



Universidad de Oviedo
Universidá d'Uviéu
University of Oviedo

Facultad de Formación del Profesorado y Educación

**Máster en Formación del Profesorado de
Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y
Formación Profesional**

**Slackline como vía de motivación hacia las
clases de Educación Física**

**Slackline as motivation towards Physical
Education classes**

TRABAJO FIN DE MÁSTER

Autor: Álvaro Sabino Morán

Tutor: Francisco Javier Fernández Río

Mayo de 2021

Índice

1. Resumen.....	4
Abstract.....	4
2. Introducción.....	6
3. Breve reflexión sobre la formación recibida y las prácticas profesionales realizadas	8
3.1. Formación recibida	8
3.2. Prácticas profesionales.....	9
4. Propuesta de programación docente	11
4.1. Contribución de la materia al logro de las competencias clave establecidas para la etapa	11
4.2. Objetivos generales (capacidades a desarrollar).....	14
4.3. Metodología.....	14
4.3.1. Modelos pedagógicos.....	15
4.3.2. Estilos de enseñanza.....	17
4.3.3. Estrategias de enseñanza	17
4.4. Procedimientos, instrumentos y criterios de calificación del aprendizaje del alumnado	18
4.5. Recursos	19
4.6. Medidas de refuerzo y de atención a la diversidad del alumnado y, en su caso, las adaptaciones curriculares para el alumnado con necesidades educativas especiales o con altas capacidades intelectuales.....	20
4.7. Propuesta de actividades complementarias y, en su caso, extraescolares relacionadas con la asignatura	21
4.8. Indicadores de logro y procedimiento de evaluación de la aplicación y el desarrollo de la programación docente	22
4.9. Cronograma de las U.D. con su título y distribución en el tiempo	23
4.10. Secuenciación de las U.D.	24

4.10.1.	Unidad didáctica 1: Trabajamos en equipo	24
4.10.2.	Unidad didáctica 2: Hábitos saludables y primeros auxilios	25
4.10.3.	Unidad didáctica 3: El cuerpo comunica	27
4.10.4.	Unidad 4: Aprendemos Floorball	27
4.10.5.	Unidad 5: Saltando a la comba.....	29
4.10.6.	Unidad 6: Diseñando actividad física	38
4.10.7.	Unidad didáctica 7: Baloncesto	39
4.10.8.	Unidad didáctica 8: Caminando sobre el slackline.....	40
4.10.9.	Unidad didáctica 9: Orientación.....	41
4.11.	Programa de refuerzo para recuperar los aprendizajes no adquiridos cuando se promoció con evaluación negativa en la asignatura.....	42
5.	Proyecto de innovación educativa vinculada a la propuesta de programación presentada	43
5.1.	Diagnóstico inicial	43
5.2.	Justificación y objetivos de la innovación	43
5.3.	Marco teórico de referencia de la innovación	44
5.4.	Desarrollo de la innovación.....	46
5.4.1.	Plan de actividades	46
5.4.2.	Agentes implicados	55
5.4.3.	Materiales de apoyo y recursos necesarios.....	55
5.4.4.	Fases	56
5.5.	Evaluación y seguimiento de la innovación.....	56
6.	Conclusiones	58
7.	Fuentes y bibliografía	59

1. Resumen

Durante este trabajo, se realizará una breve reflexión sobre la formación recibida en el Máster de Formación de Profesorado en las diferentes asignaturas. Además, se aportarán una serie de ideas sobre la experiencia vivida durante la estancia en un centro escolar realizando las prácticas con alumnado de Secundaria y Bachillerato.

Por otro lado, se llevará a cabo la realización de una programación anual para el alumnado presente en el curso de 2º de la ESO siguiendo la normativa del Decreto 42/2015, para la asignatura de Educación Física.

Finalmente, se piensa que, hoy en día, siguen existen muchos casos en los que la Educación Física se transmite de una manera monótona. Por ello, se realizará la elaboración de una propuesta de innovación docente que consistirá en una unidad didáctica sobre el slackline mediante el modelo pedagógico “Educación Aventura” como fuente de motivación hacia el alumnado de Educación Física de 2º de ESO. Además, en muchos casos, el alumnado de estas edades no tiene hábitos de actividad física fuera de las clases de esta asignatura. Es por ello que, mediante esta propuesta, se pretende que el alumnado utilice esta modalidad fuera del centro escolar en su tiempo de ocio.

