



▶ **MEJORANDO LA
ENSEÑANZA
A TRAVÉS DE LA
INNOVACIÓN
EDUCATIVA**

JULIO CABERO-ALMENARA

CARMEN LLORENTE-CEJUDO

ANTONIO PALACIOS-RODRÍGUEZ

MANUEL SERRANO-HIDALGO

Coordinadores

Dykinson, S.L.

MEJORANDO LA ENSEÑANZA A TRAVÉS DE LA
INNOVACIÓN EDUCATIVA

Julio Cabero-Almenara
Carmen Llorente-Cejudo
Antonio Palacios-Rodríguez
Manuel Serrano-Hidalgo
(coordinadores)

Universidad de Sevilla

Dykinson, S.L.

Todos los derechos reservados. Ni la totalidad ni parte de este libro, incluido el diseño de la cubierta, puede reproducirse o transmitirse por ningún procedimiento electrónico o mecánico. Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47)

Editorial DYKINSON, S.L. Meléndez Valdés, 61 - 28015 Madrid

Teléfono (+34) 91 544 28 46 - (+34) 91 544 28 69

e-mail: info@dykinson.com / www.dykinson.es / www.dykinson.com

Este libro ha sido sometido a evaluación por parte de nuestro Consejo Editorial.

Para mayor información, véase Consejo Editorial:

www.dykinson.com/quienes_somos

© Los Autores

Madrid, 2023

ISBN: 978-84-1122-686-8

PROYECTO FACTUS (FORMACIÓN ARQUEOLÓGICA DE CAMPO Y TERRITORIO DE LA UNIVERSIDAD DE SEVILLA)

Daniel García Rivero, José C. Posada Simeón, José Beltrán Fortes, Emilio J. Luque Azcona, Rocío Delibes Mateos, Fernando Amores Carredano, Mark Hunt Ortíz, Daniel Rodríguez Blanco, Manuel J. Díaz Rodríguez, Juan Lorenzo Domínguez, Ana Mateos Orozco y Javier Navarro Luna..... 311

CONTENIDOS TRANSVERSALES PARA RESPONDER A LOS RETOS ACTUALES DE LA EDUCACIÓN PRIMARIA DESDE UN ENFOQUE INNOVADOR

Alfonso Javier García González..... 321

AUTOEFICACIA EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO Y EMPLEABILIDAD EN EL ALUMNADO DE NUEVO INGRESO DE PSICOLOGÍA: UNA VALORACIÓN INICIAL

María García-Jiménez, Raquel Vázquez-Morejón, Elísa Alcocer-Gómez, Lara Murvartian, Miriam Benítez y Samuel Arias-Sánchez..... 329

INNOVACIÓN UNIVERSITARIA A TRAVÉS DE LA METODOLOGÍA CONTRATO DE APRENDIZAJE: ¿QUÉ OPINAN LOS ESTUDIANTES?

Rosario Gil-Galván 339

LA NARRATIVA DIGITAL: HERRAMIENTA DIDÁCTICA COMUNICATIVA DE DOCENCIA Y APRENDIZAJE. INNOVACIÓN PARA LAS DIDÁCTICAS DEL GRADO UNIVERSITARIO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Manuel Gil-Mediavilla, M^a Luz Bort Caballero y Mercedes Villasana Terradillos.... 349

HACIA UNA REORIENTACIÓN EN LA MATERIA RELACIONADA CON ENTRENAMIENTO DEPORTIVO. EL ABORDAJE DE TÓPICOS Y FALSOS MITOS COMO HÁBITO UNIVERSITARIO (INNOVACIÓN 2 EN MH&RD)

María Gómez-Risquet y Pedro Tomás Gómez-Píriz 355

DOCENCIA EN GRUPO PEQUEÑO: GUÍAS Y RÚBRICAS DE EVALUACIÓN

María Dolores Guerra-Martín, María del Socorro Arnedillo-Sánchez, Alicia Botello-Hermosa, Isabel Escobio-Prieto, Lourdes María Fernández-Seguín, María Luisa González-Elena y Manuel Pabón-Carrasco..... 365

