cada Unidad Didáctica es flexible y se modifica de acuerdo con las necesidades específicas de los estudiantes NEE, y es indispensable adecuar las actividades y/o métodos de enseñanza para afianzar los mismos objetivos y orientar mejor la diversidad. Dentro de cada Unidad Didáctica se especificarán los ajustes necesarios. Los maestros de la especialidad intentarán adaptar su asistencia educativa a las diversas necesidades de los estudiantes y brindar una variedad de recursos y estrategias para permitirles afrontar una diversidad de motivaciones, intereses y habilidades. Por otro lado, los estudiantes con necesidades educativas más altas que los demás, recibirán una serie de adaptaciones según su nivel mediante actividades de refuerzo.

Finalmente, aquellos alumnos que no puedan realizar actividades de tipo motriz, deberán justificar su lesión o enfermedad, ya sea temporal o permanente, para que se les pueda adaptar el currículum de Educación Física. El alumnado que por alguna circunstancia no haga la clase, tendrá que entregar una ficha de la sesión presenciada o ayudar en la dinámica y funcionamiento de la sesión y, a parte, hará trabajos teóricos relacionados con los saberes de la sesión.

5.3.7. Actividades complementarias

El centro, y concretamente el departamento de Educación Física, organizan dos tipos de actividades complementarias: las salidas y las charlas, concursos y otras actividades de centro.

En relación a las salidas, en 2º de la ESO se realiza una actividad de BTT (vía verde) en Horta de Sant Joan a mediados de octubre, en 3º de la ESO se lleva a cabo una actividad conjunta con el departamento de Sociales, en la que bajan en piragua a Miravet y después visitan las cuevas, todo esto en las poblaciones de Benifallet y Miravet, sobre el mes de mayo y los alumnos de 4º de la ESO, visitan un centro fitness de la ciudad de Lleida a principios de febrero.

Por otro lado, también hay charlas, concursos y otras actividades de centro vinculadas con el departamento de Educación Física como el encuentro de diferentes institutos de KORFBOL en el INEFC de Lleida para 1º y 2º de la ESO. Para los alumnos de 3º y 4º, también hay una actividad similar en el mismo lugar, un torneo entre institutos de Rugby. Y por último, los alumnos de 3º y 4º de la ESO y 1º de Bachillerato, se van de esquí a Portainé entre los meses de enero y febrero.

5.3.8. Participación en proyectos (ABP, APS) y programas interdisciplinares

El departamento de Educación Física participa, conjuntamente con la comisión de Escuelas Verdes, en el Proyecto Let's Clean Up Europe realizando una caminata y limpiando el entorno del centro educativo (plogging). De esta forma, también trabajan los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

Además, el centro participa en el programa “SVB als centres educatius” implicando todos los cursos de la ESO, para ofrecer una oportunidad a los alumnos de conocer y aprender cómo se debe actuar delante una situación de peligro.

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

A partir de la síntesis de programación de Educación Física que me ha facilitado el propio centro, se realizará un análisis sobre la programación y en consecuencia, se elaborarán diferentes propuestas de mejora.

Primeramente, la secuencia de **saberes y temporalización** por trimestres, relacionada con el *Decret 175/2022, de 27 de setembre, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació bàsica*, no está actualizada con el nuevo decreto y por lo tanto sigue con los 4 bloques de contenidos anteriores (Condición física y salud, Juego y deporte, Expresión corporal y Actividades en el medio natural). Si la secuencia de contenidos, la trasladáramos al nuevo currículum (5 bloques de saberes), nos daríamos cuenta de que apenas se trabajan los bloques de *Actividades motrices lúdicas, culturales y expresivas* e la *Interacción con el entorno en el tiempo libre*. Como propuesta de mejora para el bloque de Interacción con el entorno en el tiempo libre, se podrían añadir actividades de

orientación, ya que en Seròs disponen de un circuito permanente de orientación con 4 dificultades diferentes. Además, el ayuntamiento de Seròs facilita a todos los interesados el mapa del circuito y se podría aprovechar esta actividad para fomentar la utilización de las TIC, ya que con la aplicación “iOrienteering” pueden escanear los códigos QR con el teléfono móvil de las diferentes balizas que forman el circuito. Otra propuesta para el otro bloque comentado podría ser la introducción de la Haka como una coreografía durante la Unidad Didáctica de rugby o la práctica del Acrosport con elementos coreográficos, en la cual también hay interdisciplinariedad con la asignatura de Música.

Por otro lado, considero que trabajan muy bien el bloque de *Vida activa y saludable* incidiendo sobretodo en el aspecto de la salud por parte del profesorado provocando una toma de consciencia del estudiantado hacia la práctica del deporte. Un aspecto relevante de este bloque es la importancia que le dan a los primeros auxilios, desarrollando un programa (Suport Vital Bàsic) para trabajar diferentes situaciones que se pueden encontrar los jóvenes.

En definitiva, creo que sí que existe una cierta coherencia entre los saberes programados y la realidad de las sesiones, teniendo en cuenta solo el periodo de prácticas que he estado en el centro, pero tal y como he comentado anteriormente, faltaría trabajar más los bloques de *Actividades motrices lúdicas, culturales y expresivas* e la *Interacción con el entorno en el tiempo libre*.

Siguiendo con las **competencias y evaluación**, nos encontramos, igual que en el punto anterior, que todavía no han actualizado las competencias y por lo tanto no tienen en cuenta las 5 competencias específicas. Si actualizáramos las competencias a las del nuevo decreto, nos daríamos cuenta de que las competencias específicas 3 y 4,

relacionados con los bloques de saberes anteriormente comentados, son las que menos se trabajan debido al poco contenido plasmado en la programación. Por lo tanto, utilizando las mismas propuestas de mejora que en el anterior punto, se introducirían en la programación las competencias específicas 3 y 4, además de los bloques de saberes que están relacionados con estas competencias, que son los que hemos aclarado en el anterior punto.

Con referencia a la evaluación y siguiendo en la misma línea, los criterios de evaluación no están actualizados a los que se proponen para cada competencia específica. Por lo tanto, la primera propuesta de mejora sería actualizar los criterios de evaluación del decreto actual según las competencias específicas que se estén aplicando.

Asimismo, no aparecen descritos los instrumentos de evaluación que se utilizaran para cada saber, pero por mi vivencia durante el periodo de prácticas me he dado cuenta de que utilizan con frecuencia la rúbrica y que además, los alumnos tienen un buen dominio de este instrumento de evaluación. Una propuesta para mejorar sería que los propios alumnos pudieran diseñar la rúbrica de evaluación, debido al buen control sobre este instrumento, con la que serían valorados, siempre con la aprobación previa del docente.

No obstante, el profesorado del centro utiliza diferentes tipos de evaluación entre los que destacan la heteroevaluación, coevaluación y autoevaluación, pero nunca combinan los tres tipos. Otra propuesta de mejora sería la implementación de la evaluación triádica, ya que emplean los tres tipos de evaluación mencionados anteriormente, pero de forma independiente y de esta forma, podrían otorgar ciertos porcentajes de la evaluación a los alumnos (observadores y ejecutores).

Referente a la **metodología**, utilizan tanto metodologías tradicionales como innovadoras, coincidiendo las tradicionales con las primeras sesiones de los deportes para el aprendizaje de los movimientos técnicos. Por lo que hace a las metodologías innovadoras, predomina la Flipped Classroom, en la cual mediante grupos pequeños tienen que prepararse en casa una sesión del deporte que se está aprendiendo y cada grupo dirige una sesión como docentes hacia el resto de la clase. También, utilizan el Aprendizaje y Servicio, en este caso para realizar un Plogging relacionando la Educación Física y la Comisión de Escuelas Verdes.

En definitiva, si bien con el paso del tiempo si han empezado a aplicar metodologías activas, en el centro en el que he estado de prácticas, siguen predominando las metodologías tradicionales por encima de las innovadoras.

Continuando con las **actividades** y según lo que he podido presenciar, las unidades didácticas tienen una estructura similar porque al inicio siempre empiezan con ejercicios para trabajar elementos técnicos del deporte y poco a poco se van introduciendo alguna de las normas más importantes de este. En las primeras sesiones se trabajan los aspectos técnicos en parejas, tríos o grupos pequeños para que haya un mayor compromiso motor por parte del alumnado y a medida que avanzan, van introduciendo situaciones de partido con algunas normas para terminar la Unidad Didáctica con una situación real (partido). Acerca de la estructura de las sesiones, destacar que siempre realizaban un calentamiento, para prevenir lesiones y preparar al organismo para la actividad física y, una vuelta a la calma, para bajar pulsaciones de forma progresiva aunque esta parte había días que no se desarrollaba. Por otra parte, el centro dispone de una gran variedad de material que permite practicar diferentes deportes a lo largo del curso sin ninguna limitación.

