

TRABAJO FIN DE GRADO



Unidad didáctica para alumnos de segundo de la E.S.O.:

Multisport

Autora: Natalia Verdejo Muñoz

Tutora: Carolina Castañeda Vázquez

Facultad de Ciencias de la Educación

Ciencias de la Actividad Física y Deporte

Índice

Resumen	3
1. Introducción y justificación	4
2. Marco teórico	6
2.1. El deporte como elemento educativo.	6
2.2. Pautas para una competición saludable a través del Modelo de Responsabilidad Personal y Social de Donald Hellinson (2003)	7
2.3. Deporte educativo y orientado a la transmisión de valores.	8
3. Objetivos del trabajo	10
4. Metodología.....	11
4.1. Introducción y justificación	12
4.2. Temporalización	13
4.3. Objetivos	14
4.4. Contenidos	15
4.5. Competencias.....	16
4.6. Recursos necesarios	17
4.6.1. Recursos humanos.	17
4.6.2. Recursos materiales.	17
4.6.3. Espacios e instalaciones.	17
4.7. Aspectos pedagógicos.....	18
4.7.1. Temas transversales.	18
4.7.2. Atención a la diversidad.....	18
4.8. Metodología	19
4.8.1. Técnicas de enseñanza	19
4.8.2. Estrategia en la práctica	20
4.9. Sesiones de la Unidad Didáctica.....	21
4.10. Sistema de puntuación	55
4.11. Evaluación y calificación.....	56
4.11.1. Criterios de evaluación.....	56
4.11.2. Calificación.....	57
5. Conclusiones	61
6. Bibliografía	62
7. Anexos.....	64

Resumen

La falta de motivación por la práctica deportiva en las clases de educación física y en la ocupación del tiempo libre se hace notoria en edades adolescentes. De ahí, ha nacido la inspiración o la motivación de crear una Unidad Didáctica diferente y motivadora para los alumnos de segundo de la E.S.O. en la que no solo practicamos distintos deportes y presentamos otros menos convencionales, sino en la que pretendemos inculcar valores que van más allá de la competición deportiva.

Para la creación de esta Unidad Didáctica llamada Multisport hemos seleccionado 4 deportes, dos tradicionales como son el vóley y el baloncesto, y dos menos practicados en nuestro país, que son el atletismo y el hockey sala. Para fomentar y garantizar la participación igualitaria de todos los alumnos, hemos hecho adaptaciones en el juego, como en el número de jugadores o cambios leves en las normas.

Utilizaremos la resolución de problemas y la asignación de tareas como herramientas principales de enseñanza en todas las sesiones. Así, como una técnica novedosa que se encuentra en auge cuya base es el juego y el deporte, llamado el modelo deportivo.

En la evaluación y la calificación del alumnado utilizaremos, entre otras cosas, el Modelo de Responsabilidad Personal y Social de Donald Hellinson.

Palabras clave: educación, valores, deporte adaptado, unidad didáctica, deporte educativo.

1. Introducción y justificación

La importancia de practicar deporte en la edad escolar y también durante la E.S.O es notable para el desarrollo de los niños y adolescentes y la adquisición de valores culturales. Es un elemento educativo indispensable y una herramienta para la formación integral de los alumnos. Un aspecto clave dentro del deporte es la competición. En este caso, intentaremos que, aunque esté presente (como en la naturaleza humana), no sea lo primordial, y nos centraremos en la iniciación a distintos deportes, tanto convencionales como menos convencionales. Lo que queremos es despertar en los alumnos el interés por el deporte y, lo que considero más importante, la motivación por el deporte y las clases de Educación Física. Este trabajo está destinado y desarrollado para los alumnos de segundo de E.S.O.

Los deportes que practicaremos en forma de juego modificado para adaptarnos al número de alumnos en esta unidad didáctica serán los siguientes:

- Baloncesto 5x5. Es uno de los deportes convencionales más practicados.
- Voleibol 6x6. Es un deporte no tan practicado, aunque en auge.
- Atletismo, prueba de relevos mixta y prueba de 100 metros lisos por sexos. Es un deporte poco convencional en los colegios.
- Hockey 6x6. Es un deporte poco convencional no solo en los colegios, sino en nuestro país.

La idea del presente trabajo viene o ha nacido tras los innumerables años de presenciar clases de Educación Física en los que, a mi parecer, ha faltado por todas partes el factor motivante. Clases que se limitaban al desarrollo de cualidades físicas de una forma general, clases en las que en muchos casos no se tenían en cuenta las condiciones físicas o psicológicas de los alumnos e incluso clases teóricas y realización de trabajos teóricos que no transmitían información útil a los alumnos. Por otro lado, había clases que eran motivantes para algunos y nada motivantes para otros. Por ejemplo, el día de práctica libre, donde unos pocos disfrutaban jugando a un deporte mientras otros, cogían una pelota de tenis y una raqueta y peloteaban por parejas, haciendo como los que estaban participando de forma activa en la clase cuando en realidad, no era así. Y sobre esto último, no había ningún control por parte del profesorado.

Por otro lado, este proyecto también se presenta como una propuesta de iniciación deportiva en el ámbito escolar, con el fin de crear hábitos de vida saludable y presentar distintos deportes practicables a los alumnos en los que se pueden iniciar.

Es por eso por lo que quiero presentar esta propuesta de trabajo que considero que puede ser una herramienta propia para mi futuro como docente de Educación Física y, por otro lado y más importante, puede ser una unidad didáctica diferente, donde se pretende buscar la motivación por la práctica deportiva por parte de los alumnos.

2. Marco teórico

Uno de los mejores lugares para comenzar a educar en valores a niños y adolescentes es el ámbito escolar. Esto se debe a que en el entorno educativo es muy sencillo el poder acceder a los adolescentes y, a su vez a estas edades, es más sencillo realizar el tipo de actividades como las que vamos a proponer a lo largo de este trabajo ya que resultan atractivas y motivantes para ellos. Además, es una de las funciones del ámbito escolar y la adolescencia una etapa clave de aprendizaje, por lo que es el momento ideal para intervenir. El deporte y estas actividades les permiten relacionarse entre ellos y establecer lazos y relaciones interpersonales, ya sean entre compañeros o con el mismo profesor o monitor.

Para conseguir educar en valores y transmitirlos de forma correcta a través del juego y del deporte, hay que establecer un tipo de pautas para conseguir que esta actividad esté orientada hacia un fin educativo y no tanto competitivo. Si no controlamos el aspecto de la competitividad, podemos acabar con un resultado totalmente distinto al que pretendemos conseguir.

Pero primero, vamos a esclarecer algunos conceptos que estarán presentes en el proyecto que estamos realizando.

2.1. El deporte como elemento educativo.

Es complicado elegir una única definición de deporte, ya que es una palabra polisémica cuyo significado depende del contexto cultural en el nos encontremos. Según la Real Academia Española, deporte se define como actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas. Por otro lado, encontramos una definición más compleja por parte de la Carta Europea del Deporte (2021), que define deporte como “todo tipo de actividades físicas que, mediante una participación, organizada o de otro tipo, tengan por finalidad la expresión o la mejora de la condición física o psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o el logro de resultados en competiciones de todos los niveles”.

En nuestro caso, vamos a definir deporte dentro del contexto educativo, ya que uno de los objetivos de este trabajo es educar a través del deporte y el juego.

Pues bien, después de realizar una búsqueda acerca del significado de deporte y “deporte educativo”, podemos decir que el deporte educativo per se no existe. Lo que existe, son las condiciones idóneas para convertir la práctica deportiva en algo que permite al sujeto

(ya sea alumno en nuestro caso o deportista) configurar su propia persona y lograr su autonomía (Blázquez, 1995).

Pero... ¿cuándo podemos hablar entonces de que el deporte es educativo? Cuando el objetivo final de la práctica deportiva es el alumno o el practicante en sí, y no el resultado que vayamos a obtener (Castejón y López, 1997).

Por otro lado, podemos debemos saber que el deporte es educativo no solo en la transmisión de valores, o dicho de otro modo, no solo es educativo en el ámbito afectivo-social (que es lo que principalmente buscamos con este proyecto), sino que también es educativo en el ámbito motor, produciendo una mejora de las capacidades físicas y del movimiento (Sallis et al., 2012) y en el ámbito cognoscitivo. En el último ámbito, el deporte o la práctica deportiva y el juego, ayuda a los participantes a crear esquemas mentales de las habilidades motrices implicadas en los movimientos propios del deporte, reglamento básico o principios lógicos comunes (Kulinna, Brusseau, Cothran y Tudor-Locke, 2012).

2.2. Pautas para una competición saludable a través del Modelo de Responsabilidad Personal y Social de Donald Hellinson (2003)

Como nuestro trabajo está orientado a la educación principalmente en valores (en el ámbito afectivo-social), vamos a tomar como base el Modelo de Responsabilidad Personal y Social de Donald Hellinson (2003), en el que vamos a presentar a los alumnos cinco modelos de responsabilidad a lo largo de la Unidad Didáctica:

- **Nivel I: respeto por los sentimientos y los derechos de los demás.**

Como educadores, debemos crear entre los compañeros una atmósfera segura alejada de intimidaciones. Destacamos dos pilares fundamentales: respeto a las reglas básicas de convivencia y respeto a los demás, a su forma de ser y de actuar.

- **Nivel II: participación y esfuerzo.**

Una vez hemos conseguido con éxito un ámbito educativo seguro y controlado, debemos como educadores promover la participación igualitaria por parte de los alumnos.

- **Nivel III: autonomía personal.**

Debemos enseñar a los alumnos a ser independientes y autónomos dentro del marco regulado por normas. Debemos dejarlos tomar decisiones propias y reflexionar.

- **Nivel IV: ayuda a los demás y liderazgo.**

Los estudiantes deben ser conscientes y saber que hay más puntos de vista a parte del propio, y deben aprender a respetarlo. A su vez, deben ser capaces de reconocer cuándo un compañero necesita ayuda para brindarla, o bien cuando la pide.

- **Nivel V: fuera del contexto deportivo.**

Los estudiantes deben de aplicar todo lo aprendido en el aula fuera de clase, es decir, en otros contextos de su vida. Deben presentar respeto, autonomía, esfuerzo y liderazgo.

En definitiva, queremos conseguir mediante nuestro presente trabajo que todos los alumnos lleguen al Nivel V. Si conseguimos al final de esta actuación que todos o casi todos los estudiantes, podremos decir que hemos cumplido con la educación en valores a través del deporte y la actividad física.

2.3. Deporte educativo y orientado a la transmisión de valores.

Para favorecer la transmisión de los valores con los que queremos educar a los alumnos, no debemos ser rígidos con las reglas y las normas del juego o del deporte en cuestión. Debemos de ser flexible a la hora de aplicarlas y modificarlas para favorecer la participación igualitaria y favorecer las conductas colaborativas y no tanto las competitivas (Izquierdo, 1996).

Aunque no solo educaremos en valores mediante la práctica de deporte y el juego adaptado. Entenderemos el deporte y la práctica deportiva como un medio para conseguir dominar las dificultades a las que los alumnos, en un futuro, se deberán de enfrentar en los distintos ámbitos de la vida cotidiana. Educando desde el movimiento (Le Boulch, 1996). Algunas características que debe cumplir el deporte para considerarlo educativo, según distintos autores (Fraile, 1997; Giménez y Castillo, 2001; y Feu, 2000) son:

- Desarrollar hábitos higiénicos y conductas saludables.
- Contribuir como medio educativo para la formación integral.
- Primar la cooperación sobre competición.
- El técnico es educador.
- Mejora de las habilidades motrices y capacidades perceptivas.
- Fomentar la autonomía personal.
- Participación no discriminatoria.
- Ocupación del tiempo libre y de ocio con actividades físico deportivas.

- Favorecer la comunicación, la expresión y la creatividad.
- Permitir la reflexión y la toma de decisiones.
- Valorar y respetar las capacidades propias y las de los demás.
- Objetivos globales, que no se limiten a los motrices.

Por parte del profesorado o de los técnicos, para que el deporte sea considerado educativo, hay que realizar un planteamiento didáctico. Según Sánchez Bañuelos (1996), los componentes que hay que incluir este planteamiento didáctico son los siguientes:

- **Componente lúdico:** el juego para aprender a comprender la realidad y a habituarnos al mundo adulto.
- **Componente agonístico:** competitividad bien orientada para que sea enriquecedora y la cooperación-competición.
- **Componente normativo:** aprendizaje y asimilación de normas y reglas para el buen funcionamiento de la sociedad.
- **Componente simbólico:** a través del deporte el alumno se enfrenta a aspectos de la realidad que pueden no ser agradables.