Abstract

During this work, a brief consideration will be made on the training received in the Master's Degree in Teacher Training in the different subjects. In addition, a series of ideas will be provided about the experience lived during the stay in a school center carrying out the practices with secondary and high school students.

On the other hand, an annual program will be carried out for the students present in the second year of ESO following the regulations of Decree 42/2015 for the subject of Physical Education.

Finally, it is thought that nowadays there are still many cases in which Physical Education is transmitted in a monotonous way, for this reason, a proposal for teaching innovation will be developed. It will consist of a didactic unit on the slackline using the 'Educational Adventure' pedagogical model as a source of motivation for Physical Education students in the second year of ESO. In addition, in many cases, the students of these ages do not have physical activity habits outside the classes of this subject. That is

why, through this proposal, it is intended that the students use this modality outside the school in their free time.

2. Introducción

En Educación Física, a la hora de realizar este trabajo, tanto en la programación como en la propuesta de innovación se ha tenido muy en cuenta la motivación del alumnado. Es por ello por lo que se ha pretendido abordar todos los bloques de contenidos de manera variada y con diferentes prácticas de actividad física evitando la monotonía que, en ocasiones, podemos encontrarnos en esta asignatura.

Durante el trabajo se podrá diferenciar entre una reflexión personal sobre los contenidos que nos ha aportado el máster, así como las prácticas vivenciadas en un IES; una programación anual y una propuesta de innovación que se incluirá dentro de la propia programación.

La programación anual sobre la asignatura de Educación Física se realizará para un alumnado de 2º de la ESO. Será sobre este curso, ya que durante las prácticas son el alumnado que más me ha motivado. Tuve la suerte de encontrarme con dos grupos muy buenos donde las sesiones que pude impartir funcionaron muy bien. En esta programación se irán dividiendo los contenidos en función de las unidades didácticas. Debido al encuentro de grupos de estudiantes motivados, consiguen trasladarte dicha motivación para llevar a cabo la propuesta de innovación dentro de la programación. Se pretende que sea una programación variada con el fin de ser entretenida y beneficiosa para nuestro alumnado y que, en el caso de estos grupos sigan mostrando el interés por esta asignatura. Por otro lado, se ha tenido en cuenta a la posibilidad de encontrar grupos de estudiantes menos motivados para poder utilizar esta programación como intento de hacer que se interesen más por la Educación Física.

En cuanto a la propuesta de innovación, la idea surgió a través de la compra del material de slackline para el IES. Se obtuvo este material para que el alumnado tuviera otro material novedoso en los recreos. Debido a esto pude observar el éxito que tuvo este material a pesar de su desconocimiento, ya que durante los recreos el alumnado interactuaba con este material. Tanto era así que en todos los recreos todas las cuerdas estaban completas. Después de observar esto y en conjunto con las ideas que me aportó la asignatura de Innovación docente, me decanté en hacer una unidad didáctica sobre esta modalidad. Investigando un poco sobre esta modalidad deportiva, aprendí los conceptos, aunque si es cierto que observe una falta de información sobre esta modalidad, por lo que creo que está sumergida en este campo de la innovación.

La propuesta no se ha llevado a cabo a la práctica en el momento de escribir el documento, no obstante, se esperan buenos resultados sobre ella para motivar al alumnado en las clases de Educación Física como se explica más detalladamente durante el trabajo.

Por último, hay que destacar la utilización del Decreto 43/2015 que se tendrá en cuenta durante la realización de toda la programación para abordar contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje e indicadores de logro.

3. Breve reflexión sobre la formación recibida y las prácticas profesionales realizadas

3.1. Formación recibida

A continuación, se realizará una reflexión sobre las asignaturas que se me han impartido en el Máster.

Para empezar, Aprendizaje y Desarrollo de la Personalidad, creo que ha sido una asignatura muy interesante y práctica a la hora de llevar a cabo la metodología de enseñanza y el comportamiento de nosotros como docentes hacia nuestro alumnado en situaciones complejas. Además, creo que las clases se hacen interesantes con el paso del tiempo y están impartidas de tal modo que los contenidos quedan muy claros a la hora de trasladarlos al papel en el examen que se realiza.