PROYECTO PRE-TEXTOS: ALFABETIZACIÓN LECTORA A TRAVÉS DE LA CREATIVIDAD Y DE LAS ARTES

Elena Guichot-Muñoz, Giulia De Sarlo, María del Mar Galera Núñez y Olga Duarte Piña 377

HACIA UNA REORIENTACIÓN EN LA MATERIA RELACIONADA CON ENTRENAMIENTO DEPORTIVO. EL ABORDAJE DE TÓPICOS Y FALSOS MITOS COMO HÁBITO UNIVERSITARIO (INNOVACIÓN 2 EN MH&RD)

María Gómez-Risquet y Pedro Tomás Gómez-Píriz

Universidad de Cádiz

Departamento Motricidad Humana y Rendimiento Deportivo, Universidad de Sevilla

1. INTRODUCCIÓN

La finalidad de este trabajo fue establecer una inmersión en un proceso común, profesorado y estudiantes, relacionado con el análisis de tópicos y falsos mitos que se encuentran en el ámbito del Entrenamiento Deportivo. Este trabajo de innovación se realizó dentro de un proyecto general desarrollado en el Departamento de Motricidad Humana y Rendimiento Deportivo (MH&RD. Universidad de Sevilla) con actividad académica fundamentalmente en la Facultad de Ciencias de la Educación.

Contextualizado en ese proyecto (denominado Innovación en MH&RD I: Generación coordinada de estrategias docentes y dinamización en competencias en la formación relacionada con la actividad física y deportiva) se abordan mecanismos de análisis de hábitos y erradicación de falsas ideas. En la actualidad se han visto incrementadas las consultas en redes sociales (WhatsApp, Facebook, Twitter, Instagram, TikTok, canales de YouTube, etc.), que exponen consejos y soluciones fáciles a problemas complejos relacionados con la mejora del rendimiento, aunque especialmente motivados y redirigidos a problemas de imagen corporal. Por otro, y asociadas a ellos, se muestran tareas supuestamente dirigidas por profesionales en la materia, generalmente con otros intereses (influencers o marcas p.e.), que pretenden ser las adecuadas para solucionarlos. Esta circunstancia se ha visto incrementada en situaciones de pandemia, con el consecuente confinamiento y la estancia obligada domiciliaria, que produjo un *boom* de estos recursos en red (generalmente en formato video) ofreciendo multitud de supuestas situaciones de entrenamiento para el mantenimiento de la forma deportiva (tutoriales, videos explicativos e informativos, etc.).

Este modismo ha sido utilizado en distintos contextos educativos, incluso en etapas iniciales, con el desarrollo de nuevos enfoques de enseñanza basados en ambientes virtuales. Las acciones motrices predominantes en estas propuestas, siguiendo lo propuesto por López-Fernández et al (2021), tienen las siguientes características: acciones motrices individuales en entornos estables centradas en la preparación física de forma individual, generalmente en formato de circuito, como retos independientes a superar a través de ejercicios estandarizados y ejecutados de manera repetitiva mediante un estilo de enseñanza de mando directo. Son ejercicios analíticos y localizados, en donde solo se tiene que repetir y memorizar las tareas que se proponen, asociadas a un video y con una

música, por lo general sin ninguna base coreográfica. En resumen, el perfil predominante en dichas actividades ha sido:

Un ejercicio poco rico motrizmente hablando, con escasa implicación cognitiva o social, individualizado, centrado en el desarrollo de la condición física y presentado como reto. Sin supervisión directa, tratando de repetir una secuencia específica de movimientos siguiendo el modelo de una imagen o video disponible en internet, siendo realizados a veces al ritmo de la música (López-Fernández et al, 2021).