En cuanto a la **utilización de las TIC** en las clases de Educación Física considero que es correcta aunque siempre se puede seguir mejorando. Los alumnos del centro disponen de un portátil para el desarrollo de las clases y en Educación Física lo utilizan para hacer algún cuestionario evaluable sobre el deporte practicado. Además, en las sesiones de Educación Física pueden utilizar el móvil para hacer fotos o grabar si la tarea lo requiere y siempre con el permiso del docente. De igual forma, en los cursos más avanzados de la ESO, se empiezan a utilizar aplicaciones móviles para trabajar el bloque de “Vida activa y saludable” para registrar la actividad física que requiere cada tarea.

Una propuesta de mejora relacionada con la Unidad Didáctica de las habilidades gimnásticas, la cual puede estar presente en el centro de prácticas, es que se grabe la coreografía final para que cada grupo pueda editar el video añadiendo una música de fondo, transiciones, efectos,... Y entregar el video editado al docente para su evaluación.

En relación a la **atención a la diversidad**, los docentes del centro han adaptado las sesiones a las necesidades de los alumnos con ciertas dificultades motrices o cognitivas, intentando que sean partícipes de las actividades con las mismas condiciones que el resto de alumnos. En ocasiones, el profesorado ha planteado actividades de refuerzo para aquellos alumnos con algunas dificultades para que pudieran seguir su progresión y mantuvieran la motivación por seguir aprendiendo y por otro lado, han diseñado actividades de ampliación para aquellos estudiantes con altas capacidades para seguir con su formación y evitar la desmotivación de los alumnos que pueden hacer mucho más.

Procediendo a las **actividades complementarias** y comparando con la programación facilitada por el centro, hay una salida conjunta con el departamento de Sociales, concretamente en Miravet (piragua) y Benifallet (visita a las cuevas), que no se ha llevado a cabo y han aprovechado para hacer otra salida sobre las mismas fechas al Port del Comte, para desarrollar actividades de aventura, orientación y tubbies con los alumnos de 3º de la ESO.

Otra actividad que se canceló fue el encuentro entre institutos de KORFBOL en el INEFC de Lleida, pero el profesorado optó por organizar una competición entre clases del centro de la misma disciplina, premiando al grupo ganador con un almuerzo para la siguiente sesión. El resto de actividades plasmadas en la programación, se han desarrollado sin ningún inconveniente.

Para terminar, la **participación en proyectos (ABP, APS) y programas interdisciplinares** por parte del centro ha sido la planteada en la programación.

El Proyecto Let's Clean Up Europe, organizado por el departamento de Educación Física y la comisión de Escuelas Verdes, fue todo un éxito gracias a la participación del alumnado y profesorado. Se recogieron más de 200 kilos de residuos que, posteriormente, los trabajadores del ayuntamiento tiraron a los contenedores correspondientes. La metodología para elaborar este proyecto fue el Aprendizaje y Servicio, una propuesta pedagógica que compone procesos de aprendizaje y servicios a la comunidad. El otro programa con el que colabora el centro, "SVB als centres educatius", también se llevó a cabo en todos los cursos de la ESO, teniendo un gran impacto sobre los estudiantes para concienciarlos de la importancia de los primeros auxilios y saber cómo actuar ante distintas situaciones. Todos ellos practicaron con muñecos especiales para hacer las maniobras y masajes pertinentes.

VI. PROPUESTA DE UNA UNIDAD

DIDÁCTICA

6. PROPUESTA DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA

Tabla 1. Ficha general de la Unidad Didáctica

UNIDAD DIDÁCTICA				
NOMBRE (Saberes Básicos Principales): La Academia de los AcroHéroes (Acrosport, Deporte acrobático)				
Curso: 3º ESO	Bloque saberes básicos: 1,2 y 3	UD: 6	Trimestre: 2	Nº Sesiones: 8
Justificación: He escogido esta Unidad Didáctica para ofrecer una experiencia diferente y motivante a los alumnos, en respuesta a los modelos más tradicionales, teniendo en cuenta que el bloque 3 (Actividades motrices lúdicas, culturales y expresivas) es el que menos se ha aplicado en el centro en el que he estado de prácticas. Además, trabajaremos su rendimiento motor (dominio y control postural), la percepción de sus propios movimientos y la adaptación de los patrones de movimientos a nuevas situaciones. Tal y como dice García-Ciriero (2009), mediante el acrosport los alumnos fomentan las capacidades de relación y superación personal, autoestima, respeto y cooperación, favoreciendo la integración en el grupo de todos sus miembros.				
Saberes básicos: 1. Vida activa y saludable. 1.2. Hábitos saludables Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida. 1.3. Primeros auxilios y prevención de lesiones. Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica de la actividad física. 2. Resolución de problemas en situaciones motrices. 2.3. Resolución de retos y proyectos motores. Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices en grupo. 3. Actividades motrices lúdicas, culturales y expresivas. 3.1. Expresión y comunicación corporal. Representación y creación de espectáculos y eventos de carácter artístico-expresivo.				
Objetivos didácticos				
1. Aplicar las medidas de seguridad necesarias (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) del acrosport para prevenir posibles lesiones o accidentes. 2. Ejecutar figuras y pirámides pertinentes de la modalidad con diferente número de personas (2, 3, 4, y 5 personas). 3. Crear y participar en una coreografía grupal de acrosport con base musical.				
Reto inicial: ¿Seréis capaces de recuperar y proteger el Amuleto de la Armonía y convertirlos en los verdaderos AcroHéroes? ¡Adelante!				
Temporalización (Descripción de las sesiones). Introdutoria, Desarrollo, Evaluación o culminativa. Sesión 1: Introdutoria. Planteamiento del reto inicial + Narrativa + Conceptos sobre seguridad (higiene postural, apoyos, presas de manos, roles, fases de construcción y elementos de seguridad) Sesión 2: Desarrollo. Juegos relacionados con las capacidades físicas coordinativas y condicionales que requiere el Acrosport. Sesión 3: Desarrollo - Evaluación. Figuras de Acrosport (Nivel verde = fácil). Sesión 4: Desarrollo - Evaluación. Figuras de Acrosport (Nivel amarillo = medio). Sesión 5: Desarrollo - Evaluación. Figuras de Acrosport (Nivel rojo = difícil). Sesión 6: Desarrollo - Evaluación. Creación de la coreografía de acrosport con música (Primeros 30-40") Sesión 7: Desarrollo - Evaluación. Creación de la coreografía de acrosport con música (mínimo 1' de coreografía hecha) Sesión 8: Tarea Final Culminativa Evaluativa. Exhibición de la coreografía grupal con música (1-1:30 min)				
Situación aprendizaje final: Exhibición de la coreografía grupal con música delante del resto de la clase.				
O.G.E. k)	C.Clave Competencia en conciencia y expresión culturales.			