Continuando, la asignatura de Procesos y Contextos Educativos, ha sido la asignatura que, para mí, tiene más densidad tanto de contenidos como de trabajos. Si es cierto que debido a esa cantidad se puede llegar a hacer un poco monótona con el tiempo. Esto último, también puede ser la consecuencia del tipo de contenidos que se enseñan, legislativos y sobre documentos formales. Es algo necesario de aprender, pero puede llegar a ser más difícil de seguir que otros muchos aspectos. La asignatura, por otro lado, está muy bien organizada en 4 bloques con los diferentes temas que se relacionan entre ellos y con la vivencia de seguir diferentes metodologías, ya que cada bloque es impartido por un docente.

Siguiendo, están la asignatura de TIC y Comunicación Social en el aula. Las relacionó entre ellas porque para mí se complementan un poco entre ellas y creo que los contenidos de una y otra tienen bastante relación. En mi caso, la asignatura de TIC me ha servido para realizar los trabajos propuestos sobre la asignatura optativa.

Por otro lado, siguiendo con la asignatura de Diseño y Desarrollo del Currículo, es una asignatura bastante interesante. En ella, se aprenden a interpretar los documentos que implican el currículo de enseñanza, lo cual es imprescindible para ejercer como docente y llevar a cabo cualquier actividad de una sesión. Además, se destaca bastante sobre las competencias a trabajar y cómo trabajarlas de forma general para luego cada especialidad adaptarse a sus contenidos.

Continuando con Innovación Docente, en cuanto a esta asignatura no se ha podido vivenciar todo el dinamismo durante las clases por la que destaca. No obstante, creo que es una asignatura muy útil para entender que la cosa más simple puede llegar a ser una gran innovación y conseguir grandes objetivos. Añadido a esto, creo que es de gran ayuda en cuanto al Practicum y al Trabajo de Fin de Máster debido a la propuesta de innovación que se exige durante éste.

En cuanto a la asignatura de Sociedad Familia y Educación, junto con Procesos y Contextos Educativos, es otra asignatura de carácter anual. En esta asignatura se trata sobre estereotipos en cuanto al género, la igualdad, la atención a la diversidad, así como el trato a las familias. En el caso de los estereotipos, se lleva a cabo a la práctica de una manera muy amplia posteriormente, si como en mi caso te encuentras en un IES durante las prácticas que tiene una gran diversidad de nacionalidades y culturas inmersas en el alumnado.

Por último, se encuentran las asignaturas de Complementos a la Formación Disciplinar y Aprendizaje y Enseñanza de la Educación Física. Para mí, sin duda son las asignaturas más interesantes ya que trabajas todos los contenidos que el día de mañana como docente vas a llevar más a la práctica durante el proceso de enseñanza hacia el alumnado. Ha sido un factor limitante la pandemia, ya que nos e han podido impartir las prácticas de manera presencial donde creo que más se iban a afianzar los contenidos. No obstante, me han aportado muchas ideas de que hacer y como hacerlo el día de mañana para transmitir los contenidos de formas muy variadas y de esta manera poder trasladar esa motivación por la Educación Física al alumnado.

3.2.Prácticas profesionales

A continuación, se realizará una reflexión sobre lo que han supuesto las prácticas en un IES.

Como conclusiones generales del prácticum, he tenido la suerte de encontrarme con un centro donde existía muy buen clima en cuanto a la relación del profesorado y la colaboración entre ellos.

En cuanto al alumnado, he podido observar cómo funcionan las clases en diferentes rangos de edad y diferenciar diferentes tipos de alumnos/as en las clases, tanto

para bien como para mal. Esto me ha servido para saber cómo actuar ante situaciones desconocidas y día a día encontrarme más cómodo realizando mis sesiones.

Por otro lado, mi tutora de prácticas ha sabido transmitirme buenas estrategias y conocimientos a la hora de dirigir una clase y me ha dado flexibilidad para escoger el tema del que realizar las unidades didácticas dejando a un lado la programación del centro.

Como punto negativo, debido a la situación de la pandemia el clima que existe en el centro en general es más distante de lo normal debido a las restricciones en cuanto al ámbito de salud.