3. Objetivos del trabajo

Desarrollamos la unidad didáctica para educar en valores a través de la práctica de deporte en edades tempranas en la E.S.O. Por otro lado, hemos creado esta propuesta de intervención para presentar deportes como el hockey y el atletismo que, en un principio, pueden resultar menos atractivos para los alumnos por ser deportes menos convencionales y poco practicados o con poca repercusión en nuestro país. También, la realizamos con el propósito de crear una unidad didáctica diferente y motivadora para los alumnos.

Otros subobjetivos de este trabajo son los siguientes:

- Realizar una propuesta de trabajo para alumnos de segundo curso de la E.S.O. sobre la educación en valores a través del juego y del deporte.
- Investigar acerca del término “deporte educativo”.
- Esclarecer el concepto “deporte educativo”.
- Establecer las pautas que hacen del deporte o del juego algo educativo.

4. Metodología

UNIDAD DIDÁCTICA

Multisport

**SEGUNDO DE LA E.S.O
2022.**

NATALIA VERDEJO MUÑOZ

4.1. Introducción y justificación

En este trabajo se hace con la intención de educar en valores a los alumnos que la van a realizar y se presenta como una Unidad didáctica diferente y divertida que pretende motivar a los estudiantes, de forma que fomentemos su participación en clase. Durante 14 sesiones, que hacen un total de 7 semanas, jugaremos partidos adaptados al número de jugadores por equipo de hockey, baloncesto y voleibol y haremos dos pruebas de atletismo: relevos por equipos mixtos y la prueba de 100 metros lisos por sexo. Imitaremos unas “olimpiadas”, en las que habrá un sistema de puntos según las victorias de cada equipo.

En la última sesión de todas las que emplearemos para esta unidad didáctica, pondremos en común las sensaciones que han tenido los que han participado, escucharemos las sugerencias a mejorar para futuros años y pondremos en común lo que hemos aprendido en cuanto a valores e incluso de otros compañeros.

Los aspectos que queremos trabajar en este proyecto son los siguientes:

- Educación en valores de los alumnos a través del juego y del deportes.
- Competición sana en el deporte: a pesar de que la competición está presente y es parte del trabajo, no es la finalidad. La finalidad es, como hemos mencionado anteriormente, la educación en valores y la diversión.
- Participación igualitaria sin discriminación: todos los alumnos de una forma u otra y según las circunstancias de cada uno, participarán.

Los destinatarios de esta unidad didáctica serán los cursos del primer ciclo de secundaria, concretamente los cursos de segundo de la E.S.O. Aunque estos sean los destinatarios del trabajo, es una actividad que se puede llevar a cabo en cualquier ciclo a partir de la E.S.O. y bachillerato. Se ha elegido esta etapa educativa para intervenir porque por edad es perfecta para intervenir en la educación en valores a través del deporte por el interés que despierta en ellos.

Para la realización de este trabajo, hemos tomado como base fundamental el Boletín Oficial de la Junta de Andalucía, ORDEN 15 de enero de 2021 y el Anexo III Materias Específicas adjunto en el mismo boletín.

4.2. Temporalización

Esta unidad didáctica se encuentra al principio del tercer trimestre. Se decide esta fecha para finalizar el curso de manera divertida, ofreciéndoles a los alumnos las clases de Educación Física como un medio de desconexión tras un largo año.

El tiempo de la Unidad Didáctica será de 14 sesiones de 1 hora cada una, y se desarrollará en un total de 7 semanas, contando con dos días por semana.

	Lunes	Jueves
Semana 1	Presentación de la Unidad Didáctica y formación de equipos	Repaso de las reglas básicas del vóley Toma de contacto: toque de dedos, toque de antebrazos, pautas del remate y saque por abajo
Semana 2	Partidos de vóley	Partidos de vóley
Semana 3	Partidos de vóley	Repaso de las reglas básicas del baloncesto Toma de contacto: bote, pases, posición defensiva.
Semana 4	Toma de contacto de baloncesto: entradas a canasta y técnica de tiro. Partidos de baloncesto.	Partidos de baloncesto
Semana 5	Partidos de baloncesto	Repaso reglas básicas del hockey Toma de contacto: pases, conducción, tiros a puerta.
Semana 6	Partidos de hockey	Partidos de hockey
Semana 7	Partidos de hockey	Salida a la pista de atletismo. Explicación de los tipos de pase de testigo. Explicación de las líneas de señalización de la pista. Competición de 100 metros lisos y relevos. Evaluación y puesta en común con los alumnos

4.3. Objetivos

Objetivos de área	Objetivos didácticos
<p>OA1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.</p>	<p>OD1. Iniciar y fomentar en los alumnos la práctica deportiva, de forma que sea para ellos una herramienta para ocupar de forma saludable su tiempo libre y de ocio creando hábitos de vida saludable.</p> <p>OD2. Presentar e iniciar a los alumnos en deportes menos convencionales en nuestro país (hockey y atletismo).</p>
<p>OA7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.</p>	<p>OD3. Fomentar la toma de decisiones de los alumnos en las situaciones de juego.</p>
<p>AO11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz</p>	<p>OD4. Transmitir valores que completen su educación fuera de las aulas.</p> <p>OD5. Fomentar la participación igualitaria de todos los alumnos, sin exclusión por sexo, condición física, religión o creencias.</p> <p>OD6. Fomentar la participación en los alumnos de forma voluntaria al sentirse motivados.</p>

4.4. Contenidos

Contenidos curriculares	Contenidos de la Unidad Didáctica
Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas.	-Aprendizaje e iniciación en gestos deportivos básicos propios del deporte a practicar.
Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos.	-Resolución exitosa de situaciones de juegos mediante las habilidades atléticas.
Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.	-Introducción a las normas del deporte a practicar. -Libre creación y configuración de sistemas de juego por parte de los grupos.
Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción.	-Resolución de problemas y situaciones adversas ocasionadas por el juego.
Situaciones reducidas de juego	-Contraataques tras pérdida de balón o implemento. - Correcta resolución de una situación de inferioridad numérica en el juego.
Fomento de actividades de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora.	-Soluciones cívicas a los conflictos que puedan ocasionarse por el juego. -Respeto a los compañeros. -Participación igualitaria sin importar la raza, nacionalidad, creencia o sexo. -Respeto a la figura de “entrenador”, que será un compañero cada día.
Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo.	-Respeto a las normas del juego y del deporte practicado. -Respeto a la autoridad (árbitros).
Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana.	-Iniciación en distintos deportes que pueden practicar de forma extraescolar.

4.5. Competencias

Con este trabajo intentaremos trabajar el desarrollo de las siguientes competencias que encontramos en el Real Decreto:

- **Competencia matemática y competencia básica en ciencia y tecnología:** a la hora de llevar la puntuación de los partidos y la puntuación por equipos según las victorias estaremos trabajando esta competencia.
- **Aprender a aprender:** las situaciones deportivas que les presenta el propio juego a los alumnos les ayuda a desarrollar esta competencia, ya que deben de resolverlas y tomar decisiones rápidamente para salir exitosos.
- **Competencias sociales y cívicas:** con las actividades propuestas queremos promover el compañerismo, el trabajo en equipo y el respeto en forma de juego limpio. Este aspecto forma parte de la educación en valores. Por otro lado, al hacer los propios alumnos de árbitros, enseñaremos el respeto a la autoridad en el juego.
- **Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor:** buscamos la participación activa del alumnado. Además, la formación de equipos al inicio de la Unidad Didáctica la harán los propios alumnos.
- **Conciencia y expresiones culturales:** fomentaremos la participación igualitaria, sin roles de géneros establecidos. Nos basamos en el respeto y la cooperación.

4.6. Recursos necesarios

Diferenciaremos entre los recursos humanos y los materiales y los espacios e instalaciones donde se desarrollarán las actividades.

4.6.1. Recursos humanos.

Para la competición de atletismo, todas las clases del curso de segundo de la E.S.O. viajará al complejo deportivo más cercano que cuente con pista de atletismo. Para garantizar la seguridad de la salida escolar, contaremos con un profesor por cada 20 alumnos. Es decir, si viajan 3 clases, estimando 90 alumnos, acompañarán 5 profesores en total.

4.6.2. Recursos materiales.

Estos son los recursos específicos que necesitaremos para llevar a cabo las actividades propuestas:

- 30 balones de baloncesto.
- 4 canastas de baloncesto.
- 30 stick de hockey
- 30 pelotas de iniciación al hockey.
- 30 balones de vóley.
- 2 redes de vóley.
- 10 testigos.
- 6 silbatos
- 30 petos, 15 de un color y 15 de otro distinto.

4.6.3. Espacios e instalaciones.

El último día de la Unidad Didáctica se hará una salida extraescolar al completo deportivo más cercano al centro escolar que cuente con una pista de atletismo.

Para el resto de día, todas las actividades se realizarán en el centro. Los espacios que únicamente necesitamos son dos canchas múltiples de 17mx32m. Suelen ser espacios comunes en los centros educativos.

4.7. Aspectos pedagógicos

4.7.1. Temas transversales.

Los temas transversales que trataremos en la Unidad Didáctica son los siguientes:

- **Educación para la salud:** uno de los objetivos que tenemos con este trabajo es iniciar a los alumnos en el deporte, creando así hábitos de vida saludables y una vida activa.
- **Educación para la paz:** debemos evitar la violencia y aprender a resolver los conflictos que puedan suceder en distintas situaciones del juego a través del respeto y la tolerancia
- **Educación para la igualdad de oportunidades para ambos sexos:** participación igualitaria por parte de todo el alumnado, sin discriminación por sexo. Creación de grupos heterogéneos.
- **Educación moral y cívica:** cuidado con el material utilizado en las actividades propuestas.

4.7.2. Atención a la diversidad.

En caso de que contemos en clase con algún **alumno asmático**, nos aseguraremos de que las actividades propuestas sean aptas en cuanto a intensidad para asegurar su participación sin correr riesgos de que sufra una crisis asmática. Además, el alumno debe traer consigo el ventolín en caso de que ocurra algún incidente. En el caso de que no lo traiga, no podrá participar en la clase para garantizar su seguridad.

Si contamos en clase con un **alumno inmigrante**, nos aseguraremos de que bajo cualquier circunstancia, está integrado en el grupo y participa sin ser excluido por su religión, creencia o raza. Si se da el caso de que tiene problemas a la hora de comunicarse por la barrera lingüística, antes de comenzar cualquier actividad debemos cerciorarnos de que ha entendido las instrucciones de la actividad.

Con relación a los **alumnos lesionados**, estos formarán parte del equipo que se encarga de arbitrar los partidos en curso durante las sesiones. De esta forma, estarán involucrados en la clase, teniendo un rol o cometido dentro de ellas aunque no puedan participar en el juego.

4.8. Metodología

4.8.1. Técnicas de enseñanza

La metodología utilizada en las clases de Educación Física según el Boletín Oficial de la Junta de Andalucía debe de ser aquella que busque implicar al alumnado de forma responsable en su proceso de aprendizaje, buscando siempre desarrollar las distintas habilidades y estilo cognitivos de los mismos. Como docentes, tenemos que apoyar y reconocer el proceso del alumnado, respetando también sus características individuales. Teniendo en cuenta todo lo anterior, la metodología que vamos a emplear en el transcurso de esta Unidad Didáctica es una metodología mixta, en la que predominarán la asignación de tareas y el descubrimiento guiado por parte del docente. Las técnicas que utilizaremos son las siguientes:

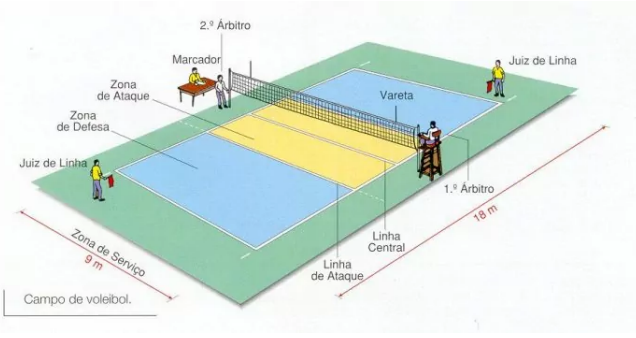

- **Instrucción directa:** tomará lugar sobre todo a la hora de la enseñanza de los elementos técnicos de los distintos deportes que se van a practicar. También, estará presente en la explicación de las pautas que los alumnos deben seguir a la hora de hacer los calentamientos previos a las actividades propuestas. Dentro de esta técnica de enseñanza, utilizaremos la asignación de tareas donde el docente propone la tarea y es el alumno o el grupo de alumnos quien las lleva a cabo de manera libre. Se llevará a cabo en la asignación de los árbitros y los capitanes.
- **Indagación:** concretamente, resolución de problemas. Este tipo de enseñanza tiene lugar en los partidos. En este tipo de enseñanza, los alumnos buscan las respuestas a una pregunta o problema que propone el docente. En este caso, son las situaciones de juego las que los alumnos deben resolver con éxito.
- **Educación deportiva:** esta metodología innovadora que cada vez se extiende más, es clave en nuestra Unidad Didáctica. Es un modelo pedagógico cuyos principales pilares son el trabajo en equipo y la cesión de responsabilidad a los alumnos. Esto les proporciona autonomía y les ayuda a desarrollar su competencia motriz, su cultura deportiva y el entusiasmo por practicar deporte. Este modelo educativo estará presente en todas las sesiones de manera general, pero especialmente en aquellas en las que nos centramos en la actividad principal: el juego y el deporte.