EVALUACIÓN				
Competencias específicas	Criterios de Evaluación	Saberes básicos:	Actividades de Evaluación	Instrumentos de evaluación/ Criterios de calificación %
1	1.3 1.4	<p>1. Vida activa y saludable.</p> <p>1.1. <u>Primeros auxilios y prevención de lesiones.</u> Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica de la actividad física.</p> <p>1.2. <u>Hábitos saludables</u> Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida.</p>	<p>Evaluación final: Preguntas sobre conceptos básicos del Acrosport (por grupos)</p> <p>Actividades diarias de clase y hábitos de higiene.</p>	<p>Cuestionario = 20%</p> <p>Lista de control y Registro anecdótico = 10%</p>
2	2.1	<p>2. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>2.3. <u>Resolución de retos y proyectos motores.</u> Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices en grupo.</p>	<p>Competición entre los grupos de clase (construcción de figuras)</p> <p>Creación de las coreografías en las sesiones.</p>	<p>MyClassGame = 30%</p> <p>Escala de valoración = 10%</p>
3	3.2	<p>3. Actividades motrices lúdicas, culturales y expresivas.</p> <p>3.1. <u>Expresión y comunicación corporal.</u> Representación y creación de espectáculos y eventos de carácter artístico-expresivo.</p>	<p>Coreografía grupal de acrosport con base musical</p>	<p>Rúbrica = 30%</p>

Metodología

Estrategia de la práctica: Global polarizando la atención.	Estilos de enseñanza: Enseñanza basada en la tarea, Asignación de tareas y Descubrimiento guiado (1ª sesión).
Metodologías activas y/o emergentes: Gamificación	
Distribución grupo – clase: Pareja o grupos reducidos.	Participación: Ejecución simultánea.
Posición del profesor: Combinación entre posición central, externa al grupo y posición interna, dentro del grupo.	Feedback: Concurrente e Inmediato.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

<p>Principios DUA aplicados a priori:</p> <p>Formas de implicación (Principio III):</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Interés del alumnado:</u> Proyecto interesante y atractivo adecuado a los alumnos, tareas representativas y aprender practicando. - <u>Esfuerzo y persistencia:</u> Diferentes niveles de dificultad (multiniveles), promover el trabajo en equipo y feedback de las actividades realizadas.
--

- **Autorregulación:** Eludir tópicos sobre el sexo y edad, aplicación de correcciones y ayudas y autoevaluación del propio trabajo.

Diferentes medios de representación (Principio I):

- **Presentación de la información:** Escrita, visual y con videos y uso de TICs.
- **Información más entendible:** Fichas visuales de las diferentes figuras.
- **Comprensión de la información:** Vincular los aspectos del acrosport con otros aspectos ya conocidos, utilización de la estrategia global y facilitar las rubricas sobre lo que queremos que aprendan y que sepan lo que se les evaluará.

Diferentes formas de acción y expresión (Principio II):

- **Interacción física:** Aplicación de multiniveles y diversidad de figuras para cada uno.
- **Expresión y comunicación:** Proporcionar progresiones didácticas (en cada sesión se hacen figuras más complejas, aumentando la dificultad) y hacer un seguimiento de lo aprendido.
- **Funciones ejecutivas:** Autoevaluación por parte del alumnado, feedback sobre la construcción de figuras y ofrecer los criterios de evaluación con antelación.

Actividades de Refuerzo para alumnos de bajo nivel

En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.

Actividades de Ampliación para alumnos alto nivel

Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.

Posibles adaptaciones individualizadas (con alumnos con NEE muy concretas y específicas):

Nos encontramos que hay un alumno con una discapacidad motriz (parálisis de las extremidades inferiores) y por lo tanto, va en silla de ruedas.

Medidas concretas:

- En las figuras grupales, el alumno con discapacidad podrá participar en el rol de portor y ayudante pero nunca como ágil. La silla de ruedas servirá como soporte para sus compañeros y funcionará como una prolongación de su cuerpo.

Material didáctico: 3 colchonetas por grupo (15 en total), altavoz, 3 bancos suecos y proyector.

Instalaciones/Espacios: Gimnasio

Herramientas TIC-TAC-TEP: QR de la gamificación



Interdisciplinariedad: Con Música, porque mediante la coreografía de acrosport se trabaja la expresión musical y el movimiento corporal sincronizado. Además, los alumnos analizan y relacionan la estructura musical con los movimientos de la coreografía, aplicando coordinación, expresividad y la relación entre la música y la disciplina.

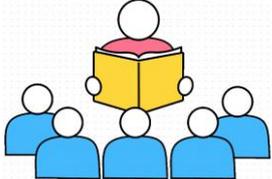
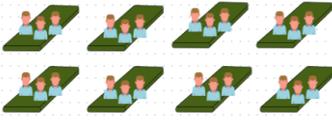
Otros:

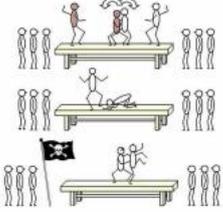
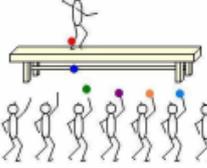
Bibliografía/Webgrafía:

García-Ciriero, R. (2009). Experiencias para educar en valores a través del acrosport. *Cáparra : revista de innovación y experiencias educativas de los Centros de Profesores y Recursos de la Provincia de Cáceres.*

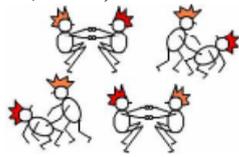
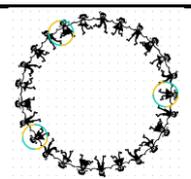
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/28760>

A continuación, se muestran las sesiones de la Unidad Didáctica presentada.

Título Unidad Didáctica : La Academia de los AcroHéroes (Acrosport, Deporte acrobático)			
Sesión nº: 1		Curso: 3º ESO	
Nombre de la Sesión: La Academia de los AcroHéroes		Duración: 60 min	Tipo Sesión: Introdutoria
Instalaciones: Gimnasio		Material: 8 colchonetas / proyector	Nº Alumnos/as: 25
Objetivos didácticos de la sesión: Conocer las medidas de seguridad necesarias (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) del acrosport para prevenir posibles lesiones o accidentes.			
Contenidos desarrollados: Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida. Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica del acrosport.			
Justificación de la Metodología: La gamificación es una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018). La finalidad es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante (Oliva, 2016).			
Estilo Enseñanza: Descubrimiento guiado Estrategia: Analítica Agrupación: Gran grupo y después, grupos reducidos			
Posición Profesor: Posición central		Tipo Feedback: Concurrente e inmediato	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Parte inicial	Se plantea el reto inicial a toda la clase y se explica la narrativa de la Academia de los AcroHéroes.		15'
Parte principal	Explicación de las medidas de seguridad (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) para prevenir posibles lesiones o accidentes mediante preguntas a los alumnos y con demostraciones.		30'
Parte final	Cada tres o cuatro alumnos, cogen una colchoneta y se ponen a practicar las diferentes medidas de seguridad comentadas anteriormente. Los alumnos que en ese momento no ejecutan, ayudan a sus compañeros y les corrigen.		15'
Actividades de Refuerzo: En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.			
Actividades de Ampliación: Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.			
Observaciones: Esta sesión tiene una estructura diferente ya que es se trata de la presentación de la Unidad Didáctica y de los conceptos básicos de seguridad y por lo tanto, se modifica respecto la estructura común (Calentamiento, Parte principal y Vuelta a la calma).			

Título Unidad Didáctica : La Academia de los AcroHéroes (Acrosport, Deporte acrobático)			
Sesión n°: 2		Curso: 3º ESO	
Trimestre: 2			
Nombre de la Sesión: Juegos relacionados con las capacidades físicas coordinativas y condicionales que requiere el Acrosport.			
Duración: 60 min		Tipo Sesión: Desarrollo	
Instalaciones: Gimnasio		Material: 3 bancos suecos	
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: Aplicar las capacidades físicas coordinativas y condicionales relacionadas con el Acrosport mediante la realización de las diferentes tareas planteadas.			
Contenidos desarrollados: Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices.			
Justificación de la Metodología: La gamificación es una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018). La finalidad es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante (Oliva, 2016).			
Estilo Enseñanza: Asignación de tareas Estrategia: Global con polarización de atención			
Agrupación: Grupos reducidos			
Posición Profesor: Posición central + Posición interna		Tipo Feedback: Concurrente e inmediato	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	General: Movilidad articular	 <p>(Piquer, 2020)</p> 	8'
	La cigüeña coja: Todos a la pata coja menos un par de alumnos que la paran. Para no ser atrapados nos podemos poner en cuclillas hasta que otra cigüeña nos salve tocando la cabeza. La cigüeña que es atrapada pasa a parar.	6'	
Parte principal	La travesía: · Un alumno empieza a desplazarse desde un extremo de un banco y el otro por el otro extremo; deben cruzarse sin caer. Podemos hacerlo frontalmente y después de espaldas. · Uno de cada fila: Pasar uno por debajo de las piernas del otro · Pelea de piratas: Dos alumnos sobre un banco intentan echarse el uno al otro.		20'
	El puente mortal: pasar por encima de los bancos mientras algunos compañeros/as lanzan pelotas de espuma para derribarlos. Los que tiran las pelotas lo hacen sentados y otros recogen. Luego cambio de roles.		15'
V. Calma	¿Cuántos cabemos?: La clase se divide en dos grupos. Gana el grupo que logra tener un mayor número de componentes sin caer del banco.		6'
	Recogida del material e higiene personal	5'	
Actividades de Refuerzo: En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.			
Actividades de Ampliación: Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras			

previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.