Para terminar, estas prácticas me han motivado un poco más a la hora de seguir construyendo mi futuro en el ámbito de la docencia.

4. Propuesta de programación docente

A continuación, se va a desarrollar una programación docente dirigida al alumnado de 2º de la ESO.

4.1. Contribución de la materia al logro de las competencias clave establecidas para la etapa

A continuación, se va a comenzar explicando las diferentes competencias que hoy en día se deben desarrollar durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en los centros escolares. Una definición que nos aporta el Decreto 42/2015 es la siguiente: “capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos” (p. 4).

Según el Decreto 42/2015, para conseguir trasladar de manera eficaz las diferentes competencias se deberán diseñar actividades que permitan al alumnado desarrollar más de una competencia al mismo tiempo. Siguiendo este decreto, debemos tener en cuenta 7 competencias que entrar dentro del currículo, las cuáles formarán parte de la programación que se va a realizar durante este trabajo. Para cada una de las competencias enumeradas, la educación física contribuye de una manera u otra a cada una de ellas:

- **Comunicación lingüística:** Es la que abarca el lenguaje como un instrumento de comunicación oral y escrita, representación, interpretación y comprensión de la realidad. Se utiliza para la comunicación del conocimiento, así como su construcción y contribuye en la organización y autorregulación del pensamiento, la conducta y las emociones. Esta competencia está presente en el vocabulario específico de la materia, los deportes que se puedan practicar, movimientos a realizar, comunicación entre compañeros y compañeras durante los deportes, feed-backs que se pueden dar los diferentes compañeros/as, así como el docente, etcétera. En la programación desarrollada se trabajará en la unidad de “hábitos saludables y primeros auxilios”, ya que se manejarán varios documentos teóricos que se analizarán, y en la unidad de “diseñando actividad física”, ya que, por ejemplo, tendrán que realizar un trabajo escrito.

- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: Estas competencias se refieren a resolver los problemas mediante razonamientos matemáticos, así como a llevar a cabo los conocimientos y métodos para explicar a cabo la realidad que nos rodea. En las clases de Educación Física, un ejemplo que podemos observar en la programación docente que va a desarrollarse es en la unidad de orientación. Cuando el alumnado hace uso de los mapas y las escalas que deben tener en cuenta para orientarse en el espacio, usan de forma muy clara estas habilidades para trabajar dichas competencias.
- Competencia digital: Hace referencia al uso de las TICs en el aula para realizar análisis de la información. En el caso de la Educación Física, hoy en día, existen una gran cantidad de aplicaciones para trabajar esta competencia en el ámbito de la actividad física como por ejemplo la aplicación “strava”. Por otro lado, en los contenidos más teóricos resulta sencillo profundizar esta competencia mediante el uso de ordenadores para analizar la información, la realización de una presentación, etcétera. Se trabajará en las siguientes unidades: En la unidad “hábitos saludables y primeros auxilios” en la cual se analizará contenido teórico y se utilizarán ordenadores para analizar algunas partes de la teoría que se les va a dar, como, por ejemplo, la realización de un resumen en Word.
- Aprender a aprender: Esta competencia es la que hace referencia a los aspectos de la autonomía del alumnado de manera que por sí mismo lleve el proceso de aprendizaje organizando sus tareas, su tiempo de estudio tanto de manera individual como colaborativa. En la asignatura de Educación Física, esta competencia esta casi en el día a día si se llevan a cabo modelos pedagógicos modernos dejando atrás los tradicionales. Un ejemplo sería el aprendizaje cooperativo en el que el alumnado debe tener cierta autonomía e interdependencia con su compañeros y compañeras. Se trabajará en las siguientes unidades: En la unidad “trabajamos en equipo” ya que el alumnado tendrá que resolver ciertos retos colectivos en los que deberán buscar una solución por sí mismos; en la unidad “aprendemos floorball” se trabajará, ya que, por ejemplo, se realizará un circuito por tiempo y por habilidad en el que el alumnado tendrá que gestionar su tiempo para realizar el circuito y

completar con éxito las diferentes estaciones, como un zigzag, un zigzag corto, etcétera.