Se han demostrado los efectos que dichas actividades tienen en los niveles de bienestar subjetivo de las personas: la actividad física y la socialización digital aliviaron significativamente el afecto negativo, y se ha asociado positivamente con los niveles de felicidad (Çetin & Kökalan, 2021). Parece obvio afirmar que estas herramientas digitales han cumplido, y cumplen, una función social muy positiva. El caso que nos ocupa se enfoca hacia la idoneidad de las tareas desde un punto de vista técnico, desde la perspectiva de las teorías y prácticas del entrenamiento deportivo. La mejora desde una intencionalidad de las propuestas presupone un incremento en la calidad de los contenidos en dichos espacios digitales.

En otro orden de cosas, se expanden y generalizan términos asociados a la materia específica del Entrenamiento Deportivo, sufriendo una invasión continua desde perspectivas no especializadas, del saber vulgar, que afectan negativamente a la aclaración y adecuada cultura deportiva. De esta manera se confunde habitualmente, por ejemplo: las capacidades motrices que explican las distintas características del movimiento deportivo, los conceptos relacionados con la cuantificación y cualificación de los estímulos de entrenamiento, se simplifican los factores que afectan a la mejora de dichas capacidades, entre otras. Se establecen relaciones de causa-efecto con variables muy manipuladas a consciencia, sobre todo por intereses comerciales, se utilizan expresiones científicas sin respetar el método, se malinterpretan datos orientándolos hacia una decisión tomada previamente, etc.

Tales circunstancias acontecen también en otras materias; no hay más que abordarlas desde la perspectiva de la medicina o desde cualquier área de la salud. Estamos ante una sociedad que debe decidir ante una amalgama de ideas emanadas de muy distintos criterios.

Centrados en el mundo de la actividad física y el deporte atender estas cuestiones en la formación de nuestro estudiantado ha suscitado un gran interés, fruto de las valoraciones realizadas en el proyecto general. Se hace atractivo abordar el análisis de las distintas propuestas presentes en estos medios digitales, por un lado, y, la aclaración de términos complejos y específicos relacionados con la materia Entrenamiento Deportivo, por otro. Este es el fundamento del trabajo de innovación desarrollado.

El alumnado adquiere un aprendizaje relacionado con estas cuestiones, fruto de su formación informal y al conocimiento general social, que debe de contrarrestarse con el aprendido en el foro universitario, facilitando la construcción de herramientas que generen una propia teoría mediante una adecuada autorregulación de aprendizaje (Self-Regulated Learning, SRL). En resumen, el alumnado aprende un proceso en la adquisición de estrategias, en hacerlas habituales en su formación para, sobre todo, saber seleccionar procedimientos y contenidos.

Este proyecto ha sido dirigido hacia dos vertientes:

1. A la profundización en la formación del alumnado de GCAFD con el fin de descartar tópicos y falsos mitos relacionados con la actividad física y el deporte, y más concretamente con el entrenamiento deportivo.
2. Al análisis de contenidos en espacios digitales (tareas en red) relacionados con la materia de entrenamiento deportivo.

Tal como se preveía, ha existido una gran dificultad en la transmisión de conceptos, procedimientos y actitudes desde la perspectiva académica. El fin era incidir en un nuevo enfoque, consciente y organizado mediante el presente proyecto, orientando la formación hacia; 1, propuestas con experiencias propias, 2, sobre la base de la enseñanza directa y explícita, 3, mediante retos, tareas, actividades que requirieran una autorregulación del aprendizaje, y 4, con transferencia a su actividad cotidiana, convirtiéndose en agente directo y transformador de la realidad. Las explicaciones directas sobre las estrategias cognitivas, los debates metacognitivos, así como la tutoría entre compañeros, ayudó a aumentar la eficacia del uso de estas estrategias por parte de los estudiantes (Paris & Paris, 2001).

Se estableció un axioma común; *me hago cargo de mi propio aprendizaje*, que permite tener como referente el SRL. El uso de los módulos de aprendizaje se presentó como hilo conductor de las distintas herramientas a adquirir y permitió evolucionar hacia la manifestación de actitudes críticas y reflexivas, así como en la resolución de problemas y adquisición de las competencias.