Título Unidad Didáctica: La Academia de los AcroHéroes (Acrosport, Deporte acrobático)			
Sesión n°: 3		Curso: 3º ESO	
Trimestre: 2			
Nombre de la Sesión: La Academia de los AcroHéroes (Nivel verde) Duración: 60 min			
Tipo Sesión: Desarrollo - Evaluación			
Instalaciones: Gimnasio		Material: 3 aros, 15 colchonetas y proyector	
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: Aplicar las medidas de seguridad necesarias (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) del acrosport para prevenir posibles lesiones o accidentes. Ejecutar figuras y pirámides pertinentes de la modalidad en los grupos de trabajo.			
Contenidos desarrollados: Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida. Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica del acrosport. Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices en los grupos de trabajo.			
Justificación de la Metodología: La gamificación es una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018). La finalidad es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante (Oliva, 2016).			
Estilo Enseñanza: Asignación de tareas			
Estrategia: Global polarizando la atención. Agrupación: Por parejas, grupos reducidos y gran grupo.			
Posición Profesor: Posición central + Posición interna		Tipo Feedback: Concurrente e inmediato	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	General: Movilidad articular		8'
	Batalla de gallos: Por parejas, los alumnos se distribuyen por el espacio en cuclillas uno frente al otro, con las manos intentar desequilibrar al compañero. Cada minuto se realiza cambio de parejas.		7'
Parte principal	Nivel verde: Distribuidos en grupos de cinco alumnos. Cada grupo dispone de un QR que lo dirige a la plantilla con distintas figuras de nivel fácil. Cada figura o pirámide realizada debe ser comprobada por el docente para dar el visto bueno y otorgar la puntuación (XP) en la gamificación. Cada 6' se cambian los QR entre los diferentes grupos. (Evaluación: Lista de control 30%)		30'
V. Calma	Cadena del aro: Todo el mundo cogido de las manos en un círculo. Se colocan tres aros de distinto tamaño en medio de la cadena formada por los brazos de los participantes. Se trata de pasarse el aro de un jugador/a a otro sin soltar las manos hasta conseguir dar la vuelta a todo el corro.		10'
	Recogida del material e higiene personal		5'

Actividades de Refuerzo: En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.

Actividades de Ampliación: Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.

Observaciones: Link de la gamificación: <https://www.myclassgame.es/students/bA6pkta3iedeRg2bu>
Código clase: bA6pkt

Título Unidad Didáctica: La Academia de los AcroHéroes (Acrosport, Deporte acrobático)			
Sesión n°: 4		Curso: 3º ESO	
Trimestre: 2			
Nombre de la Sesión: La Academia de los AcroHéroes (Nivel amarillo) Duración: 60 min			
Tipo Sesión: Desarrollo - Evaluación			
Instalaciones: Gimnasio		Material: 15 colchonetas y proyector	
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: Aplicar las medidas de seguridad necesarias (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) del acrosport para prevenir posibles lesiones o accidentes. Ejecutar figuras y pirámides pertinentes de la modalidad en los grupos de trabajo.			
Contenidos desarrollados: Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida. Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica del acrosport. Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices en los grupos de trabajo.			
Justificación de la Metodología: La gamificación es una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018). La finalidad es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante (Oliva, 2016).			
Estilo Enseñanza: Asignación de tareas			
Estrategia: Global polarizando la atención Agrupación: Por parejas, grupos reducidos y gran grupo.			
Posición Profesor: Posición central + Posición interna		Tipo Feedback: Concurrente e inmediato	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	General: Movilidad articular	 <p>(Piquer, 2020)</p> 	8'
	Transportes de compañeros por parejas: caballo, carretilla del derecho y del revés... Transportes de compañeros por grupos: camilla, silla de la reina...		7'
Parte principal	Nivel amarillo: Distribuidos en grupos de cinco alumnos. Cada grupo dispone de un QR que lo dirige a la plantilla con distintas figuras de nivel medio. Cada figura o pirámide realizada debe ser comprobada por el docente para dar el visto bueno y otorgar la puntuación (XP) en la gamificación. Cada 6' se cambian los QR entre los diferentes grupos. (Evaluación: Lista de control 30%)		30'
V. Calma	El director de orquesta: Todos en círculo excepto un alumno que se aleja. Los del corro deciden quién será el director de la orquesta. El alumno que se ha marchado vuelve y se coloca en medio del corro. El director va realizando acciones con mímica de diferentes deportes y los demás le imitan. El alumno de en medio debe adivinar quién es el director.		10'
	Recogida del material e higiene personal		5'

Actividades de Refuerzo: En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.

Actividades de Ampliación: Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.

Observaciones: Link de la gamificación: <https://www.myclassgame.es/students/bA6pkta3iedeRg2bu>
Código clase: bA6pkt

Título Unidad Didáctica : La Academia de los AcroHéroes (Acrosport, Deporte acrobático)			
Sesión nº: 5		Curso: 3º ESO	
Trimestre: 2			
Nombre de la Sesión: La Academia de los AcroHéroes (Nivel rojo) Duración: 60 min			
Tipo Sesión: Desarrollo - Evaluación			
Instalaciones: Gimnasio Material: 1 aro por alumno, 15 colchonetas y proyector Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: Aplicar las medidas de seguridad necesarias (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) del acrosport para prevenir posibles lesiones o accidentes. Ejecutar figuras y pirámides pertinentes de la modalidad en los grupos de trabajo.			
Contenidos desarrollados: Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida. Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica del acrosport. Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices en los grupos de trabajo.			
Justificación de la Metodología: La gamificación es una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018). La finalidad es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante (Oliva, 2016).			
Estilo Enseñanza: Asignación de tareas			
Estrategia: Global polarizando la atención Agrupación: Grupos reducidos y gran grupo.			
Posición Profesor: Posición central + Posición interna		Tipo Feedback: Concurrente e inmediato	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	General: Movilidad articular	 <p>(Piquer, 2020)</p>	8'
	El péndulo: Con los mismos grupos de cinco, se disponen en un círculo bien cerrado y uno de ellos se pone en el centro. La persona que está en medio debe cerrar los ojos y dejarse caer en cualquier dirección, sin doblar el cuerpo. Los participantes deben ir lanzando o empujando suavemente al voluntario de un lado para otro sin que se caiga. El péndulo deberá estar siempre rígido, como un palo, para no hacerse daño.		12'
Parte principal	Nivel rojo: Distribuidos en grupos de cinco alumnos. Cada grupo dispone de un QR que lo dirige a la plantilla con distintas figuras de nivel difícil. Cada figura o pirámide realizada debe ser comprobada por el docente para dar el visto bueno y otorgar la puntuación (XP) en la gamificación. Cada 6' se cambian los QR entre los diferentes grupos. (Evaluación: Lista de control 30%)		30'
V. Calma	Los flamencos: En círculo o dispersos por el espacio, dentro de un aro. En la señal se ponen a la pata coja y con un pie cogido con la mano, sin moverse del aro. A ver quién aguanta más.		5'
	Recogida del material e higiene personal		5'

Actividades de Refuerzo: En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.

Actividades de Ampliación: Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.