- **Competencias sociales y cívicas:** Hacen referencia a las habilidades sociales que debe tener nuestro alumnado mediante la interacción con otras personas y la participación activa en las tareas. En esta asignatura, está presente en muchas de las actividades debido a la gran interacción social que fomenta la realización de actividad física y deporte (Martínez y González, 2017). Un ejemplo sería cualquier deporte colectivo, en el caso de nuestra programación el baloncesto o el floorball, en los cuales estás en constante comunicación con tus compañeros/as. Se trabajará en las siguientes unidades: En la unidad “trabajamos en equipo”, ya que la cooperación con los compañeros/as implica estar en constante interacción entre ellos/as; en la unidad “el cuerpo comunica”, por ejemplo, en la realización de un anuncio donde deberán entre todo el grupo aportar ideas y llegar a una conclusión. ; en la unidad “saltando a la comba” en la que el alumnado trabajará por parejas o por grupos y tendrán que interactuar entre ellos para la realización de los retos que se proponen; en la unidad baloncesto, se trabajará ya que al ser un deporte colectivo, implica comunicación entre los jugadores en todas aquellas tareas jugadas en los que existan equipos o parejas.
- **Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor:** Hace referencia a la capacidad para poner en marcha proyectos o ideas mediante la creatividad o las capacidades para asumir riesgos. En esta asignatura se puede ver en todas aquellas actividades que impliquen una realización de estas en grupos. En la programación realizada se puede ver en la unidad didáctica de “habilidades con combas” ya que se trabaja por parejas y en grupos donde el alumnado llevar por su cuenta una pequeña parte de la evaluación junto con los miembros de su grupo. En la unidad “diseñando actividad física”, por ejemplo, en el diseño de una sesión de actividad física, en la que, aunque sigan las directrices del docente, ellos decidirán como realizar el documento.
- **Conciencia y expresiones culturales:** Se refiere a las capacidades que permiten fomentar la expresión mediante la música, las artes plásticas, la literatura, etcétera. En nuestra asignatura, por ejemplo, es fácil de implementar en el Bloque 5: Actividades corporales de ritmo y expresión. En el caso de e nuestra

programación, estaría muy presente en la actividad que supone la creación por grupos de un anuncio para representarlo posteriormente.

4.2.Objetivos generales (capacidades a desarrollar)

Para desarrollar las competencias anteriores durante la programación realizada, se tendrán en cuenta una serie de objetivos generales. Para conseguirlos el alumnado deberá desarrollar una serie de capacidades a lo largo de las clases de Educación Física teniendo en cuenta el Decreto 43/2015. Serán las siguientes:

- Construir un estilo de vida activo que incluya la práctica de actividad física, así como hábitos positivos relativos a la alimentación, higiene, descanso y movilidad saludable.
- Alcanzar y mantener una forma física saludable acorde a la edad, intereses, capacidades y posibilidades individuales.
- Practicar con eficacia deportes individuales, de adversario y colectivos, de tipo convencional, alternativo y tradicional, asumiendo sus dificultades condicionales, técnicas y tácticas específicas y conociendo las posibilidades deportivas del entorno cercano.
- Utilizar creativamente los recursos expresivos y rítmicos corporales desarrollando propuestas escénicas de forma individual y colectiva.
- Realizar actividades físico-deportivas de bajo impacto en el entorno próximo y en el medio natural, valorando las posibilidades del Principado de Asturias y el contexto de los centros educativos para la práctica corporal, y contribuyendo a la conservación de los mismos.
- Desarrollar habilidades sociales basadas en el respeto mutuo, que promuevan el trabajo en equipo y la solución dialogada de conflictos, participando en actividades de mejora corporal, expresivas, juegos y deportes, independientemente de cualquier diferencia y valorándolas como factor de integración social.

4.3.Metodología

Durante este apartado se hablará de la metodología que se llevará a cabo durante la programación, explicando modelos pedagógicos, estilos y estrategias de enseñanza. Para introducir este apartado, dentro de los principios pedagógicos del Decreto 43/2015

en el artículo 3 nos menciona que “la metodología didáctica en esta etapa educativa será fundamentalmente activa y participativa, favoreciendo el trabajo individual y cooperativo del alumnado en el aula”.