La interrelación entre las distintas asignaturas relacionadas con la materia de Entrenamiento Deportivo, y su profesorado, pretendió incidir directamente sobre la homogeneidad en la formación tanto presencial como e-learning. En virtud de las experiencias obtenidas en cursos pasados, y a la formación del profesorado participante en esta materia, esa homogeneidad se formuló mediante el uso de clases presenciales (prácticas y teóricas), también las propias de la titulación en entornos específicos deportivos, en los entornos virtuales, fundamentados en módulos de aprendizaje, y, por último, en la confluencia en los talleres y conferencias.

Es uso de talleres concretos y conferencias tenía como base aportar un plus en la formación. En concreto en cuanto al análisis de contenidos en espacios digitales relacionados con la materia de entrenamiento deportivo, supuso un impacto muy relevante.

Para conseguir esta visión, incluida en el proyecto general, se combinaron estos recursos, procesos y formas de actuación docente con el fin de generar mejoras en la vida diaria de profesorado/alumnado implicado en las materias relacionadas con el Entrenamiento Deportivo. Así que, pensando en la transferencia social, nuestros/as estudiantes deben estar preparados al final de esta experiencia para analizar las tareas deportivas en distintos espacios, incluidos en los digitales. Es esta la motivación principal por la que se incluyó en el proyecto esta perspectiva, con la que se estimó su real incidencia en la formación integral del estudiantado universitario.

2. OBJETIVOS

La finalidad del proyecto fue combinar recursos, procesos y formas de actuación docente para:

-Profundizar en el análisis de contenidos relacionados con el Entrenamiento Deportivo con el fin de descartar tópicos, falsos mitos e inadecuados hábitos. Con la utilización de recursos como talleres y conferencias de profesionales en la materia se pretendió poner en curso términos y procesos concretos adecuados a la temática analizada, en un contexto crítico dada la generalización en la materia.

-Que el estudiantado en GCAFD se formara en la construcción de herramientas para el análisis de procedimientos didácticos específicos utilizados en la materia relacionada con el Entrenamiento Deportivo, especialmente en espacios digitales. El análisis de tareas en red, sobre todo el procedimiento de creación de las herramientas para ello debe incentivar a formar una actitud reflexiva y proactiva.

De manera transversal se incidió en la flexibilidad cognitiva profesorado/estudiantes, aspecto que permite adaptar el aprendizaje a circunstancias concretas prácticas. El abordaje de estas dos temáticas así lo hace. Consecuentemente se contribuyó a la preservación y enriquecimiento cultural entre el estudiantado, en materia de Actividad Física y Deportiva en general, y del Entrenamiento Deportivo en particular. Esto significa que se trató de incentivar procesos por los que el alumnado relacionado con GCAFD deberá ser *guardián* de la calidad de los elementos relacionados con su titulación, función que directamente la sociedad les encomienda.

3. METODOLOGÍA.

Nos dirigimos hacia la motivación del alumnado en el ámbito universitario, que no solo está influenciada por sus características personales, sino también por las características ambientales de su aprendizaje. Un entorno de aprendizaje adecuado debe favorecerse mediante la cohesión del estudiantado, el apoyo del profesorado y el desarrollo de habilidades para la solución de problemas e indagaciones que muestren parámetros de eficacia trasladable a su vida diaria.

Mediante estas estrategias se pretendió incidir en la implicación del estudiantado/profesorado participante en el proyecto general. Mediante los talleres y conferencias se consiguió satisfacer sus expectativas gracias a su interés, atención y disfrute de las sesiones planteadas.

Orientar el proyecto hacia la materia relacionada con el Entrenamiento Deportivo⁹ permitió la adecuación con las propias características del proyecto general, ya que permitió preservar su finalidad (1), continuar con el mismo estudiantado con un mejor control del proceso (2), con atención a las peculiaridades propias de estas materias (3), y, por último, a la necesidad de una unificación y control de las herramientas necesarias vía plataforma (y 4).