Observaciones: Link de la gamificación: <https://www.myclassgame.es/students/bA6pkta3iedeRg2bu>

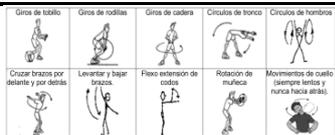
Código clase: bA6pkt

Título Unidad Didáctica: La Academia de los AcroHéroes (Acrosport, Deporte acrobático)			
Sesión nº: 6		Curso: 3º ESO	
Nombre de la Sesión: Creación de la Coreografía I		Duración: 60 min	Tipo Sesión: Desarrollo
Instalaciones: Gimnasio		Material: 15 colchonetas y altavoz	Nº Alumnos/as: 25
Objetivos didácticos de la sesión:			
Aplicar las medidas de seguridad necesarias (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) del acrosport para prevenir posibles lesiones o accidentes.			
Ejecutar figuras y pirámides pertinentes de la modalidad en los grupos de trabajo.			
Crear y participar en una coreografía grupal de acrosport con base musical.			
Contenidos desarrollados:			
Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida.			
Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica del acrosport.			
Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices en los grupos de trabajo.			
Justificación de la Metodología: La gamificación es una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018). La finalidad es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante (Oliva, 2016).			
Estilo Enseñanza: Enseñanza basada en la tarea			
Estrategia: Global polarizando la atención Agrupación: Grupos reducidos y gran grupo.			
Posición Profesor: Posición central + Posición interna		Tipo Feedback: Concurrente e inmediato	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	General: Movilidad articular	 <p>(Piquer, 2020)</p>	8'
	STOP: Los alumnos que estén en STOP deben quedarse con los brazos abiertos y el resto de alumnos, para salvarlos, deben ponerse en posición cuadrúpeda delante del alumno en STOP para que se suba de pie encima de este aguantando tres segundos. De esta forma, el alumno podría volver a jugar.	 <p>(Juego y deporte, 2021)</p>	7'
Parte principal	Creación de la coreografía: Trabajo por grupos de la composición de la parte inicial (primeros 30-40") de la coreografía grupal. Elección de la canción. Elección de figuras o pirámides y transiciones. (Evaluación: Escala de valoración 10%)		30'
	Representación: Cada grupo exhibe la parte de la coreografía practicada hasta el momento.		5'
V. Calma	Cumpleaños mudo: Todos los participantes deben ordenarse, en un principio según el mes en el que han nacido y después según el día. No pueden hablar sólo pueden hacer gestos para comunicarse.		5'
	Recogida del material e higiene personal		5'

Actividades de Refuerzo: En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.

Actividades de Ampliación: Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.

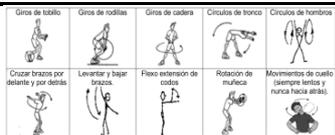
Observaciones:

Título Unidad Didáctica: La Academia de los AcroHéroes (AcroSport, Deporte acrobático)			
Sesión n°: 7		Curso: 3º ESO	
Nombre de la Sesión: Creación de la Coreografía II		Duración: 60 min	
Tipo Sesión: Desarrollo - Evaluación			
Instalaciones: Gimnasio		Material: 15 colchonetas y altavoz	
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: Aplicar las medidas de seguridad necesarias (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) del acrosport para prevenir posibles lesiones o accidentes. Ejecutar figuras y pirámides pertinentes de la modalidad en los grupos de trabajo. Crear y participar en una coreografía grupal de acrosport con base musical.			
Contenidos desarrollados: Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida. Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica del acrosport. Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices en los grupos de trabajo.			
Justificación de la Metodología: La gamificación es una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018). La finalidad es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante (Oliva, 2016).			
Estilo Enseñanza: Enseñanza basada en la tarea			
Estrategia: Global polarizando la atención Agrupación: Grupos reducidos y gran grupo.			
Posición Profesor: Posición central + Posición interna		Tipo Feedback: Concurrente e inmediato	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	General: Movilidad articular	 <p>(Piquer, 2020)</p> 	8'
	Los vientos: El viento del norte cuando te toca te congela, entonces debes quedarte en la posición aguantando el equilibrio hasta que el viento del sur que es cálido te descongela.		7'
Parte principal	Creación de la coreografía: Trabajo por grupos de la composición de la parte restante de la coreografía grupal (1-1:30 min). Elección del vestuario. (Evaluación: Escala de valoración 10%)		25'
	Representación: Ensayo general de las coreografías por grupos.		10'
V. Calma	La fotografía: Dos alumnos hacen de fotógrafos y el resto posan en una foto grupal. Los dos fotógrafos se dan la vuelta y el resto se intercambia de posición. Luego, los fotógrafos deben identificar los cambios que se han producido.		5'
	Recogida del material e higiene personal		5'

Actividades de Refuerzo: En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.

Actividades de Ampliación: Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.

Observaciones:

Título Unidad Didáctica: La Academia de los AcroHéroes (Acrosport, Deporte acrobático)			
Sesión n°: 8		Curso: 3º ESO	
Nombre de la Sesión: Exhibición de la coreografía		Duración: 60 min	
Tipo Sesión: Tarea Final Culminativa Evaluativa			
Instalaciones: Gimnasio		Material: 15 colchonetas, altavoz y proyecto	
Nº Alumnos/as: 25			
Objetivos didácticos de la sesión: Aplicar las medidas de seguridad necesarias (presas de manos, apoyos, ayudas, colocación de la espalda, piernas o manos y fases de construcción de las figuras) del acrosport para prevenir posibles lesiones o accidentes. Ejecutar figuras y pirámides pertinentes de la modalidad en los grupos de trabajo. Crear y participar en una coreografía grupal de acrosport con base musical.			
Contenidos desarrollados: Valoración y uso de hábitos higiénicos y conductas saludables que aseguren la calidad de vida. Aplicación de protocolos, medidas de seguridad y prevención de lesiones en la práctica del acrosport. Resolución eficiente de tareas de cierta complejidad en situaciones motrices en los grupos de trabajo.			
Justificación de la Metodología: La gamificación es una metodología que consiste en pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, colaboración, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Contreras-Espinosa & Eguia-Gómez, 2018). La finalidad es motivar al estudiante a involucrarse activamente en la transformación de una clase convencional en una experiencia de aprendizaje atractiva y desafiante (Oliva, 2016).			
Estilo Enseñanza: Enseñanza basada en la tarea			
Estrategia: Global polarizando la atención Agrupación: Grupos reducidos y gran grupo.			
Posición Profesor: Posición central + Posición interna		Tipo Feedback: Concurrente e inmediato	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	General: Movilidad articular	 <p>(Piquer, 2020)</p> 	8'
	La cigüeña coja: Todos a la pata coja menos un par de alumnos que la paran. Para no ser atrapados nos podemos poner en cuclillas hasta que otra cigüeña nos salve tocando la cabeza. La cigüeña que es atrapada pasa a parar.		7'
Parte principal	Ensayo Final: Último repaso de las coreografías por grupos.		12'
	Representación: Exhibición de las coreografías grupales con música. (Evaluación: Rúbrica 30%)		12'
	Cuestionario Final: En los mismos grupos de trabajo, deben responder una serie de preguntas con una única respuesta válida. Cada respuesta correcta sumará 20XP en la gamificación para el equipo correspondiente (Evaluación: Cuestionario 20%)		10'

V. Calma	Reflexión general de toda la Unidad Didáctica, indicando cada grupo aspectos positivos y aspectos mejorables para otros años.		6'
	Recogida del material e higiene personal		5'
<p>Actividades de Refuerzo: En los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, el alumnado que quiera puede coger colchonetas para practicar las figuras de acrosport practicadas en clase con anterioridad.</p> <p>Actividades de Ampliación: Los alumnos con alto nivel podrán realizar figuras de 8 o más personas en los recreos que el docente se encuentre como responsable del gimnasio, siempre enseñando las figuras previamente. Deberán realizar un mínimo de 5 figuras a lo largo de la Unidad Didáctica, presentando un documento con las imágenes de las figuras planteadas y con imágenes de sus construcciones para ver la similitud. Además, deberán indicar los diferentes roles (portor, ágil y ayudante) de cada alumno e indicar las ayudas que han necesitado para cada figura.</p>			
Observaciones:			

VII. CONCLUSIONES

7. CONCLUSIONES

Las conclusiones del presente Trabajo Final de Máster sirven para reflexionar y analizar en relación a los objetivos generales establecidos para el estudio. A través de éste, se ha plasmado una propuesta de Unidad Didáctica motivadora basada en el Acrosport, con el uso de la gamificación como metodología didáctica. Esta propuesta se ha desarrollado para alumnos de 3º de la ESO, con el objetivo de fomentar el aprendizaje y la aplicación de los fundamentos del Acrosport de una forma divertida, creativa y progresiva.

El primer objetivo general del estudio ha consistido en elaborar una propuesta de Unidad Didáctica para los alumnos de 3º de la ESO contextualizada en el Acrosport, siguiendo una planificación progresiva. Para lograr este objetivo se ha diseñado una secuencia de sesiones de Acrosport para facilitar a los estudiantes adquirir habilidades y destrezas básicas de forma progresiva y sistemática. Mediante el uso de actividades lúdicas y desafiantes, se ha buscado estimular su participación activa y mantener su motivación durante el proceso de aprendizaje.