4.8.2. Estrategia en la práctica

La estrategia que vamos a utilizar en este proyecto es una estrategia **mixta**, en la que vamos a dividir la tarea en partes y vamos a practicarlas por separado para después ejecutar la totalidad de la tarea en forma de partidos. Especificando un poco más, vamos a emplear la **estrategia analítico+global**, en la que tras practicar las partes de la tarea por separado, luego haremos una síntesis de todo. Es decir, por ejemplo en baloncesto, vamos a aprender distintos elementos técnicos (lo que serían las partes de la tarea) como el bote, la defensa o los pases para poder jugar un partido de iniciación al baloncesto, dominando o al menos habiendo practicado previamente.

4.9. Sesiones de la Unidad Didáctica

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 1	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Crear los equipos - Explicar la Unidad Didáctica y las actividades		Contenidos: - Cumplimiento de las normas - Creación de equipos - Diálogo entre compañeros	
Metodología: instrucción directa y asignación de tareas Organización: todos sentados en clase			
Instalación: clase Materiales: proyector, ordenador.			
Primera parte			
<p>El profesor, ayudado de un PowerPoint, explicará a la clase en qué consiste esta nueva Unidad Didáctica y la dinámica que se seguirá en estas clases.</p> <p>Explicará la puntuación que se seguirá. La explicación la encontramos en el punto 4.10.</p> <p>Debemos dejar clara que la puntuación es para hacer una clasificación para añadir algo de motivación para el juego, pero que la competición no es la parte importante de esta actividad.</p>			
Segunda parte			
<p>En la segunda parte de la sesión se crearán los equipos de juego. Para hacerlo de forma equitativa y homogénea, el profesor nombrará a los 5 capitanes que serán ese día, que no serán los capitanes durante la UD, sino que serán solo para formar los equipos. La elección de los “capitanes” será según aquellos alumnos y alumnas que mejores condiciones físicas o más experiencia deportiva tengan. De esta forma, evitamos que salgan equipos muy descompensados, y nos aseguramos de que sean equitativos. Como condición, tiene que haber mínimo en cada equipo dos chicas, para asegurar la participación igualitaria de ellas.</p> <p>Cuando el equipo ya tiene dos integrantes o más, pueden consensuar la elección del siguiente miembro del equipo según lo que consideren más beneficioso para ellos. No es solo decisión del capitán.</p>			

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 2	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Conocer las reglas básicas del vóley - Aprender los gestos técnicos del vóley		Contenidos: - Recepción - Toque de dedos y pase de antebrazos - Remate - Reglas del vóley - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del vóley - Fases del juego - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Cumplimiento de las normas	
Metodología: instrucción directa Organización: libre en el espacio.			
Instalación: patio del centro, campo de vóley o pista multideportiva. Materiales: balones de vóley, red de vóley.			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>En la primera parte de las sesión, se hará una explicación de las reglas más básicas del vóley, necesarias para poder jugar un partido de vóley estilo iniciación. Se explicará:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El campo de vóley - En qué situaciones es fuera de campo - Si hay doble toque del mismo jugador, punto para el equipo contrario - Máximo 3 toques antes de devolver el balón - No se puede tocar la red. Al ser iniciación, no seremos estrictos con esta norma.c - Puntuación: partido a 16 puntos, cambio de campo al hacer el octavo punto. En el caso de que el partido se quede corto, cambio de campo de nuevo y se juega hasta 21 puntos. - Rotaciones y cambio en el saque. 			
Segunda parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>Calentamiento</p> <p>Comenzaremos dando una vuelta al campo haciendo carrera continua a baja intensidad donde haremos la sesión. Después, el profesor marcará los siguientes ejercicios mientras siguen trotando para completar el calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Skipping de rodilla (30 segundos) - Talones a glúteo (30 segundos) - Cruzando piernas (20 segundos a cada lado) - Sentadilla entre carrera continua (5 en total) 			

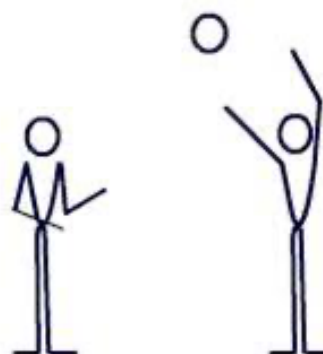
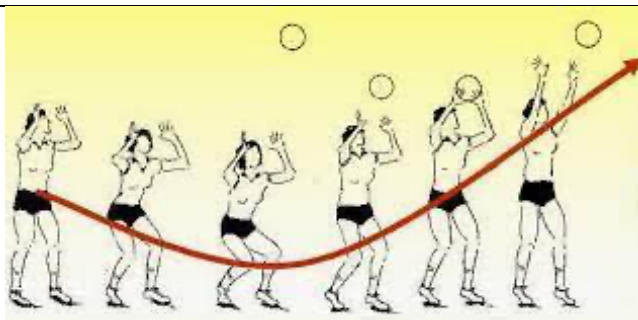
Seguiremos con movilidad articular de muñecas, tobillo y rodillas.



Ejercicio 1. Familiarización con el toque de dedos.

Explicaremos a los alumnos como se realiza el toque de dedos: colocación de las manos y los dedos y debemos de acompañar el balón, no golpearlo con las yemas de los dedos. Al realizar el toque, debemos acompañar el balón también estirando los codos.

Por parejas, practicarán el toque de dedos pasándose el balón entre ellos. El objetivo es que no caiga el balón al suelo.



Ejercicio 2. Familiarización con el pase de antebrazos.

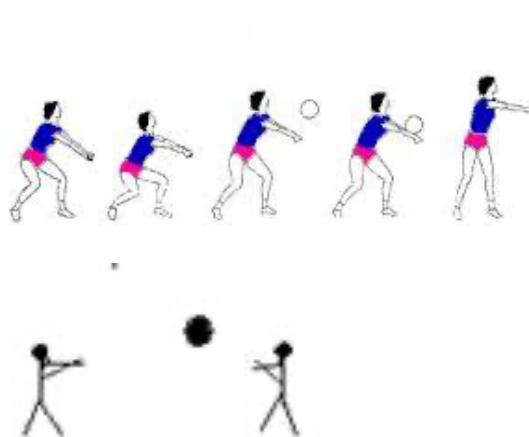
Explicaremos la técnica del toque de antebrazos:

- Posición del cuerpo: semiflexión de rodillas para buscar el equilibrio, pies abiertos y puntas hacia delante.

- Posición de los brazos: estirados, muñecas juntas, manos entrelazadas y codos rotados hacia arriba.

Al igual que el toque de dedos, no golpeamos el balón con los antebrazos, sino que lo acompañamos con ellos y con todo el cuerpo.

Por parejas, practicarán el pase de antebrazos pasándose el balón entre ellos, sin que caiga al suelo.



Ejercicio 3. Iniciación a la técnica del remate

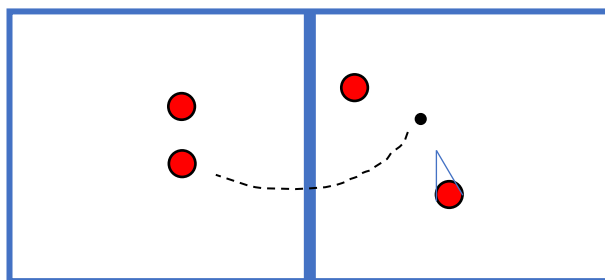
Explicaremos como es la técnica de ejecución del remate. Aunque no es algo obligatorio de realizar en esta UD debido a su complejidad, es interesante que los alumnos se inicien en su técnica.

El último paso antes de saltar para realizar el remate lo llamaremos paso de batida. Con este paso, nos situamos y realizamos un salto que terminará en un golpeo al balón en su punto más alto hacia abajo con fuerza.



Ejercicio 4. Juego con la red

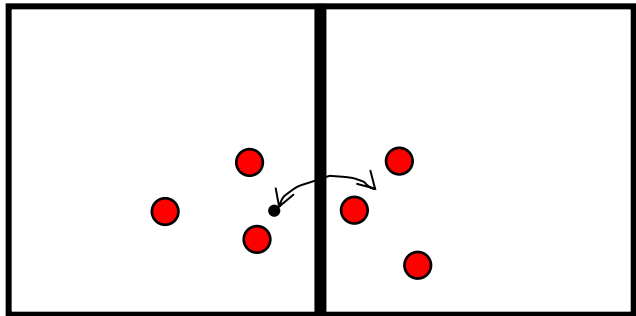
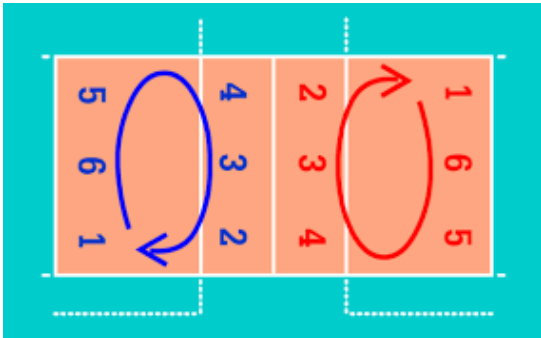
Para finalizar la clase, haremos grupos de 4 juntando dos parejas. Cada pareja a cada lado de la red, se pasarán el balón utilizando los distintos toques y pases que acabamos de aprender. Deben, antes de pasar el balón a la otra pareja con la que se encuentran, pasarse al menos el balón entre ellas al menos una vez, dando dos toques antes de devolver el balón. Sería interesante que los alumnos intentaran hacer un remate si las condiciones lo permiten.

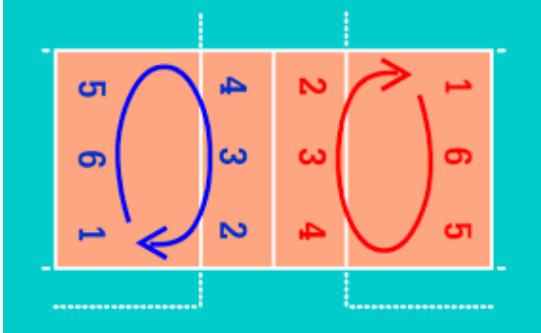



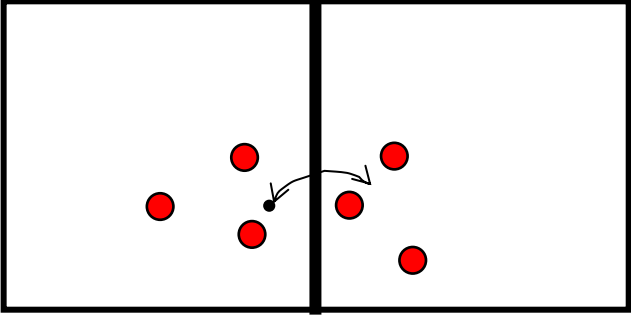
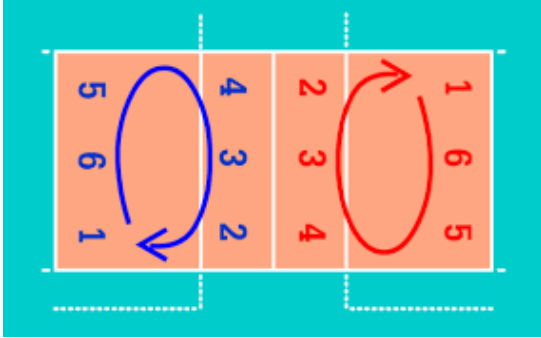
Vuelta a la calma

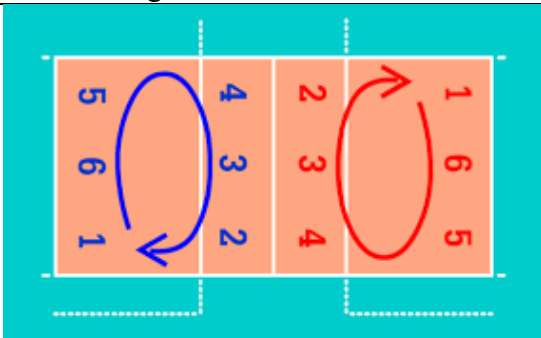

Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y resolviendo dudas que hayan podido surgir a lo largo de la misma mientras realizamos estiramientos.