⁹ Materia directamente encargada de generar y controlar todas aquellas situaciones de aprendizaje, generalmente desarrolladas en entornos y contextos deportivos, con el fin de propiciar las mejoras en las actividades motrices pretendidas. Materia establecida como fundamental en el Grado en Ciencias de la Actividad Física.

Como se ha comentado, el proceso sincronizó reuniones, talleres, entrevistas grupales y personales periódicas, en las que se estructuraron las distintas actividades planificadas. Como eje central se tuvieron las sesiones específicas, en forma de conferencia y talleres, encaminadas a la constitución definitiva de términos y procesos específicos, que gozaban de definición no especializada, por un lado, y la participación en la elaboración del diseño del cuestionario de valoración de las tareas en red, por otro. Ambas estrategias determinaron un relevante campo, ya que permitió dar una visión global y homogénea para la resolución de ambos problemas planteados bajo un procedimiento profesional.

Con la orientación de objetivos de aprendizaje hacia proyectos, centrados en la tarea y en parámetros de autoeficacia, se establecieron las bases para una adecuada autorregulación del aprendizaje y, consecuentemente, una autorregulación del esfuerzo realizado (Velayutham, Aldrige & Fraser, 2012). Se incluyeron también metodologías basadas en el aprendizaje-servicio combinando procesos de aprendizaje con servicios a la comunidad cercana a cada estudiante, p.e. con relación al abordaje del análisis de términos muy comunes y utilizados habitualmente en el entorno más cercano (gimnasios, centros deportivos, etc.). El servicio se destinó a necesidades concretas y reales, orientado a una solución a una problemática específica.

Un número considerable de alumnado se encuentra en la práctica, bien asesorando con habituales programas de entrenamiento, bien llevando esporádicas experiencias profesionales en la materia. Ellos/as se declararon favorecedores, en ocasiones, de aumentar dichos mitos y falsas creencias en este asunto. Incidir en este tipo de estrategias debía repercutir en la adquisición de competencias específicas, directamente relacionadas con afianzar la idea de que nuestro desarrollo profesional depende mucho de la aceptación de que interactúan personas. Ese contacto directo, aún en espacios digitales, debe ser factor diferenciador de nuestra profesionalidad, que siempre debe respetar al receptor de la información. Esta transferencia de conocimiento ha sido un beneficio transversal a lo largo del proyecto general.

3.1. Elementos de innovación metodológica.

Las actividades a realizar se incluyen como aprendizaje y empoderamiento, siempre con características de transversalidad, y en búsqueda de esa aplicación a la vida real y a la transferencia a situaciones similares. La evaluación ha pasado de *ser una asignatura pendiente a una asignatura dependiente* (Gómez-Píriz, 2011), en alusión a la necesidad de generar una actitud evaluadora en nuestro desarrollo profesional. Por tal motivo, estas actividades desarrolladas en este proyecto implican innovación dirigida hacia la valoración. Concretamente, y siguiendo a Rodríguez-Gómez & Ibarra-Sáiz (2015), se orientaron hacia: a) una participación de los estudiantes en el proceso de elaboración del cuestionario final; b) la pro-alimentación, centrada en favorecer estrategias que ofrezcan información proactiva sobre los resultados de la evaluación de los mitos y falsas creencias relacionadas con el entrenamiento deportivo; y c) las tareas de evaluación de calidad. Estas tres líneas han permitido introducir innovaciones como se constatan con las actividades realizadas:

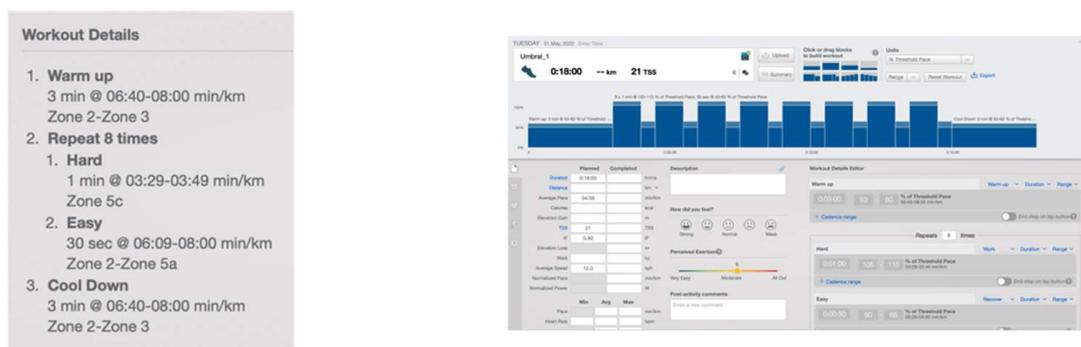
3.1.1. Innovación 1: Análisis de contenidos relacionados con el Entrenamiento Deportivo. Al abordaje de tópicos, falsos mitos y creencias.

En este proyecto se creó y facilitó el acceso a herramientas y recursos de interés a través de la comunicación directa en los talleres y conferencia, y de manera menos directa a través de los módulos de aprendizaje. Se utilizaron estos otros canales de transmisión de la información en apertura hacia otros profesionales. En ellos se definieron aquellas terminologías en forma de: capacidades motrices que repercuten en el rendimiento, aclaración de términos como de *Carga de entrenamiento*, dirigiéndolo hacia el de *Unidad de Cuantificación y Cualificación del Entrenamiento (UCCE)*, a partir de Gómez-Píriz (2011) y estableciendo indicadores de rendimiento. Se destacó el desarrollo de los criterios necesarios en el actual estado de conocimiento en este ámbito. Interactuar con las distintas herramientas de actualidad fue un plus importante de aprendizaje como futuros profesionales.

Con la base generada, en especial en forma de necesidades creadas, se propuso la búsqueda y análisis de las distintas herramientas existentes para ese empeño: Strava, Garmin Connect, Polar, HRV4 training, Elite HRV, IBP Index, etc. Por último, la interacción que se produjo en la conferencia organizada¹⁰ estuvo dirigida hacia el análisis de la situación y de la aplicación Training Peaks (<https://www.trainingpeaks.com>).

Muy bien valorada dicha actividad (8 sobre 10), hay que destacar que esta herramienta es un recurso de vanguardia en la temática y el alumnado conoció en profundidad sus características. Específicamente sobre Cuantificación/Cualificación del entrenamiento cuyos objetivos fueron: conocer la cantidad/calidad del estímulo de entrenamiento, utilizar el feedback suministrado por las NTIC para organizar el mismo, orientar el análisis hacia la carrera y el ciclismo como modelo y visionar casos prácticos.

Cada estudiante realizó en dicho recurso las siguientes tareas: crear una cuenta, vincular dispositivo de registro, definir indicadores de rendimiento (Umbrales, Potencia, Frecuencia cardíaca individualizada, velocidad crítica), establecer zonas y registrar actividades. Posteriormente se instó a realizar sesiones tipos, aprendiendo a trasladarla a la aplicación según los siguientes modelos.



Y, por último, analizar los datos una vez descargados los mismos desde los dispositivos.

¹⁰ El conferenciante Javier Sola López es Graduado GCAFD, egresado de US, Postgrado en Alto rendimiento en Deportes Cíclicos y actual asesor de equipos profesionales de ciclismo.

3/9 Vance

3 min all out + 9 min al máximo (avg*0.9)



3.1.2. Innovación 2: Análisis de tareas en Red.

La motivación fue debida a que se hace cada vez más habitual la utilización de las redes sociales, incluso por nuestros/as estudiantes, como recurso en materia de Entrenamiento Deportivo. Las exposiciones de tareas para diversos fines relacionados con el Entrenamiento Deportivo son cada vez más comunes. Estos consejos son seguidos por los/as habituales internautas y emanan, en la mayoría de los casos, de pseudoprofesionales, o simplemente influencers. Consecuentemente, la propuesta se enmarcó dentro de este contexto e intentó abordar esta proliferación. Se elaboró una herramienta para valorar en red este tipo de tareas y prácticas con un diseño descriptivo. Este diseño tuvo como objetivo concienciar a los estudiantes para ostentar, ya desde su formación, una labor activa, reflexiva y discriminatoria en tareas específicas presentadas en internet.