En segundo lugar, la propuesta ha incluido actividades para promover la cooperación, la comunicación y el respeto por los demás. Todo esto se hace para intentar generar un entorno propicio para el trabajo en equipo y contribuir a establecer una convivencia positiva entre los estudiantes durante las sesiones de Acrosport.

Por último, se han establecido objetivos de aprendizajes claros y mensurables para las sesiones de Acrosport. Esto permite evaluar el progreso a lo largo de la Unidad Didáctica, conocer sus logros y áreas de mejora de forma constante y tomar conciencia de sus propios aprendizajes.

El segundo objetivo general del estudio es profundizar en el conocimiento de la Gamificación, analizando las características principales, sus ventajas y examinar las posibilidades que ofrece.

Para poder conseguir este objetivo se ha llevado a cabo una investigación exhaustiva y un análisis de los principales fundamentos teóricos de la Gamificación y su relación con el Acrosport. Además, se han identificado las características y ventajas específicas de la Gamificación, lo que ha permitido comprender cómo puede enriquecer la experiencia de aprendizaje de los alumnos en el ámbito del Acrosport.

El tercero y último objetivo general del estudio es establecer instrumentos de evaluación basados en criterios claros y objetivos para valorar la consecución de las habilidades y destrezas motrices.

Para conseguir este objetivo, se ha diseñado rúbricas, listas de control y escaleras de valoración para medir el grado de consecución de los objetivos didácticos mediante indicadores claros y objetivos. Estos indicadores proporcionan una guía detallada para la evaluación y facilitan la identificación de los avances y áreas de mejora de los estudiantes en estas áreas específicas.

De esta forma, podemos concluir con éxito que se han alcanzado todos los objetivos generales planteados inicialmente en este Trabajo Final de Máster. La propuesta de Unidad Didáctica a los alumnos de 3º de la ESO ha sido una oportunidad enriquecedora para aprender y aplicar los fundamentos del Acrosport de una forma divertida, creativa y progresiva. Además, este estudio ha supuesto una oportunidad para explorar y aplicar nuevas estrategias didácticas a la enseñanza del Acrosport.

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

8. LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA.

En primer lugar, merece destacarse la complejidad del mundo de la gamificación, lo que me ha obligado a realizar correcciones y ajustes a medida que desarrollaba la Unidad Didáctica.

La principal limitación es la falta de resultados prácticos al tratarse de una propuesta de intervención. Sería muy interesante poder determinar si la metodología utilizada es adecuada, si la secuencia de las sesiones se adapta al nivel de los alumnos y si la gamificación les motiva. No poder obtener resultados concretos puede suponer una limitación para la evaluación y validación de la propuesta. En un futuro, como profesor en un centro, me gustaría implementar esta Unidad Didáctica para comprobar su adecuación a los alumnos. Esta posibilidad puede ofrecer un panorama más amplio para evaluar la eficacia de la metodología, comprobar que las sesiones ayudan al avance de los estudiantes y recopilar más datos para el estudio.

Son imprescindibles futuras investigaciones para incorporar las nuevas metodologías de enseñanza a nivel educativo, con el objetivo de generar confianza en los futuros docentes y promover un mejor desarrollo del futuro educativo de los alumnos. Es particularmente importante destacar el papel fundamental que estas metodologías desempeñan en la salud física y psíquica de los adolescentes. En el caso concreto de este Trabajo de Fin de Máster, podrían realizarse investigaciones para examinar el impacto del uso de esta metodología de enseñanza en los alumnos, así como su influencia en el desarrollo de su independencia y autonomía, y cómo puede inspirarles a practicar deporte fuera del aula. Por lo general, en el ámbito de la Educación Física, existe una carencia de investigaciones, lo que implica la necesidad de mejorar y progresar como docentes.

IX REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Ávalos-Ramos, M. A., Martínez-Ruiz, M. Á., & Merma-Molina, G. (2019). *Implementation and Evaluation of a Collaborative Gymnastic Strategy*. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2019.76.001>

Coll-Salvador, C. (2007). Las competencias en la educación escolar: Algo más que una moda y mucho menos que un remedio. *Aula de innovación educativa*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/86056>

Contreras-Espinosa, R. S., & Eguia-Gómez, J. L. (2018). *Experiencias de gamificación en aulas*. Bellaterra: InCom-UAB Publicacions.

Escalante, Y. (2011). Actividad física, ejercicio físico y condición física en el ámbito de la salud pública. *Revista Española de Salud Pública*, 85(4), 325-328.

Fernández-Cabrera, J. M., Pintor-Díaz, P., Hernández-Sánchez, Á. J., & Hernández-Alvárez, A. (2009). Hacia una educación física inclusiva: Análisis de la intervención docente y su efecto en la inclusión del alumnado con discapacidad motriz, en su autoconcepto y en las expectativas del grupo-clase. *Acciónmotriz*, 2 (Enero-Junio), 17-27.

Fernández-Rodríguez, R., Alonso-Fernández, D., Sánchez-Gutiérrez, Á., & García-Soidán, J. L. (2004). *LA TRANVERSALIDAD EN EL ACROSPORT Y LA GIMNASIA AERÓBICA (ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA)*.

Fodero, J. M., & Furblur, E. E. (1988). *Creating Gymnastic Pyramids and Balances. A Safe and Fun Approach!* Leisure Press, Human Kinetics Publishers, Inc.

García-Aretio, L. (2016). El juego y otros principios pedagógicos: Supervivencia en la educación a distancia y virtual. *RIED: revista iberoamericana de educación a distancia*, 19(2), 9-23.

García-Ciriero, R. (2009). Experiencias para educar en valores a través del acrosport. *Cáparra : revista de innovación y experiencias educativas de los Centros de Profesores y Recursos de la Provincia de Cáceres*.
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/28760>

Hamari, J., & Koivisto, J. (2013). Social Motivations To Use Gamification: An Empirical Study Of Gamifying Exercise. *ECIS 2013 Completed Research*. 105.

Hellín, G., Moreno-Murcia, J. A., & Llamas, L. S. (2004). La enseñanza de habilidades gimnásticas y acrobáticas en la etapa escolar. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 4(14), 2.

Islas-Torres, C. (2017). La implicación de las TIC en la educación: Alcances, Limitaciones y Prospectiva. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(15), 861-876. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.324>

Kapp, K. M. (2012). *The Gamification of Learning and Instruction: Game-based Methods and Strategies for Training and Education*. John Wiley & Sons.

Lazzari, M. (2014). Combinación de Aprendizaje Cooperativo e Individual en una Asignatura de Química de Materiales. *Formación universitaria*, 7(4), 39-46.
<https://doi.org/10.4067/S0718-50062014000400005>

León-Prados, J. A. (2004). Seguridad e higiene en la práctica saludable del acrosport. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 4(16), 3.

López-Pintor, R. (2010). El acrosport: Una propuesta cooperativa para el desarrollo. *EmásF: revista digital de educación física*, 4, 37-52.

Muñoz-Rojas, D. (2018). Módulo: Fundamentos teóricos, pedagógicos y didácticos de los deportes acrobáticos. En *Instname:Universidad Santo Tomás*. Universidad Santo Tomás. <https://doi.org/10.15332/li.lib.2018.00172>

Oliva, H. A. (2016). La gamificación como estrategia metodológica en el contexto educativo universitario. *Realidad y Reflexión*, 29-47. <https://doi.org/10.5377/ryr.v44i0.3563>

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: De un vistazo*. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/337004>

Peraza-Zamora, C., Gil-López, Y., Pardo-García, Y., & Soler-Cruz, L. O. (2017). Caracterización de los medios de enseñanza en el proceso de enseñanza- aprendizaje en la Educación Física. *PODIUM: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 12(1), 4-11.

Perea-Caballero, A. L., López-Navarrete, G. E., Perea-Martínez, A., Reyes-Gómez, U., Santiago-Lagunes, L. M., Ríos-Gallardo, P. A., Lara-Campos, A. G., González-Valadez, A. L., García-Osorio, V., Hernández-López, M. A., Solís-Aguilar, D. C., & Paz-Morales, C. de la. (2020). Importancia de la Actividad Física. *Salud Jalisco*, 6(2), 121-125.