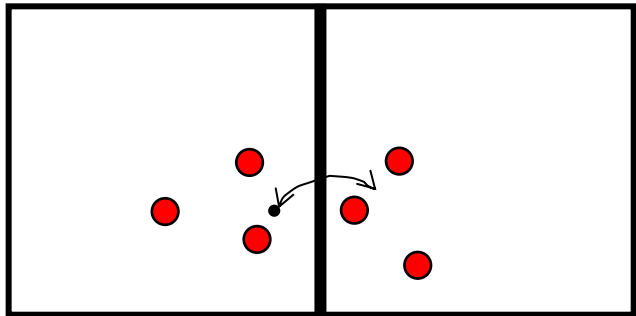
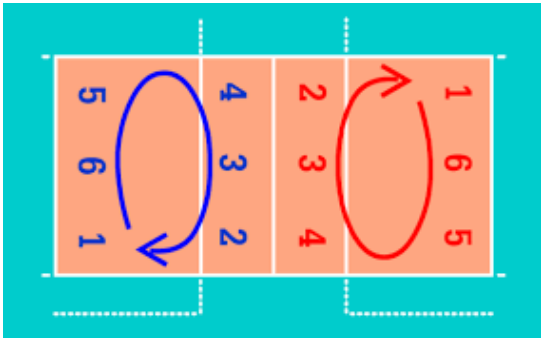


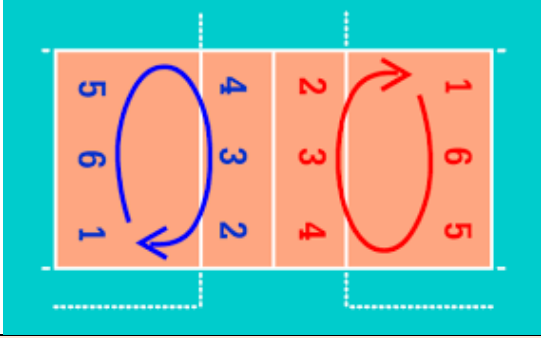

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 3	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Jugar partidos de vóley - Arbitrar de forma correcta un partido de vóley - Trabajar como un equipo y no individualizar - Animar al compañero si comete un fallo que cuesta un punto.		Contenidos: - Recepción - Toque de dedos y pase de antebrazos - Remate - Reglas del vóley - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del vóley - Fases del juego - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual. - Cumplimiento de las normas	
Metodología: asignación de tareas, modelo deportivo y resolución de problemas Organización: por equipos ya formados			
Instalación: patio del centro, campo de vóley o pista multideportiva Materiales: red de vóley, balones de vóley, acta, bolígrafo y silbatos.			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
Calentamiento. Comenzaremos dando una vuelta al campo haciendo carrera continua a baja intensidad donde haremos la sesión. Después, los alumnos cogerán balones se realizará un calentamiento específico, en el que por grupos de 6, se pondrán a ambos lados de la red y “pelotearán” haciendo los pases y los toques típicos del vóley que han aprendido con anterioridad. Se repartirán por los dos campos que tendremos habilitados para los partidos.			
Primeros partidos: - Equipo 1 vs equipo 2 - Equipo 3 vs equipo 4 - Equipo 5 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido).			

Segunda parte	
Explicación	Representación gráfica
<p>Segundos partidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 1 vs equipo 3 - Equipo 2 vs equipo 5 - Equipo 4 se encarga de arbitrar y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido) 	
Vuelta a la calma	
<p>Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.</p>	

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 4	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Jugar partidos de vóley - Arbitrar de forma correcta un partido de vóley - Trabajar en equipo y no individualizar - Animar al compañero si comete un fallo que cuesta un punto.		Contenidos: - Recepción - Toque de dedos y pase de antebrazos - Remate - Reglas del vóley - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del vóley - Fases del juego - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual. -Cumplimiento de las normas	
Metodología: asignación de tareas, modelo deportivo y resolución de problemas			
Organización: por equipos ya formados			
Instalación: patio del centro, campo de vóley o pista multideportiva			
Materiales: red de vóley, balones de vóley, acta, bolígrafo y silbatos.			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
Calentamiento. Comenzaremos dando una vuelta al campo haciendo carrera continua a baja intensidad donde haremos la sesión. Después, los alumnos cogerán balones se realizará un calentamiento específico, en el que por grupos de 6, se pondrán a ambos lados de la red y “pelotearán” haciendo los pases y los toques típicos del vóley que han aprendido con anterioridad. Se repartirán por los dos campos que tendremos habilitados para los partidos.			
Primeros partidos: - Equipo 2 vs equipo 3 - Equipo 4 vs equipo 5 - Equipo 1 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido).			

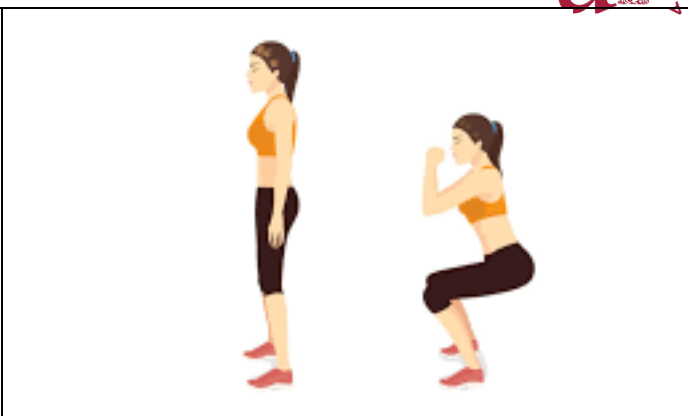
Segunda parte	
Explicación	Representación gráfica
<p>Segundos partidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 1 vs equipo 4 - Equipo 3 vs equipo 5 - Equipo 2 se encarga de arbitrar y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido) 	
Vuelta a la calma	
<p>Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.</p>	

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 5	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Jugar partidos de vóley - Arbitrar de forma correcta un partido de vóley - Trabajar en equipo y no individualizar. - Animar al compañero si comete un fallo que cuesta un punto.		Contenidos: - Recepción - Toque de dedos y pase de antebrazos - Remate - Reglas del vóley - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del vóley - Fases del juego - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual. - Cumplimiento de las normas	
Metodología: asignación de tareas, modelo deportivo y resolución de problemas Organización: por equipos ya formados.			
Instalación: patio del centro, campo de vóley o pista multideportiva Materiales: red de vóley, balones de vóley, acta, bolígrafo y silbatos.			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
Calentamiento. Comenzaremos dando una vuelta al campo haciendo carrera continua a baja intensidad donde haremos la sesión. Después, los alumnos cogerán balones se realizará un calentamiento específico, en el que por grupos de 6, se pondrán a ambos lados de la red y “pelotearán” haciendo los pases y los toques típicos del vóley que han aprendido con anterioridad. Se repartirán por los dos campos que tendremos habilitados para los partidos.			
Primer partido: - Equipo 1 vs equipo 5 - Sorteo de árbitros y persona encargada de anotar los puntos del equipo 3. -El equipo 2 y el equipo 4, tienen de idear un sistema de juego que deben de poner en práctica en el siguiente partido			

Segunda parte	
Explicación	Representación gráfica
<p>Segundos partidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 2 vs equipo 4 - Sorteo de árbitros y persona encargada de anotar entre los equipos 1, 3 y 5. - Los que no arbitren, tendrán que hacer de espectadores ejemplares, animando a los compañeros. 	
Vuelta a la calma	
<p>Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.</p>	

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 6	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Conocer las reglas básicas del baloncesto. - Aprender gestos técnicos del baloncesto.		Contenidos: - Reglamento del baloncesto - Tipos de pase - Bote - Defensa en baloncesto - Cambio de dirección por delante. - Fundamentos técnicos y habilidades específicas del baloncesto.	
Metodología: instrucción directa Organización: libre en el espacio. Formando hileras de manera ordenada. Por parejas.			
Instalación: patio del centro, campo de baloncesto o pista multideportiva Materiales: balones de baloncesto y canastas de baloncesto.			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>En la primera parte de las sesión, se hará una explicación de las reglas más básicas del baloncesto, necesarias para poder jugar un partido de baloncesto estilo iniciación. Se explicará:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La dinámica que se va a seguir en la actividad: dos mitades de 10 minutos a tiempo corrido, con 1 tiempo muerto de un minuto por equipo y cambio de jugadores ilimitados. - El campo de baloncesto - Tipos de faltas que hay (personal, antideportiva, técnica) - Conteo de los puntos (triple, 3 puntos; canasta, 2 puntos; tiro libre, 1 punto). - Situaciones en las que se cometen una falta personal - Situaciones que son 2+1 - Campo atrás - Pasos (se puede máximo dos pasos con el balón en las manos) y dobles (botar tras haber cogido el balón después de haber botado) 			
Segunda parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>Calentamiento. Comenzaremos dando una vuelta al campo haciendo carrera continua a baja intensidad y botando un balón de baloncesto en la pista donde haremos la sesión. Después, el profesor marcará los siguientes ejercicios mientras siguen trotando para completar el calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Skipping de rodilla (30 segundos) - Talones a glúteo (30 segundos) 			

- Sentadilla entre carrera continua (5 en total)
Continuaremos con rotación de tobillos, rodillas y hombros.



Ejercicio 1. Bote.
Cada alumno con un balón. Lo primero, es explicar la posición básica en baloncesto para realizar tanto este ejercicio como demás: semiflexión de rodillas, similar a una media sentadilla. Los brazos y las piernas son independientes entre sí.
A continuación, vamos a practicar el bote en parado. Empezamos con la mano dominante. Es el profesor el que comienza a realizar el bote a modo de ejemplo, y los alumnos deben seguirle. Bote bajo, a la altura de la cadera; la espalda siempre recta, no nos encorvamos. La mano con la que no botamos, hace de protección al balón.
Bote con la derecha y con la izquierda.
Enseñamos el cambio de dirección más básico con el que vamos a trabajar: el cambio de dirección por delante. Pasamos el balón de una mano a otra con un bote que debe quedar entre las piernas.



Ejercicio 2. Pases

Por parejas, solo con un balón, empezaremos a practicar los tipos de pases que hay en baloncesto: picado (pasamos el balón dando un bote), de pecho (con las dos manos se la pasamos al compañero) y de pecho y picado con una mano. Debemos explicar la técnica de pase. Los brazos o el brazo con el que pasamos deben de quedar estirado y debemos dar un toque fuerte de muñeca. Las palmas de la mano deben de quedar orientada hacia fuera o hacia abajo según el pase que demos.



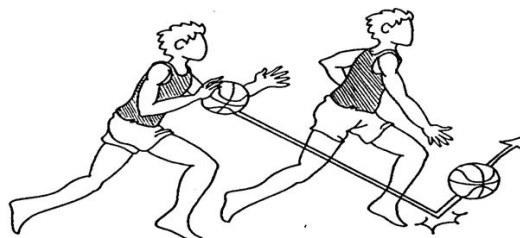
Ejercicio 3. Pase y bote.

Para practicar tanto el pase como el bote en movimiento, los alumnos seguirán agrupados en las parejas que formaron antes.

En este ejercicio, irán en carrera continúa botando el balón (conducción), y al escuchar el pitido del silbato del profesor, pasarán el balón a su compañero. Deben de realizar todos los tipos de pase.

Variante: iremos incrementando la velocidad de ejecución para así dificultar un poco la actividad.

Variante 2: incluiremos los cambios de dirección y los cambios de mano de bote, también en carrera continua.



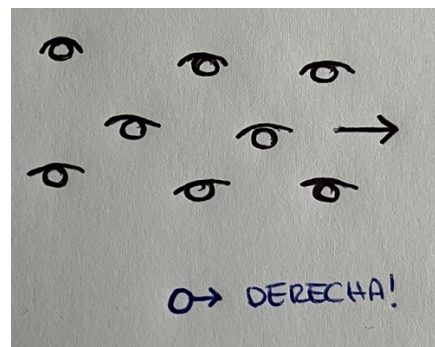
Ejercicio 4. Defensa.