4.3.1. Modelos pedagógicos

En cuanto a los modelos pedagógicos, según Rovegno (2006) están basados en la interdependencia y la irreductibilidad de las relaciones existentes entre aprendizaje, enseñanza, contenido y contexto. Podemos diferenciar entre diferentes modelos pedagógicos (Fernández-Río, Calderón, Hortigüela, Pérez-Pueyo y Aznar, 2016): modelo ludotécnico, aprendizaje cooperativo, enseñanza comprensiva del deporte, educación aventura, modelo de responsabilidad, aprendizaje servicio, etcétera. A continuación, se explicarán los que se han llevado a cabo en la programación desarrollada.

El modelo de aprendizaje cooperativo se llevará a cabo durante la unidad 1. En este modelo pedagógico, “los estudiantes aprenden con, de y por otros estudiantes a través de un planteamiento de enseñanza-aprendizaje que facilita y potencia esta interacción e interdependencia positivas y en el que docente y estudiantes actúan como co-aprendices” (Fernández-Río, 2014, p. 6). Dentro de este modelo se pueden observar una serie de características según Johnson, Johnson, y Holubec (2013) que son:

- Interdependencia Positiva: los miembros del grupo dependen unos de otros para alcanzar el objetivo.
- Interacción Promotora: los miembros del grupo deben estar en contacto directo unos con otros para ayudarse durante el trabajo.
- Responsabilidad Individual: cada miembro del grupo debe ser responsable individual de una parte del trabajo global.
- Procesamiento Grupal: todo el grupo debe procesar toda la información disponible de manera conjunta.
- Habilidades Sociales: como resultado de todo lo anterior, los miembros del grupo desarrollarán habilidades de comunicación interpersonal, para la gestión, o de liderazgo.

Será en la primera unidad del curso donde se llevará a cabo para que el alumnado consiga crear de manera más sencilla una cohesión de grupo, y tener beneficios sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje en el resto del curso y unidades didácticas.

El modelo pedagógico de enseñanza comprensiva del deporte se llevará a cabo en la unidad 4 y en la unidad 7, en las cuales se desarrollarán dos deportes de invasión, el baloncesto y el floorball.

En este modelo según Bunker y Thorpe (1982) los estudiantes deben aprender la estructura, la táctica y las habilidades necesarias de los deportes mediante la enseñanza de sus principios básicos. Existen una serie de elementos básicos en este modelo (Fernández-Río et al., 2016):

- Transferencia entre deportes: existen muchas semejanzas entre determinados deportes que deben ser aprovechadas para un aprendizaje más sencillo, potenciando esos elementos comunes. (En el caso de nuestra programación, los deportes de invasión).
- Representación: los juegos que son usados en las sesiones de EF deben tener la misma estructura táctica que el deporte “adulto” que se pretende enseñar, pero modificado para adaptarlo a las necesidades de los estudiantes.
- Exageración: la estructura de los juegos usados en clase debe ser modificada para hacer más visible un elemento táctico concreto que se quiere enseñar.
- Complejidad táctica creciente: los deportes deben ser introducidos en el aula siguiendo una complejidad táctica creciente para que sean más fácilmente integrados por los estudiantes.
- Evaluación auténtica: la evaluación de la competencia “deportiva” de los estudiantes debe ser realizada durante la práctica del propio juego, no en situaciones aisladas y artificialmente creadas por el docente.

Este modelo será aplicado a ambas unidades didácticas. Aunque sean unidades de deportes diferentes, ambos tienen principios tácticos comunes, ya que tanto baloncesto como floorball son comunes. Debido a esto, se produciría una transferencia entre ambos deportes poniendo en común todos estos aspectos entre ambas unidades.

Prosiguiendo, el siguiente modelo será el de educación aventura, el cual vendrá explicado en el marco teórico de la propuesta de innovación. Será utilizado para la unidad didáctica 8, la cual vendrá desarrollada también en la propuesta de innovación.

4.3.2. Estilos de enseñanza

En cuanto a los estilos de enseñanza, Delgado Noguera (1991) nos dice que es la forma que adoptan las relaciones entre los elementos personales del proceso didáctico y se manifiestan mediante la presentación de los contenidos, las correcciones, la organización de la clase y las relaciones con el alumnado. Existe una clasificación realizada por Sicilia y Delgado Noguera (2002):

- Tradicionales.
- Fomentan la individualización.
- Posibilitan la participación.
- Favorecen la socialización.
- Implican cognoscitivamente.
- Favorecen la creatividad.