Reguera, X. R., & Gutiérrez-Sánchez, Á. (2015). Implementación de un programa de Gimnasia Acrobática en Educación Secundaria para la mejora del autoconcepto. *Retos*, 27, 114-117. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i27.34359>

Ruiz-Llamas, G., & Cabrera-Suárez, D. (2004). Los valores en el deporte. *Revista de educación*. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/67970>

Vernetta-Santana, M., López-Bedoya, J., Gómez-Landero, L. A., Bohórquez, B., & García-Martínez, J. (2000). Iniciación al acrosport a través de actividades lúdicas. *Actas del V simposio nacional de actividades gimnásticas : (Cáceres, marzo 2000), 2001*, ISBN 84-7723-443-4, págs. 89-108, 89-108. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1349034>

Vernetta-Santana, M., López-Bedoya, J., & Panadero-Bautista, F. (1996). *El acrosport en la escuela*. Barcelona : INDE, 1996. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/60174>

Vidarte-Claros, J. A., Vélez-Álvarez, C., Sandoval-Cuellar, C., & Alfonso-Mora, M. L. (2011). ACTIVIDAD FÍSICA: ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD. *Hacia la Promoción de la Salud*, 16(1), 202-218.

Zichermann, G., & Cunningham, C. (2011). *Gamification by Design: Implementing Game Mechanics in Web and Mobile Apps*. O'Reilly Media, Inc.

X ANEXOS

10.-ANEXOS

Anexo 1. Lista de control del día a día y de hábitos de higiene (10%)

Alumnos	09/01	10/01	11/01	12/01	13/01	16/01	17/01	18/01	19/01
Ainara									
Albert									
Alex									
Berta									
Bárbara									
Carla									
Carlos									

A = Ausencia / P = No participa / M = Falta de material / H = Falta higiene personal

Anexo 2. Escala de valoración de la creación de la coreografía (10%)

Grupo:

1r día (5%)	1	2	3	4	5
Proponen canciones o músicas					
Eligen las figuras/pirámides/transiciones					
Preparan la primera parte de la coreografía					
Practican la primera parte de la coreografía					
Respetan las normas de seguridad					
2º día (5%)					
Eligen el vestuario					
Eligen las figuras/pirámides/transiciones					
Preparan la segunda parte de la coreografía					
Practican la segunda parte de la coreografía					
Respetan las normas de seguridad					

1 = nunca/nadie // 2 = casi nunca/nadie // 3 = a veces/algunos // 4 = casi siempre/todos // 5 = siempre/todos

Anexo 3. Rúbrica para la coreografía grupal (30%)

Grupo:

	Muy bien (4)	Bien (3)	Regular (2)	Mejorable (1)
Formación de figuras y pirámides	Realizan todas las figuras y pirámides (6)	Realizan casi todas las figuras y pirámides (5-4)	Realizan la mitad de las figuras y pirámides (3)	Realizan menos de la mitad de las figuras y pirámides (2-1-0)
Ejecución	Correcta ejecución de figuras y pirámides de forma segura y atendiendo a las fases de montaje, equilibrio y desmontaje.	Correcta ejecución de las figuras y casi siempre atienden a las fases de montaje, equilibrio y desmontaje.	Ejecución mejorable y a veces atienden a las fases de montaje, equilibrio y desmontaje.	Ejecución incorrecta, ya que no siguen las fases de montaje, equilibrio y desmontaje.
Transiciones	Realizan desplazamientos gimnásticos, pasos coreográficos o deportivos en cada transición.	Realizan desplazamientos gimnásticos, pasos coreográficos o deportivos en casi todas las transiciones.	Realizan desplazamientos gimnásticos, pasos coreográficos o deportivos en las transiciones de forma puntual.	No realizan desplazamientos gimnásticos, pasos coreográficos o deportivos.
Vestuario y música	El grupo va de forma unánime con el vestuario y la música.	La mayoría del grupo va de acuerdo al vestuario elegido de antemano.	Menos de la mitad del grupo van con el vestuario escogido.	No tienen vestuario ni selección de la música.
Creatividad/Iniciativa	Coreografía original por su música, ropa y figuras. Son novedosos.	Coreografía original por su música y ropa. Hacen figuras simples.	Coreografía básica por su música, ropa y figuras simples.	Coreografía pobre en la elección de la música, ropa y figuras.
Ocupación de espacios y orientación	Adecuada, organizada y correctamente orientado al público.	Adecuada y correctamente orientado al público pero desorganizada.	Orientado al público pero inadecuada y desorganizada.	Inadecuada, desorganizada y no orientado al público.

Evaluación Triádica: Heteroevaluación (docente) = 15% / Coevaluación (Otros grupos) = 10% / Autoevaluación (Propio grupo) = 5%

Anexo 4. Cuestionario sobre conceptos básicos (20%)

Link del cuestionario: <https://quizizz.com/embed/quiz/6475d2ff7733a5001e2fa119>

QR:



Anexo 5. Plantillas de figuras de Acrosport (Nivel Verde)

Plantilla 1



Plantilla 2



Plantilla 3



Plantilla 4



Plantilla 5



Anexo 6. Plantillas de figuras de Acrosport (Nivel Amarillo)

Plantilla 1



Plantilla 2



Plantilla 3



Plantilla 4



Plantilla 5



Anexo 7. Plantillas de figuras de Acrosport (Nivel Rojo)

Plantilla 1



Plantilla 2



Plantilla 3



Plantilla 4



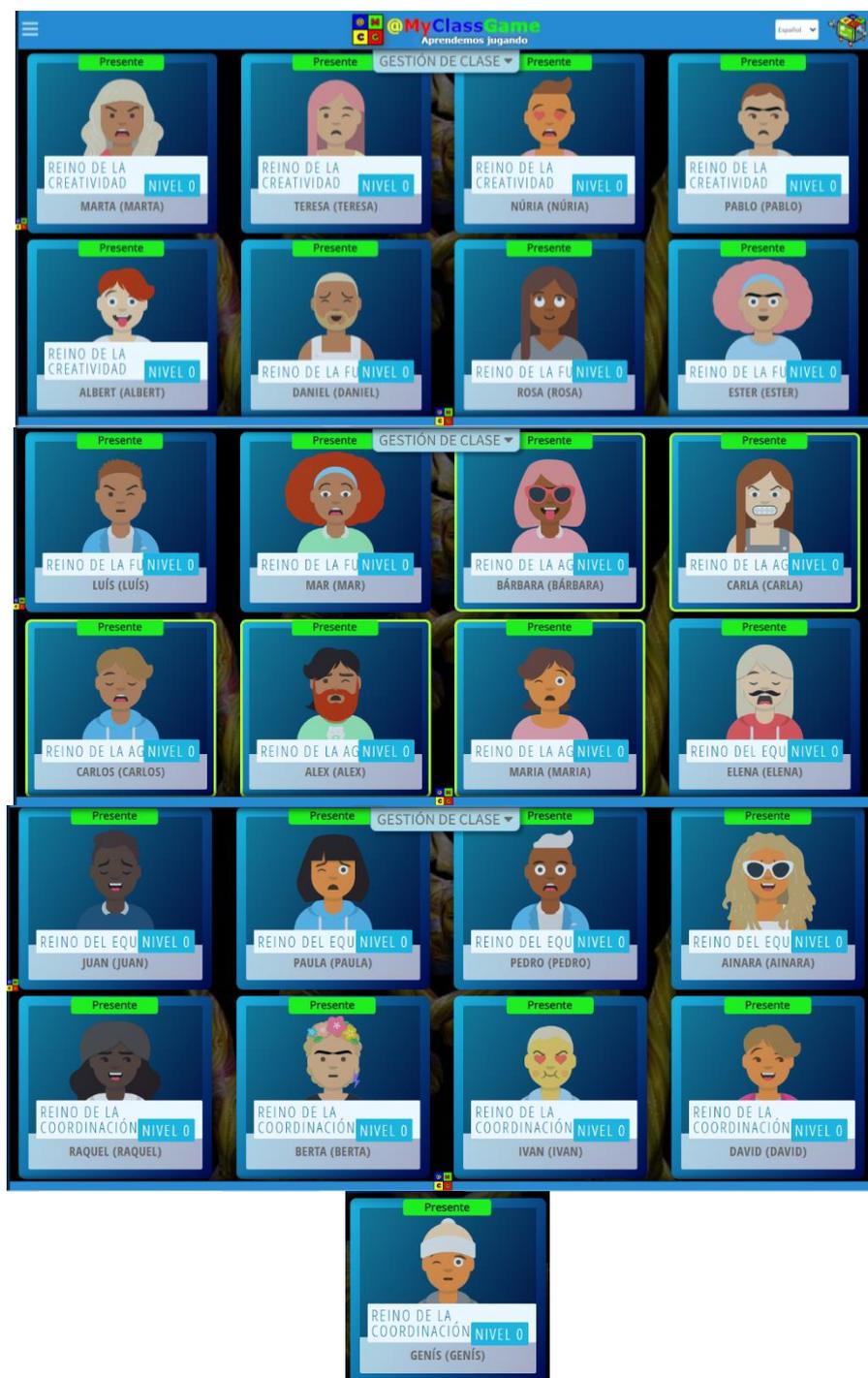
Plantilla 5



Anexo 8. Programación en la etapa de la ESO (2022-2023)