Enseñaremos a los alumnos a colocarse en posición defensiva de baloncesto. Es similar a la de ataque, pero sin balón.

Rodillas semiflexionadas, en posición de media sentadilla, con la espalda recta, pero esta vez con los brazos abiertos para ocupar espacio y para interceptar el balón si pudiera. A la hora del desplazamiento defensivo, es importante recalcar que no se cruzan las piernas, sino que se desplaza de lado, casi tocando un talón con el otro.



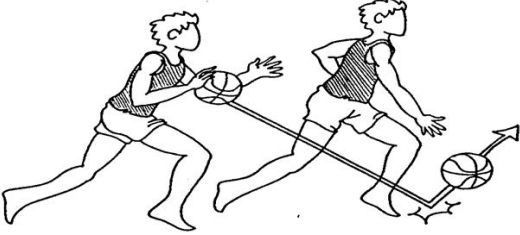
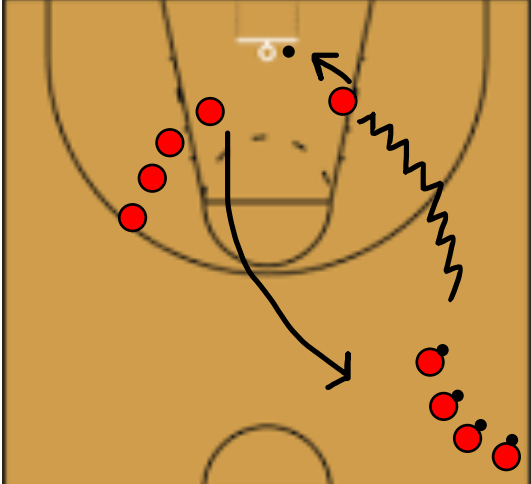
Para practicar, los alumnos se pondrán de forma ordenada por filas siguiendo las indicaciones del profesor, que dirá derecha o izquierda y los alumnos deberán de hacer el desplazamiento defensivo sin perder la posición ni la postura.



Vuelta a la calma

Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y resolviendo dudas que hayan podido surgir a lo largo de la misma mientras realizamos estiramientos.



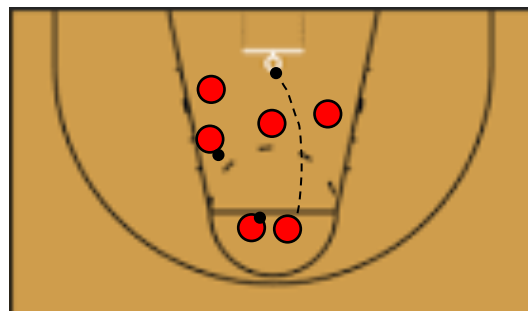
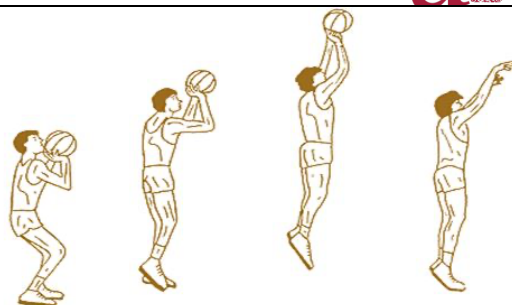
Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 7	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Aprender gestos técnicos del baloncesto - Jugar partidos de baloncesto - Arbitrar correctamente un partido de baloncesto - Trabajar en equipo y no individualizar. - Utilizar, al menos un tiempo muerto para hablar o recapacitar a cerca del juego a modo de consenso como equipo.		Contenidos: - Entrada a canasta - Tiro a canasta - Pase - Defensa en baloncesto - Cumplimiento de las normas - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del baloncesto - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual.	
Metodología: instrucción directa, modelo deportivo, asignación de tareas y resolución de problemas Organización: libre en el espacio. Por equipos ya formados.			
Instalación: patio del centro, campo de baloncesto o pista multideportiva Materiales: balones de baloncesto, canastas de baloncesto, acta y bolígrafo			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
Calentamiento. A modo de calentamiento, los alumnos realizarán movilidad articular y carrera continua suave con balón de manera libre por el campo. De esta forma, estamos realizando un calentamiento más específico.			
Ejercicio 1. Entradas a canasta. A modo de calentamiento específico también, practicaremos las entradas a canasta con dos apoyos. Explicaremos cómo se realiza la entrada a canasta tras bote, y lo practicarán. Dividiremos la clase en cuatro. Cada grupo en una canasta. Una fila se encontrará cerca de la línea de medio campo con un balón cada uno, la otra sin balón en la zona. Los que tienen balón realizarán una entrada a canasta y los que no, cogerán el rebote y se irán a la fila para hacer la entrada. Lo haremos tanto por el lado izquierdo como por el lado derecho.			

Ejercicio 2. Tiro

Explicaremos la técnica de tiro a canasta de forma breve. La colocación de las manos: la mano dominante debajo del balón y la no dominante apoyando el balón en el lateral. Los pulgares forman una T. Nos impulsamos con un salto hacia arriba, no hacia delante, y tenemos que finalizar con un toque fuerte de muñeca y la palma de la mano hacia abajo tras el golpe de muñeca.

Para practicar, y para seguir con el calentamiento, haremos tiros libres.

3 balones. Dos personas a la vez tirando tiros libres y los demás compañeros deben coger el rebote e ir a la línea de tiro libre para ejecutarlo.

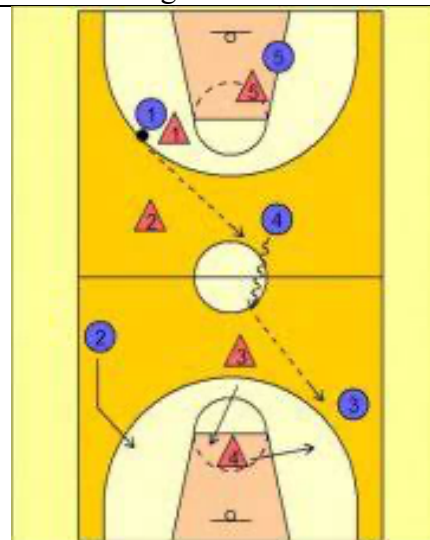


Segunda parte

Explicación

- Equipo 1 vs equipo 2
- Equipo 3 vs equipo 4
- Equipo 5 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido: uno lleva el cronómetro, otro arbitra y el último apunta en el acta.).

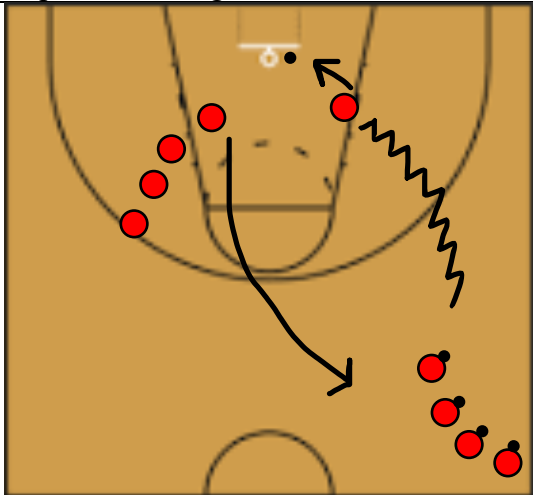

Representación gráfica





Vuelta a la calma

Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.





Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 8	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Jugar partidos de baloncesto - Arbitrar correctamente un partido de baloncesto - Trabajar en equipo y no individualizar. - Utilizar, al menos un tiempo muerto para hablar o recapacitar a cerca del juego a modo de consenso como equipo.		Contenidos: - Entrada a canasta - Tiro a canasta - Pase - Defensa en baloncesto - Cumplimiento de las normas - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del baloncesto - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual.	
Metodología: modelo deportivo, asignación de tareas y resolución de problemas. Organización: por equipos ya formados.			
Instalación: patio del centro, campo de baloncesto o pista multideportiva Materiales: balones de baloncesto, canastas de baloncesto, acta y bolígrafo			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
Calentamiento. Comenzaremos dando una vuelta al campo haciendo carrera continua a baja intensidad donde haremos la sesión. Después, continuaremos haciendo un calentamiento específico de baloncesto. Los equipos se repartirán por las canastas que hemos colocado y preparado para jugar, y harán entradas a canasta. Primero lo harán por el lado derecho, y al cabo de un rato, por el lado izquierdo. Habrá una fila con balón cerca de la línea de medio campo y otra en la zona, que cogerán el rebote y se colocará para hacer las entradas.			
Primeros partidos. - Equipo 1 vs equipo 3 - Equipo 2 vs equipo 5 - Equipo 4 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido: uno lleva el cronómetro, otro arbitra y el último apunta en el acta.).			



Segunda parte	
Explicación	Representación gráfica
<p>Segundos partidos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 2 vs equipo 3 - Equipo 4 vs equipo 5 - Equipo 1 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido: uno lleva el cronómetro, otro arbitra y el último apunta en el acta.). 	
Vuelta a la calma	
<p>Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.</p>	

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 9	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Jugar partidos de baloncesto - Arbitrar correctamente un partido de baloncesto - Trabajar en equipo y no individualizar. - Utilizar, al menos un tiempo muerto para hablar o recapacitar a cerca del juego a modo de consenso como equipo.		Contenidos: - Entrada a canasta - Tiro a canasta - Pase - Defensa en baloncesto - Cumplimiento de las normas - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del baloncesto - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual.	
Metodología: modelo deportivo, asignación de tareas y resolución de problemas Organización: por equipos ya formados.			
Instalación: patio del centro, campo de baloncesto o pista multideportiva Materiales: balones de baloncesto, canastas de baloncesto, acta y bolígrafo			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
Calentamiento. Comenzaremos dando una vuelta al campo haciendo carrera continua a baja intensidad donde haremos la sesión. Después, continuaremos haciendo un calentamiento específico de baloncesto. Los equipos se repartirán por las canastas que hemos colocado y preparado para jugar, y harán entradas a canasta. Primero lo harán por el lado derecho, y al cabo de un rato, por el lado izquierdo. Habrá una fila con balón cerca de la línea de medio campo y otra en la zona, que cogerán el rebote y se colocará para hacer las entradas.			
Primeros partidos. - Equipo 1 vs equipo 4 - Equipo 3 vs equipo 5 - Equipo 2 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido: uno lleva el cronómetro, otro arbitra y el último apunta en el acta.).			

Segunda parte

Explicación	Representación gráfica
<p>Segundos partidos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 1 vs equipo 5 - Equipo 2 vs equipo 4 - Equipo 3 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido: uno lleva el cronómetro, otro arbitra y el último apunta en el acta.). 	
<p>Vuelta a la calma</p> <p>Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.</p>	

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 10	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Conocer las reglas básicas del hockey - Aprender gestos técnicos del hockey.		Contenidos: - Reglas básicas del hockey - Conducción con el stick - Pases al compañero con el stick - Recepciones con el stick - Defensa	
Metodología: instrucción directa Organización: libre, por parejas y por tríos.			
Instalación: patio del centro, pista multideportiva Materiales: stick de hockey, pelotas de iniciación al hockey y portería de fútbol			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>En la primera parte de las sesión, se hará una explicación de las reglas más básicas del hockey, necesarias para poder jugar un partido de hockey estilo iniciación. Se explicará:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Campo de hockey - La pelota (a falta de disco) solo se puede tocar con el stick, a excepción del portero, que puede parar la pelota con cualquier parte del cuerpo. - Por motivos de seguridad, al golpear la pelota el stick no puede subir más allá de la cadera. Si lo hace, el jugador estará penalizado con una falta y la posesión pasará al equipo contrario. - La bola solo se puede jugar con la parte plana del stick. No puede jugarse con la curva. - Cuando se marca un gol, el equipo contrario realiza un saque desde medio campo. Similar al fútbol. - Cuando la bola sale por las líneas laterales, hay saque de banda. - Cuando la bola sale por la línea de fondo, si es fuera del equipo atacante, hay saque de portería por parte del equipo que hasta entonces defendía. Si es fuera del equipo defensor, hay saque de córner (penalty córner). - Si se comete una falta o se sube el stick por encima de la cadera ya sea para golpear o interceptar la bola, hay penalty como en el fútbol. - Agarre del stick: la mano derecha más baja que la izquierda. Se agarra de esa forma siempre, ya se el jugador zurdo o diestro. - La conducción del stick se realiza por delante de nosotros. - Hay rotaciones de portero. Es decir, en cada partido, el portero será un integrante distinto del equipo, a 		 <p>El diagrama muestra un campo rectangular de hockey con las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> Longitud: da 36 a 44 m. Anchura: da 18 a 22 m. Porta: ubicada en el centro del lado superior, con una anchura de 3 m y una altura de 1 m mínimo. Área de tiro: zona semicircular superior con un radio de 9 m y un centro a 7 m del borde inferior de la zona. Dischetto del rigore: situado en el centro del arco de tiro, a 100 mm del borde superior y 50 mm del borde inferior del arco. Línea di metà campo: línea horizontal que divide el campo en dos mitades. Bordi laterali (travi): líneas laterales del campo. 	