El estudiantado reflexionó, y analizó, después de visionar dos tareas en la web:

- <https://www.youtube.com/watch?v=u4Xv-Pv6ijs>

- <https://www.youtube.com/watch?v=FLGbtfpuykY>

Se valoraron las dos tareas sobre la base del cuestionario denominado: Valoración/Certificación de Tarea en red (MH&RD. USE)_V_0, disponible en web bajo la herramienta Forms de Microsoft¹¹.

El estudiantado participó en el proceso de elaboración del cuestionario con las fases de: Planificación (documentación, población destino, recursos disponibles), Elaboración del cuestionario (dimensiones e ítems y su formulación, revisión) en la realización de prueba piloto y la redacción definitiva. Se establecieron las Dimensiones e Ítems que se describen en Tabla 1.

Se realizó una validez de contenido básica mediante consulta a 6 expertos¹² para evaluar la adecuación de cada ítem a la finalidad del cuestionario. Se midió el porcentaje de acuerdo entre observadores a la hora de valorar cada ítem como «bastante adecuado» o «totalmente adecuado» y, por otro lado, el

¹¹ <https://forms.office.com/r/VMLyFnAvZ2>

¹² Los criterios para la selección de expertos fueron: experiencia en educación física y universitaria, conocimientos en la selección y elaboración de tareas deportivas y conocimientos avanzados en metodología de investigación (todos con el grado de doctor).

grado de desacuerdo con los ítems «poco adecuado», «nada adecuado». Para los cálculos de las posibilidades de acuerdo o no acuerdo se utilizó las ecuaciones siguientes (Ecuaciones 1 y 2)

$$P\% \text{ de acuerdos} = \frac{\text{bastante adecuado} + \text{totalmente adecuado}}{\text{Total de valoraciones}}$$

$$P\% \text{ de desacuerdos} = \frac{\text{poco adecuado} + \text{nada adecuado}}{\text{Total de valoraciones}}$$

Ecuación 1 y 2. Grado de acuerdo y desacuerdo en las valoraciones realizadas por los expertos.

Se obtuvo un porcentaje de acuerdo entre expertos del 90%. El grado de desacuerdo (10%) estuvo diversificado entre todos los ítems, lo cual se interpretó como un grado de desacuerdo leve, no problemática, ya que no se centró en unos pocos ítems. Se tuvieron en cuenta las dimensiones más importantes encontradas, así como las indicadas por los expertos. Paralelamente se constató la ponderación (% del valor final) con un propósito más ambicioso de establecer una puntuación final, también se establecieron criterios binarios, si o no, según la existencia o no del ítem.

En la actualidad se está validando la herramienta para poder utilizarla en un futuro. Como se ha comentado las dimensiones e ítems a validar quedan especificadas en Tabla 1.

Tabla 1. Esquema general de distribución de dimensiones e ítems en la Valoración de la calidad de las tareas.