	1r ESO	2n ESO	3r ESO	4t ESO
Condició física i salut	<p>El cos humà L'escalfament Proves valoració C.F. Qualitats físiques HMB Salut: esquena sana SVB 1</p>	<p>L'escalfament Proves valoració C.F. QFB: resistència, força i velocitat. FC Salut: el sedentarisme i hàbits saludables i perjudicials SVB 2</p>	<p>L'escalfament Proves valoració C.F. Sistemes d'entrenament: resistència, força i velocitat. Tècniques de relaxació Salut: alimentació SVB 3</p>	<p>L'escalfament Proves valoració C.F. Sistemes d'entrenament: resistència, força i velocitat. Tècniques de relaxació Salut: alimentació SVB 4</p>
Joc i esports	<p>Jocs populars Jocs preesportius Esport individual: gimnàstica artística Esport col·lectiu: bàsquet, Korfball.</p>	<p>Jocs amb material alternatiu Esport col·lectiu: voleibol, hoquei Esport individual: bàdminton</p>	<p>Esport col·lectiu: handbol, rugbi. Esports d'adversari: pales Esport individual: atletisme</p>	<p>Esport col·lectiu: voleibol, futbol i hoquei. Esport individual: atletisme (proves de velocitat) AF temps de lleure (organització d'activitats)</p>
Expressió corporal	Activitats de circ	Ball de bastons		Ball
Activitats en el medi ambient	El senderisme: L'excursió combinada activitats medi natural.	BBT (via verda)	Activitats d'orientació	Activitats medi natural: orientació y piragüisme.

Anexo 9. Avatares de los alumnos



Anexo 10. Equipos de la gamificación (Reinos)



Anexo 11. Narrativa de la gamificación

Español
@MyClassGame
Aprendemos jugando

AVENTURA

NARRATIVA MIISIONES

Nombre
 La Academia de los AcroHéroes

Descripción Editar

¡Bienvenidos AcroHéroes!

La Academia de los AcroHéroes es una legendaria academia oculta en un mundo donde el equilibrio y la armonía son cruciales. Esta escuela es conocida por instruir a niños superdotados en la disciplina del Acrosport, que combina destreza física, coordinación y creatividad.

El Amuleto de la Armonía, un artefacto anticuado que preserva el equilibrio mundial, se confía a la Academia de los AcroHéroes con una importante misión, protegerlo. Sin embargo, el amuleto fue robado y ahora está disperso por varios reinos. La clase de tercero de ESO tiene el deber de recuperar el amuleto y transformarse en verdaderos AcroHéroes para recuperar la paz.

Se asignarán equipos de estudiantes, y actuarán como valientes AcroHéroes en su búsqueda para encontrar el amuleto perdido. Cada equipo, que representará a un reino, deberá superar obstáculos acrobáticos para ganar experiencia que les permita encontrar el amuleto.

En cada reino, los equipos enfrentarán pruebas físicas y acrobáticas relacionadas con el Acrosport. Además de aprender maniobras acrobáticas desafiantes, se les pedirá que construyan pirámides y figuras humanas. Cada figura o pirámide realizada correctamente les otorgará cierta experiencia en función del nivel de dificultad, que los acercará al paradero del amuleto.

El éxito de su misión estará muy influenciado por su capacidad para trabajar en equipo, ser creativo y respetar a los demás.

Los equipos se reunirán en una gran ceremonia al final del recorrido para conocer que reino se ha quedado con el amuleto. El reino que haya conseguido un mayor número de experiencia mediante los desafíos, figuras o pirámides, será el reconocido como los verdaderos AcroHéroes y tendrán el privilegio de proteger el Amuleto de la Armonía en el futuro.

Anexo 12. Misión y tareas de la gamificación.

The screenshot displays a gamification interface. At the top, there are navigation buttons for 'Misiones', 'M1', and 'Mapa'. Below this, the section is titled 'MISION GRUPAL 1'. On the left, there is a mission card for 'AMULETO DE LA ARMONIA' with a 'MISION 1' icon. To the right, a form allows editing the mission details: 'Nombre' (Amuleto de la Armonía), 'Tipo' (Grupal), 'Descripción' (Conseguir el mayor número de experiencia mediante las diferentes tareas para ser reconocidos como los verdaderos AcroHéroes y tener el privilegio de proteger el Amuleto de la Armonía en el futuro.), 'Color' (Yellow), and 'Número de Misión' (1). Below the mission card, there is a row of task cards: 'NUEVA TAREA' (Crear Nueva Tarea), 'TAREA 1' (0 XP, Nivel Verde), 'TAREA 2' (0 XP, Nivel Amarillo), 'TAREA 3' (0 XP, Nivel Rojo), and 'TAREA 4' (0 XP, Questionario).

Anexo 13. Elementos de juego (Gamificación)

The screenshot displays a grid of gamification elements. Each element consists of an icon, a title, a description, and a point value. The elements are:

- Figura Nivel Verde:** Figura bien realizada. PUNTOS: 50.
- Figura Nivel Amarillo:** Figura bien realizada. PUNTOS: 100.
- Figura Nivel Rojo:** Figura bien realizada. PUNTOS: 150.
- Trabajan en clase:** El grupo se organiza, colabora y trabaja en equipo durante la sesión. PUNTOS: 50.
- No trabajan en clase:** El grupo no se organiza, no colabora y no trabaja en equipo durante la sesión. PUNTOS: 1.
- Higiene:** Todos los miembros del grupo se han lavado y se han cambiado de ropa. PUNTOS: 50.
- Mala higiene:** Algún miembro del grupo no se ha lavado o no se ha cambiado de ropa. PUNTOS: 1.
- Respuesta correcta:** Cada respuesta correcta del cuestionario suma 20 XP el equipo correspondiente. PUNTOS: 20.

Anexos 14. Niveles de progresión

Parámetros de los niveles

Cambio de nivel: 500

Ratio entre niveles: 1,3

Cambio de nivel automático en función de los XP

Niveles

Nivel	Cambio de nivel	Descripción
1	500	Nivel 1
2	1150	Nivel 2
3	1990	Nivel 3
4	3090	Nivel 4
5	4520	Nivel 5

Anexo 15. Insignias por consecución de nivel y por clasificación del cuestionario

<p>NIVEL 1</p> <p>Novatos Atrevidos</p> <p>Insignia recibida por llegar al nivel 1.</p> <p>XP: 25</p> <p>Pasa el ratón para editar</p>	<p>NIVEL 2</p> <p>Acróbatas Principiante</p> <p>Insignia recibida por llegar al nivel 2.</p> <p>XP: 50</p> <p>Pasa el ratón para editar</p>
<p>NIVEL 3</p> <p>Maestros Equilibristas</p> <p>Insignia recibida por llegar al nivel 3.</p> <p>XP: 75</p> <p>Pasa el ratón para editar</p>	<p>NIVEL 4</p> <p>Artistas Creativos</p> <p>Insignia recibida por llegar al nivel 4.</p> <p>XP: 100</p> <p>Pasa el ratón para editar</p>
<p>NIVEL 5</p> <p>Héroes Acrobáticos</p> <p>Insignia recibida por llegar al nivel 5.</p> <p>XP: 150</p> <p>Pasa el ratón para editar</p>	<p>NIVEL 0</p> <p>Líderes</p> <p>1º equipo en el cuestionario</p> <p>XP: 100</p> <p>Pasa el ratón para editar</p>
<p>NIVEL 0</p> <p>2º puesto</p> <p>2º equipo en el cuestionario</p> <p>XP: 75</p> <p>Pasa el ratón para editar</p>	<p>NIVEL 0</p> <p>3º puesto</p> <p>3º equipo en el cuestionario</p> <p>XP: 40</p> <p>Pasa el ratón para editar</p>