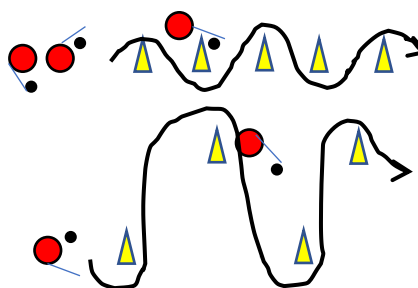
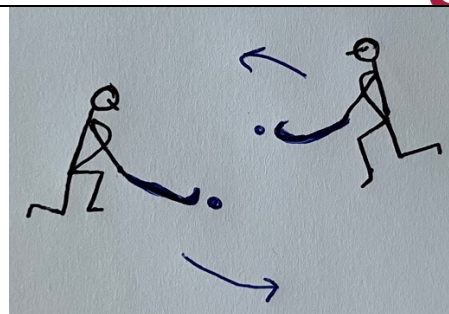
<p>menos que por mayoría, el portero sea el mismo en todos.</p>	
<p>Segunda parte</p>	
<p>Explicación</p>	<p>Representación gráfica</p>
<p>Calentamiento Comenzaremos dando una vuelta al campo haciendo carrera continua a baja intensidad donde haremos la sesión. Después, el profesor marcará los siguientes ejercicios mientras siguen trotando para completar el calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Skipping de rodilla (30 segundos) - Talones a glúteo (30 segundos) - Cruzando piernas (20 segundos a cada lado) - Sentadilla entre carrera continua (5 en total) <p>Seguiremos con movilidad articular de muñecas, tobillo y rodillas.</p>	 

Ejercicio 1. Conducción

Cada alumno cogerá un stick y una pelota de iniciación. De forma libre, irá haciendo la conducción de la pelota ayudándose del stick hacia delante.

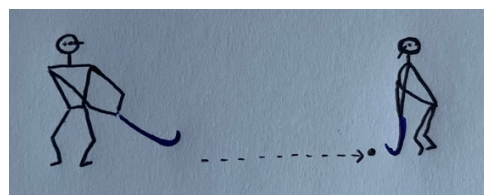
Variante: colocaremos un circuito de conos para que los alumnos hagan cambios de dirección. Tenemos que animar a los alumnos a que poco a poco suban la intensidad de carrera y la velocidad de ejecución.

Para el circuito, dividiremos la clase en grupos y haremos dos tipos de circuitos. Se pondrán en fila y lo irán haciendo uno a uno.



Ejercicio 2. Pases

Por parejas, harán pases para practicar el uso del stick. Al principio, pasarán el balón sobre parado, y el objetivo es que no solo realicen un buen pase, sino que aprendan a recibir la pelota y a controlarla.



Ejercicio 3. Ratón y gato.

Se pondrán en grupos de 3, y jugarán un “raton y gato”. El que se encuentra en medio hará de defensa light, es decir, deberá de intentar interceptar la pelota pero no estará encima de los jugadores. Tendrá que guardar la distancia para que el pase se pueda efectuar.

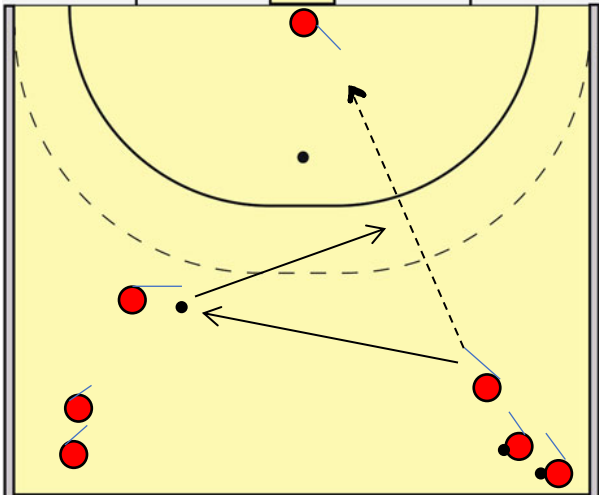
Si el jugador de en medio, es decir, el defensor intercepta la pelota, se cambia con el jugador al que se la ha interceptado.

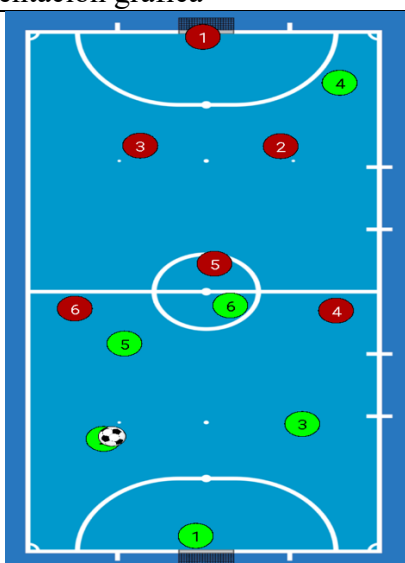
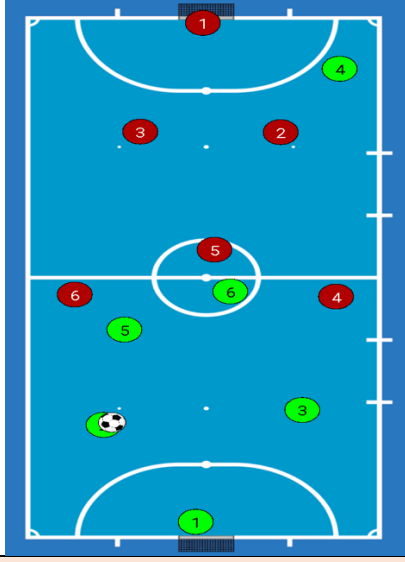



Vuelta a la calma

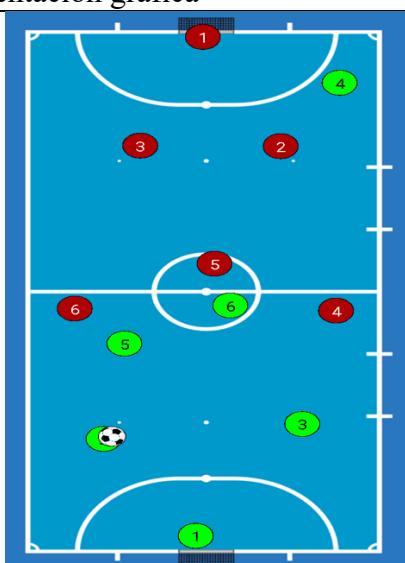
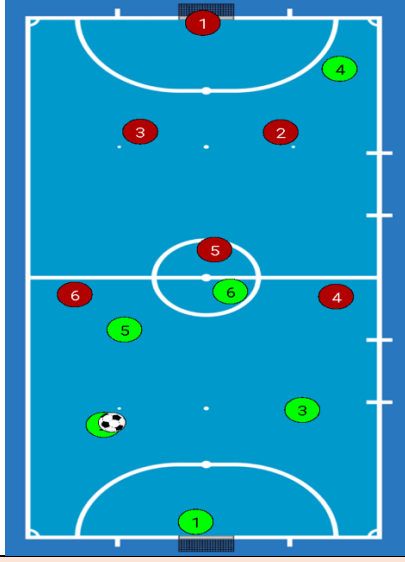

Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y resolviendo dudas que hayan podido surgir a lo largo de la misma mientras realizamos estiramientos.



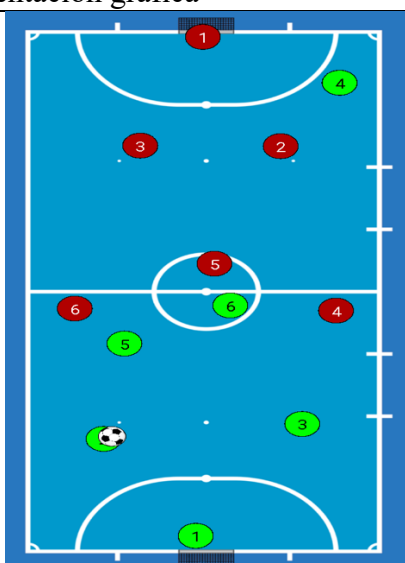
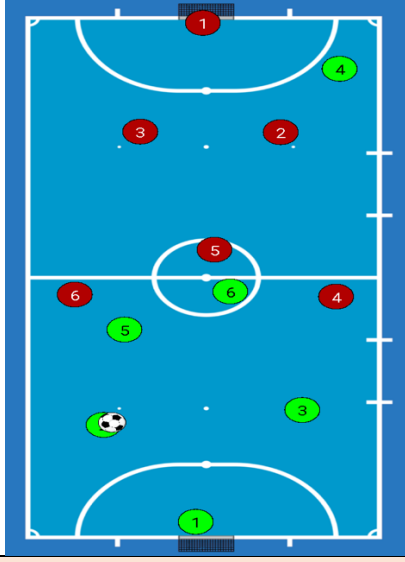

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 11	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Jugar partidos de hockey pista - Arbitrar correctamente un partido de hockey pista - Trabajar en equipo - Trabajar en equipo y no individualizar. - Utilizar, al menos un tiempo muerto para hablar o recapacitar a cerca del juego a modo de consenso como equipo. 		Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Reglas básicas del hockey - Conducción con el stick - Pases al compañero con el stick - Recepciones con el stick - Defensa - Cumplimiento de las normas - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del hockey - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual. 	
Metodología: modelo deportivo, asignación de tareas y resolución de problemas.			
Organización: por equipos ya formados.			
Instalación: patio del centro, pista multideportiva			
Materiales: stick de hockey, pelotas de iniciación al hockey y portería de fútbol			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>Calentamiento.</p> <p>Realizaremos, como en los anteriores deportes, un calentamiento específico.</p> <p>Para empezar, los alumnos harán carrera continua suave alrededor del campo o la pista donde vamos a jugar el partido (2 vueltas).</p> <p>Para la segunda parte del calentamiento, cada jugador cogerá un stick y la mitad de ellos una pelota de iniciación. Jugaremos con la portería y el portero, que se habrá decidido previamente quién será.</p> <p>El portero se colocará en la portería, y frente a esta se harán dos filas en medio campo, una con pelotas y otras sin pelotas. Empezaremos por el lado derecho.</p> <p>El primer jugador de la fila tendrá que conducir la pelota con el stick unos metros, luego se la pasará al compañero de la fila contraria, este la recibirá controlándola y se la devolverá. El que ha iniciado el juego de nuevo la recibirá y tendrá que hacer un tiro a portería. El portero, debe de intentar pararla.</p> <p>Cuando todos hayan tirado a portería por el lado derecho dos veces, cambiaremos las pelotas a la fila izquierda, y se tirará por la izquierda.</p>			


Segunda parte	
Explicación	Representación gráfica
<p>Primeros partidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 1 vs equipo 2 - Equipo 3 vs equipo 4 - Equipo 5 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido). 	
<p>Segundos partidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 1 vs equipo 3 - Equipo 2 vs equipo 5 - Equipo 4 se encarga de arbitrar y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido) 	
<p>Vuelta a la calma</p>	
<p>Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.</p>	