Categoría	Concepto	Valoración
PRESENTACIÓN	Título	Aclaratorio 8
	Resumen	Apartado poco clarificador 2
	VALOR CATEGORÍA	3,6
CUERPO PRINCIPAL DE TAREA	Estructura	Clasificación parcial sobre tarea 4
	Introducción	No se constata 0
	Justificación	Apartado poco clarificador 2
	Objetivos	Clasificación parcial sobre tarea 4
	Metodología	Apartado poco clarificador 2
	Capacidad Motriz a entrenar	No se constata 0
	Ampliación de información	No se constata 0
	Selección	Excelente relación con Tarea Clave 8
	Riesgo de sesgo	Se constata claramente sesgo/biases en la elección de tarea 0
	VALOR CATEGORÍA	2,4
	EJECUCIÓN Y FEEDBACK	Indicadores a atender
Modelo de ejecución		Excelente relación con Tarea Clave 8
Feedback pre/inter/post		No se constata 0
VALOR CATEGORÍA		5,6
CONCLUSIONES	Síntesis final	No se constata 0
	Limitaciones	No se constata 0
	Conclusiones	No se constata 0
	Conflicto de intereses	Se constata claramente sesgo/biases en la elección de tarea 0
	VALOR CATEGORÍA	0
	VALORACIÓN DE TAREA (0-8)	 3,56
	Certificación Profesional (SI-NO)	SI
	Propuesta Inclusiva (SI-NO)	NO
	Perspectiva de género (SI-NO)	NO

4. CONCLUSIÓN

La puesta en escena de estas dos actividades de innovación docente se establece como experiencia muy positiva.

Por un lado, sobre la base de las percepciones de los participantes al respecto de los talleres y conferencia. La contextualización que se ha realizado, en cuanto a la aclaración de términos específicos en materia de Entrenamiento Deportivo desde un punto de vista profesional, ha sentado las bases para una segunda fase de análisis de tareas en red. Por otro lado, la alta participación en cuanto al proceso de diseño de la herramienta para dicha valoración de tareas en red cataloga los hechos como muy relevantes, debido a la verdadera transferencia hacia valores profesionales y sociales que trascienden más allá del exclusivamente académico tradicional.

Para ello se homogeneizaron estrategias docentes colaborativas en espacios y contextos generales y específicos; desde las aulas habituales, los propios espacios deportivos hasta encuentros con

especialistas en la materia (talleres y conferencia). También los espacios virtuales han tenido especial relevancia, centralizadas en la plataforma BlackBoard, especialmente condensadas en Módulos de Aprendizaje.

La formación se ha orientado hacia propuestas con experiencias concretas, sobre una base de enseñanza directa y explícita. Ha tomado relevancia el proyecto de innovación, generado dentro del proyecto general, por el que se ha proyectado una herramienta de valoración de tareas en red realizada por especialistas y que puede madurar hacia un proyecto futuro de grandes dimensiones.

Este proyecto ayudó a desarrollar una continua relación entre los participantes (profesorado y estudiantes) dirigidos a un esfuerzo común y orientando hacia una transferencia del conocimiento.

REFERENCIAS

- López-Fernández, I., Burguño, R., Espejo, R. & Gil-Espinosa, F.J. (2021) Análisis de propuestas de Educación Física en casa durante la suspensión de clases por la COVID-19 y orientaciones para su diseño en Educación Primaria. *Retos*, 42, 872-881
- Çetin, M & Kökalan, O (2021) A multilevel analysis of the effects of indoor activities on psychological wellbeing during COVID-19 pandemic. *Anales de psicología*, vol.37, nº3 (october), 500-507 <https://doi.org/10.6018/analesps.446891>
- Paris, S. G., y Paris, A. H. (2001). Classroom applications of research on self-regulated learning. *Educational Psychologist*, 36 , 89-101.
- Gómez-Píriz, P.T. (2011) *El Entrenamiento Deportivo en el Siglo XXI*. Ed. Fundación Alcalá: Alcalá la Real (Jaen).
- Velayutham, S., Aldrige, J. M. & Fraser, B. (2012). Gender differences in student motivation and self-regulation in science learning: A multi group structural equation modeling analysis. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 10, 1347-1368. <https://doi.org/10.1007/s10763-012-9339-y>
- Rodríguez-Gómez, G. & Ibarra-Sáiz, M.S. (2015). Assessment as Learning and Empowerment: Beyond Sustainable Learning in Higher Education. In M. Peris-Ortiz, & J. M. Merigó Lindahl (Eds.), *Sustainable learning in higher education, innovation, technology, and knowledge management*. (pp. 1-20). London: Springer-Verlag. http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-10804-9_1