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 12	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Jugar partidos de hockey pista - Arbitrar correctamente un partido de hockey pista - Trabajar en equipo y no individualizar. - Utilizar, al menos un tiempo muerto para hablar o recapacitar a cerca del juego a modo de consenso como equipo.		Contenidos: - Reglas básicas del hockey - Conducción con el stick - Pases al compañero con el stick - Recepciones con el stick - Defensa - Cumplimiento de las normas - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del hockey - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual.	
Metodología: modelo deportivo, asignación de tareas y resolución de problemas.			
Organización: por equipos ya formados.			
Instalación: patio del centro, pista multideportiva			
Materiales: stick de hockey, pelotas de iniciación al hockey y portería de fútbol			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>Calentamiento.</p> <p>Para empezar, los alumnos harán carrera continua suave alrededor del campo o la pista donde vamos a jugar el partido (2 vueltas).</p> <p>Para la segunda parte del calentamiento, cada jugador cogerá un stick y la mitad de ellos una pelota de iniciación. Jugaremos con la portería y el portero, que se habrá decidido previamente quién será.</p> <p>El portero se colocará en la portería, y frente a esta se harán dos filas en medio campo, una con pelotas y otras sin pelotas. Empezaremos por el lado derecho.</p> <p>El primer jugador de la fila tendrá que conducir la pelota con el stick unos metros, luego se la pasará al compañero de la fila contraria, este la recepcionará controlándola y se la devolverá. El que ha iniciado el juego de nuevo la recibirá y tendrá que hacer un tiro a portería. El portero, debe de intentar pararla.</p> <p>Cuando todos hayan tirado a portería por el lado derecho dos veces, cambiaremos las pelotas a la fila izquierda, y se tirará por la izquierda.</p>			

Segunda parte	
Explicación	Representación gráfica
<p>Primeros partidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 2 vs equipo 3 - Equipo 4 vs equipo 5 - Equipo 1 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido). 	
<p>Segundos partidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 1 vs equipo 4 - Equipo 3 vs equipo 5 - Equipo 2 se encarga de arbitrar y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido) 	
Vuelta a la calma	
<p>Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.</p>	

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 13	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> - Jugar partidos de hockey pista - Arbitrar correctamente un partido de hockey pista - Trabajar en equipo y no individualizar. - Utilizar, al menos un tiempo muerto para hablar o recapacitar a cerca del juego a modo de consenso como equipo. 		Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> - Reglas básicas del hockey - Conducción con el stick - Pases al compañero con el stick - Recepciones con el stick - Defensa - Cumplimiento de las normas - Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas del hockey - Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones - Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad. - Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo sobre el individual. 	
Metodología: modelo deportivo, asignación de tareas y resolución de problemas.			
Organización: por equipos ya formados.			
Instalación: patio del centro, pista multideportiva			
Materiales: stick de hockey, pelotas de iniciación al hockey y portería de fútbol			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>Calentamiento.</p> <p>Para empezar, los alumnos harán carrera continua suave alrededor del campo o la pista donde vamos a jugar el partido (2 vueltas).</p> <p>Para la segunda parte del calentamiento, cada jugador cogerá un stick y la mitad de ellos una pelota de iniciación. Jugaremos con la portería y el portero, que se habrá decidido previamente quién será.</p> <p>El portero se colocará en la portería, y frente a esta se harán dos filas en medio campo, una con pelotas y otras sin pelotas. Empezaremos por el lado derecho.</p> <p>El primer jugador de la fila tendrá que conducir la pelota con el stick unos metros, luego se la pasará al compañero de la fila contraria, este la recepcionará controlándola y se la devolverá. El que ha iniciado el juego de nuevo la recibirá y tendrá que hacer un tiro a portería. El portero, debe de intentar pararla.</p> <p>Cuando todos hayan tirado a portería por el lado derecho dos veces, cambiaremos las pelotas a la fila izquierda, y se tirará por la izquierda.</p>			

Segunda parte	
Explicación	Representación gráfica
<p>Primeros partidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 1 vs equipo 5 - Equipo 2 vs equipo 4 - Equipo 3 se encarga de arbitrar, y apuntar los puntos en el acta de ambos partidos (3 integrantes en cada partido). 	
<p>Segundo partido:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Equipo 5 vs equipo 3 - Sorteo de árbitros y persona encargada de anotar entre los equipos 1, 2 y 4. - Los que no arbitren, tendrán que hacer de espectadores ejemplares, animando a los compañeros. 	
Vuelta a la calma	
<p>Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y estirando.</p>	

Curso: 2 E.S.O. Fecha:	Sesión n: 14	Unidad didáctica: Multisport	N alumnos: 30
Objetivos: - Conocer la pista de atletismo, sus medidas y las marcas. - Conocer las normas de las pruebas de 100m lisos y relevos - Participar en las pruebas modificadas para la participación de todos - Animar a los compañeros en las carreras individuales		Contenidos: - Reglas básicas de las pruebas de atletismo. - Técnica del pase de testigo - La pista de atletismo - Las líneas de atletismo - Fases de la salida	
Metodología: instrucción directa, modelo deportivo, asignación de tareas y resolución de problemas Organización: libre y por equipos ya formados.			
Instalación: pista de atletismo reglamentaria Materiales: testigos, actas, silbato y reloj cronómetro.			
Primera parte			
Explicación		Representación gráfica	
<p>La pista y la salida en atletismo.</p> <p>Llegaremos a la pista de atletismo en autobús. Al llegar, explicaremos el lugar en el que nos encontramos y pasaremos a explicar las líneas que forman la pista de atletismo, lo que significa o lo que marca cada marca y pasaremos a explicar las dos pruebas que haremos en el día.</p> <p>- Explicaremos la posición de salida: las manos detrás de la línea, con los dedos pulgar e índice formando una V y son los únicos que se apoyan en el suelo para aguantar la posición. Hay 3 fases en la salida de atletismo.</p> <p>- En sus marcas!: nos colocamos en los tacos y nos acomodamos, colocando también las manos en posición.</p> <p>- Preparados!: elevación de la cintura escapular, preparándose para salir.</p> <p>- Disparo (en este caso, marca con silbato): salida en carrera.</p>			

Explicación 6x400 metros.

Prueba mixta por equipos

La prueba reglamentaria es 4x400 metros relevo, pero nosotros lo adaptaremos a 6x400 metros para asegurarnos que todos los alumnos pueden participar. Las reglas y como se realiza la prueba son las siguientes:

- Los atletas salen de detrás de las “línea de salida”, y correrán hasta la zona de transferencia, que será donde el siguiente corredor espere para correr.

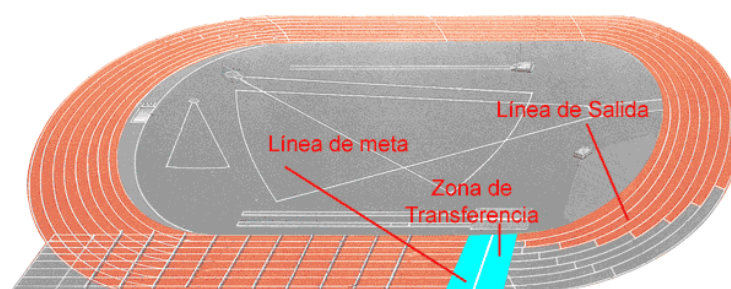
- Cada corredor hará una vuelta completa. En total son 5 vueltas.

- La transferencia del testigo debe de hacerse en la zona de transferencia. Si se hace antes o después, será motivo de descalificación del equipo.

- Los corredores no pueden salir de su calle. Aunque en la mayoría de las pruebas no se puede pisar la línea de la calle, ya que es motivo de descalificación, no lo vamos a tener en cuenta. Tan solo si salen completamente de su calle, será el equipo completo descalificado.

- Gana el primer equipo que complete las 5 vueltas en el menor tiempo posible,

Es en esta prueba cuando le planteamos el problema a resolver a los alumnos: pueden configurar como quieran el orden de los corredores. Lo que ellos consideren más ventajoso para su equipo.



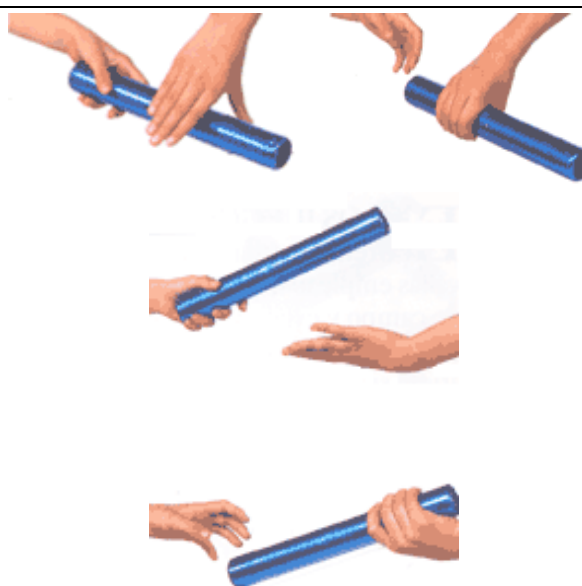
Pase o transferencia del testigo.

Hay dos tipos de transferencia:

- Por arriba
- Por abajo

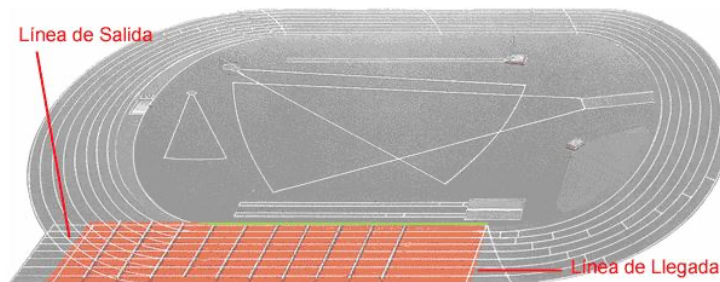
El pase de testigo es una fase que se debe de practicar para evitar caídas, ya que esto le supone al equipo perder tiempo.

Los corredores esperan al portador del testigo en posición de pie con el cuerpo girado a la derecha o a la izquierda indistintamente.



Explicación 100 metros lisos.

Prueba individual por sexos.
La única norma es que los corredores deben de correr en línea recta, sin pisar las líneas de la calle en la que se encuentran. Si los participantes salen antes del pitido de salida, no será descalificación inmediata, sino un falta. Si ocurre por segunda vez, si será descalificatorio.



Segunda parte

Explicación

Calentamiento.

Haremos un calentamiento general de atletismo.
Empezaremos con movilidad articular de tobillos, rodilla cadera y hombros.
Seguidamente, daremos dos vueltas completas a la pista de atletismo.
Finalizaremos con estiramientos específicos del atletismo. Guiará el docente según la tabla adjunta en la representación gráfica.

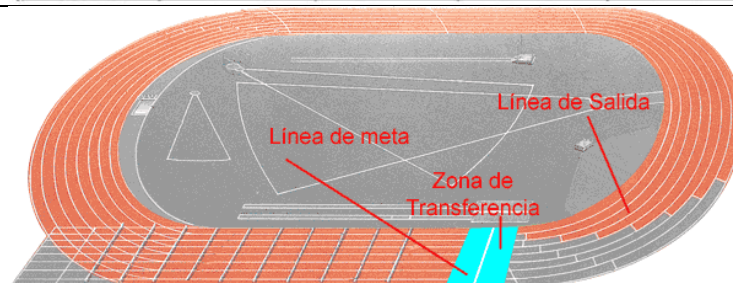
Representación gráfica

Propuestas de actividades de estiramientos

CUELLO	CUELLO	ABDUCTORES	ABDUCTORES	ABDUCTORES
ADDUCTORES	CUADRICEPS	CUADRICEPS	PIERNA	ISQUIOTIBIAL, GLUTEO
PIERNA, ISQUIOTIBIAL	PIERNA, RECTO ANT	PIERNA, ISQUIOTIBIAL	PIERNA, RECTO ANT	CUADRICEPS
ABDOMEN	ABDOMEN	ESPALDA	ESPALDA	ESPALDA

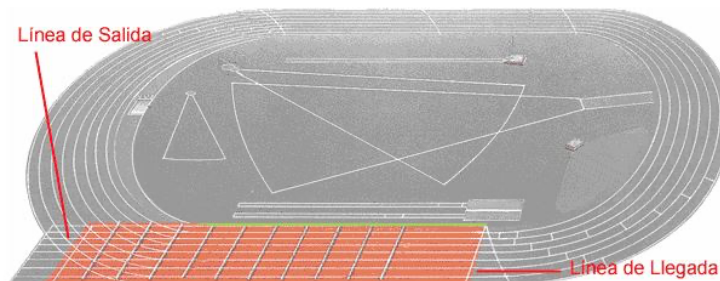
Prueba 6x400.

Prueba por equipos.
Cada equipo solo correrá una vez esta prueba, y se competirá por clase como el resto de la Unidad Didáctica. Competirán todos los equipos de la misma clase a la vez.



Estimando que hay la misma cantidad de chicos y de chicas (45 y 45, estimando 90 alumnos) se harán:

- 7 carreras clasificatorias, de las cuales se clasifican los 3 primeros de cada carrera (corren 45, se clasifican 21).
 - 3 carreras de cuartos de final, en las que se clasifican los 4 primeros de cada carrera (corren 21, se clasifican 12)
 - Dos carreras de semifinal, en las que se clasifican los 3 primeros de cada carrera (corren 12, se clasifican 6).
 - Final, en la que se decide el ganador (corren los 6 finalistas).
- Esto se hará con ambos sexos.



Vuelta a la calma

Nos sentamos todos en el suelo poniendo en común la sesión y toda la Unidad Didáctica que acaba de finalizar. Intentaremos que participen todos los alumnos para obtener un feedback correcto.

Comentaremos los equipos ganadores de cada clase según la puntuación obtenida y los ganadores absolutos de la prueba de 100 metros lisos.



Pasaremos un cuestionario de preguntas abiertas que de nuevo, será el feedback que recibamos nuestros alumnos para volver a hacer este proyecto en años futuros y con las modificaciones pertinentes para mejorarla si así fuera necesario.

Adjunto en el apartado “Anexo”.

Haremos un desayuno todos los alumnos y profesores juntos a modo de convivencia y volveremos al centro de vuelta.

4.10. Sistema de puntuación

En el caso de vóley, hockey y baloncesto, se obtendrá dos puntos por partido ganado, un punto por partido empatado y no se puntuará por partido perdido. En ninguno de los casos, importará el empate, es decir, no se jugarán prórrogas.

En la prueba de 100 metros lisos, solo puntuarán con 1 punto a su equipo aquellos corredores que hayan llegado a la semifinal, y dos a aquellos que haya llegado a la final. Al ser una prueba individual, habrá 3 ganadores por sexo.

En la prueba de 6x400 metros relevos, al ser por equipos y clases, puntuará en cada clase con 3 puntos, el primer clasificado (ganador), con 2 puntos el subcampeón y con 1 punto el tercer clasificado.

A parte de la puntuación de los distintos deportes, se penalizará con 4 puntos al equipo que más faltas haya hecho a lo largo de los partidos de cada clase, puntos que se llevará como recompensa el equipo que menos faltas haya hecho de cada clase. Esto lo hacemos para que, de nuevo, sean más importantes los valores que queremos transmitir con el resultado de la competición.

La cuenta de la puntuación la llevará el docente, y no se revelará nada hasta la última sesión, que tras realizar las pruebas se harán los cálculos pertinentes para conocer la clasificación. Esto lo hacemos para que los equipos disfruten de la actividad y no se centren en la clasificación ni en quedar los primeros, ya que el objetivo principal de la Unidad Didáctica es la educación en valores, no la competición.

4.11. Evaluación y calificación

4.11.1. Criterios de evaluación

Objetivos del área	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
OA1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.	<p>C.E.6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.</p> <p>C.E.8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas</p>	<p>E.A.6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados</p> <p>E.A.5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
OA7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.	<p>C.E.3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego</p> <p>C.E.5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo</p>	<p>E.A.3.1. Adapta los fundamentos técnicos-tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas</p> <p>E.A.3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas</p> <p>E.A.3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p>
AO11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades	C.E.7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas para transmitir valores de solidaridad,	E.A.8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas

físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz	compromiso, responsabilidad, autorregulación y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.	<p>E.A.7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador</p> <p>E.A.7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos</p> <p>E.A.7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4.11.2. Calificación

Para calificar a los alumnos, contaremos con 3 partes: procedimental, cuyo valor es del 40%; actitudinal, cuyo valor es del 50%; y contenidos, cuyo valor es del 10%.

Para calificar la parte **procedimental**, durante los partidos rellenaremos las siguientes hojas de observaciones. Son observaciones de elementos técnicos muy sencillos ya que, de nuevo, nuestra meta es aprender valores con este deporte, y no la competición. Son 5 elementos. Por cada elemento que sí realice el alumno, se suma 0.2 puntos (0.25 en atletismo al haber solo 4 elementos), haciendo un total de 1 punto, lo que constituye el 10% de la parte procedimental. Al haber 4 partes procedimentales, se completa el 40% de su valor. Hay una hoja de observación por cada alumno y deporte:

BALONCESTO	Nombre:		
Es capaz de botar el balón en movimiento	Si	No	
Se arriesga a realizar tiros a canasta	Si	No	
Visualiza donde está los compañeros de su equipo para realizar buenos pases	Si	No	
Interpone el cuerpo para defender, no agarra (falta)	Si	No	
Realiza, al menos, una entrada a canasta	Si	No	

HOCKEY	Nombre:		
Agarra de forma correcta el stick		Si	No
Se arriesga a realizar tiros a puerta		Si	No
Visualiza donde está los compañeros de su equipo para realizar buenos pases		Si	No
Conduce la pelota de iniciación con el stick, es decir, no se limita solo a realizar pases		Si	No
Defiende de forma correcta las jugadas, sin miedo a recibir un golpe con el stick y sin cometer faltas		Si	No

VÓLEY	Nombre:		
Realiza todos los tipos de toques (toque de dedos, de antebrazos y remate)		Si	No
Coloca las manos correctamente al realizar los toques		Si	No
Se implica en el juego intentando realizar, al menos, un toque por cada punto.		Si	No
Al recepcionar la pelota de vóley, hace por crear juego con sus compañeros, no devolverla al equipo contrario directamente.		Si	No
Cumple las reglas básicas como no tocar la red o no dar dos toques seguidos al balón		Si	No

ATLETISMO	Nombre:		
Se coloca de forma correcta para la salida		Si	No
Realiza de forma correcta el pase del testigo al compañero		Si	No
En 100 metros lisos, corre a la máxima velocidad que puede.		Si	No
En relevos se implica con el equipo		Si	No

Para la parte **actitudinal**, utilizaremos la siguiente rúbrica para evaluar a cada alumno:

	Insuficiente	Suficiente	Notable	Sobresaliente
Compañerismo	No ayuda ni integra a los compañeros que lo necesiten.	A veces ayuda e integra a los compañeros que lo necesiten.	Suele integrar y ayudar a los compañeros que lo necesiten.	Siempre se preocupa de ayudar e integrar a los compañeros que lo necesiten.
Participación	No participa de forma activa en clase o en el juego.	Solo participa de forma activa en clase o en el juego cuando le interesa.	Suele participar la mayoría del tiempo de forma activa en la clase o en el juego.	Siempre participa en clase de forma activa, tomando la iniciativa en muchas ocasiones.
Materiales	No participa a la hora de coger o recoger los materiales al inicio y final de la clase.	Solo coge y recoge el material de clase si se le pide expresamente.	Suele prestarse voluntario a coger y recoger los materiales al inicio y final de la clase.	Siempre está presente a la hora de coger y recoger los materiales al inicio y final de la clase.
Comportamiento	No presta atención a las indicaciones. Tiende a alterar el orden de la clase.	Presenta una actitud pasiva y en ocasiones altera el orden de la clase.	Tiene buena actitud y guarda el orden de la clase.	Tiene actitud muy activa, guarda el orden de la clase y media para conseguirlo.
Deportividad	Tiene actitudes antideportivas, provoca muchas faltas y falta el respeto a docente, compañeros y árbitros.	Provoca excesivas faltas y tiene ciertos gestos que pueden resultar antideportivos.	Respeta las normas y tiene actitudes deportivas con sus compañeros.	No tiene ningún gesto de anti-deportividad y es un ejemplo que seguir.
Modelo de Responsabilidad Personal y	Llega al Nivel I: respeta las reglas básicas de	Llega al nivel II: el alumno participa por	Llega al nivel III: el alumno toma sus decisiones propias	Llega al nivel IV: el alumno es consciente de que

Social de Donald Hellinson	convivencia y a los demás y la forma de ser y actuar de cada uno.	iniciativa propia y hace por integrar de forma igualitaria a los compañeros.	y reflexiona acerca de ellas.	los compañeros tienen puntos de vista distinto al suyo y lo respeta. Pide ayuda cuando la necesita y la brinda cuando un compañero lo necesita.
----------------------------------	-------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Por último, para la parte de **contenidos**, cada alumno de forma individual debe de realizar un trabajo en el que exponga una situación deportiva que haya ocurrido a lo largo de la historia o que ellos mismos hayan vivido en el que el o los deportistas antepusieron sus valores a la competición.

5. Conclusiones

Esta Unidad Didáctica ha sido pensada, desarrollada y creada para ofrecerles a los alumnos una actividad dinámica, atractiva y divertida mediante el juego y el deporte. Con este proyecto, pretendemos transmitirles valores que les harán crecer y desarrollarse como persona tanto dentro como fuera de clase, dejando a un lado la competición y la competitividad con sus compañeros. Aunque estas están también presentes en la Unidad Didáctica, no es ni el objetivo final ni la propuesta principal de este proyecto.

Además de ser un medio de transmisión de valores, esta propuesta ha sido pensada en todo momento para el disfrute de los alumnos, creando clases motivantes para ellos donde aprendan fundamentos técnico-tácticos básicos de distintos deportes. Enseñando nuevos deportes pretendemos también la creación de hábitos de vida saludables, pudiendo extender la práctica de estos de manera extraescolar.

Todas las actividades propuestas en la presente Unidad Didáctica tienen objetivos y contenidos presentes en el currículum actual de la Junta de Andalucía y permite la evaluación de los temas tratados mediante hojas de observaciones y rúbricas.

6. Bibliografía

- Buscà, Francesc. (2006). Educación física Escolar y Transversalidad Curricular. Un estudio de casos para el análisis y el diseño de tareas y juegos motrices significativos.
- Corrales Salguero, A. R. (2010). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de Educación Física. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*.
- Fernandez-Río, J., Calderón, A., Hortigüela Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A. y Aznar Cebamanos, M. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*.
- Fernández-Río, J., Hortigüela Alcalá, D. y Pérez-Pueyo, A. (2018). Revisando los modelos pedagógicos en educación física. Ideas clave para incorporarlos al aula. *Revista Española de Educación Física y Deportes*.
- Gómez Mármol, A. y Valero Valenzuela, A. (2012). Análisis de la idea de deporte educativo. *E-Balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*.
- Hernández, N. y Carballo, C. (2003). Acerca del concepto de deporte: alcances de su(s) significado(s) [Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de la Plata].
- López Ros, V. y Pradas Casas, R. (1998). La enseñanza del deporte escolar: hacia un deporte más educativo [Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Girona]. <https://www.researchgate.net/publication/28078787>
- Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 7, de 18 de enero de 2021. <https://www.adideandalucia.es/normas/ordenes/Orden15-1-2021CurriculoESO.pdf>

Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas. Anexo III. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 7, de 18 de enero de 2021. <https://www.adideandalucia.es/normas/ordenes/Orden15-1-2021CurriculoESOAnexoIII.pdf>

Sánchez-Alcaraz, B. J., Gómez-Mármol, A., Valero Valenzuela, A., De la Cruz Sánchez, E., y Díaz Suárez, A. (2016). El Modelo de Responsabilidad Personal y Social a través del deporte como propuesta metodológica para la educación en valores en adolescentes. *Cuadernos del Profesorado*, 9(18), 16-26.

7. Anexos

Frontal:

	Equipo A:	Equipo B:
Fecha:	1	2
Árbitros: - Carmen Pérez - Emilio Cortés - Cristina Soto		
Jugador anotador	Marcador	
Julio	1	
Sandra	2	
Lucas		1
Rodrigo	3	
Marina		2
Marina		3
Carlos		4
Lucia	4	
Lucas		5
Rodrigo	5	
Sandra	6	
Rodrigo	7	
Marta	8	
Nerea		6
Alfonso	9	
Marta	10	
Fran		7
Marina		8
Dani		9
Rodrigo	11	
Sandra	12	
Marina		10
Dani		11
Lucas	13	
Julio	14	
Sandra	15	
Dani		12
Marta	16	
Final del partido	16	12

Reverso:

Faltas cometidas	
Equipo A:	Equipo B:
Julio	Lucas
Sandra	Marina
Rodrigo	Carlos
Lucía	Dani
Marta	Fran
Total faltas cometidas	

Ejemplo de **acta** en un partido de hockey

Este acta es válida para utilizar en los partidos de vóley, en el cual se suman los puntos de 1 en 1, en baloncesto, que se sumarán los puntos de 1, 2 o 3, según la canasta anotada y hockey, que se sumará igual que vóley, de punto en punto representando los goles anotados. En el caso de los partidos de vóley, las faltas se contarán como faltas de respeto a los árbitros o los compañeros si hubiera, ya que al no haber contacto, no habrá faltas físicas como puede haber en los demás deportes.