Durante esta programación se llevarán a cabo distintos estilos. Por ejemplo, los estilos que fomentan la participación y la socialización se llevarán a cabo en las unidades 1 y 3 mediante grupos reducidos, enseñanza recíproca o juego cooperativo. Los estilos tradicionales se llevarán a cabo en las unidades que pueden abarcar más contenidos teóricos como son la unidad 2 y 6 mediante asignación de tareas o modificación de mando directo. Por último, los estilos que más se van a llevar a cabo son los que implican cognoscitivamente al alumnado, tanto descubrimiento guiado como resolución de problemas.

4.3.3. Estrategias de enseñanza

En cuanto a las estrategias de enseñanza, Delgado y Noguera (1991) nos dicen que son las formas de presentar las tareas en la práctica. En la mayoría de los casos, se llevará a cabo una estrategia de enseñanza global para presentar las tareas jugadas en los que le demos mayor importancia a la táctica. No obstante, en todas aquellas tareas que impliquen al alumnado el objetivo de realizar una acción técnica de manera correcta y deban fijar su atención en dicho aspecto se llevará a cabo una estrategia analítica. Es por ello, que en ocasiones se dará el caso de utilizar la estrategia mixta, ya que se llevarán a cabo tareas técnicas y tareas jugadas, aunque la mayoría de los casos cada sesión tendrá una estrategia de las dos explicadas anteriormente de manera aislada.

Por otro lado, se llevará a cabo en situaciones puntuales la estrategia de enseñanza mediante circuitos, un itinerario en el que el estudiante pasa por diferentes estaciones donde realiza diferentes ejercicios (Pastor, 2003). Por ejemplo, en la unidad del slackline nos podemos encontrar con la realización de un circuito. Por otro lado, también se utilizaría en alguna de las sesiones de la unidad didáctica llamada “diseñando actividad física”.

4.4.Procedimientos, instrumentos y criterios de calificación del aprendizaje del alumnado

A continuación, se tratará la evaluación que se va a llevar a cabo durante la programación desarrollada.

Durante la programación, se implementará una evaluación formativa. Según Pérez (2011), esta evaluación está caracterizada por una recogida de información en distintos momentos, variando los instrumentos para realizar una valoración de las observaciones según unos criterios establecidos. Según Hortigüela, Pérez-Pueyo y González-Calvo (2019) existen 5 razones por las que aplicar este proceso:

- Permite ser más consciente de lo que se aprende.
- Capacidad para autorregular el aprendizaje.
- Diferentes capacidades y competencias en el aprendizaje.
- Diversidad de canales de feedback.
- Mejora de la práctica docente.

Por otro lado, el proceso de evaluación será continua durante todo el curso, acumulándose y realizando medias entre las diferentes unidades didácticas y los diferentes trimestres. Para llevar a cabo la evaluación de la programación se aplicarán diferentes técnicas (Pérez, 2011):

- Heteroevaluación: el profesor recoge información sobre los/as estudiantes.
- Coevaluación: los estudiantes intercambian los roles de evaluador y evaluado.
- Autoevaluación: los estudiantes se valoran a sí mismos.

En cuanto a los instrumentos de evaluación se realizarán, según las unidades, escritos o de observación. En las dos unidades desarrolladas se puede observar que en ambas tenemos instrumentos de observación, por ejemplo, las tablas de retos de la unidad

“habilidades con combas” o las tablas de autoevaluación de la unidad “caminando sobre el slackline”. Ambos estarán desarrollados en el apartado de programación y propuesta de innovación. Por otro lado, en unidades que pueden ser más teóricas se efectuarán pruebas escritas como parte de la evaluación de esas unidades, por ejemplo, en la unidad de “hábitos saludables y primeros auxilios”.

En cuanto a los criterios de calificación, se repartirán de manera proporcional según los instrumentos de evaluación de la unidad didáctica correspondiente. Posteriormente, se tendrán en cuenta todos los aplicados y se realizará una media para obtener la nota final de la unidad didáctica. Los criterios de calificación se podrán observar con detalle en las unidades desarrolladas.

4.5. Recursos

Dentro del IES donde se ha llevado a cabo parte de la programación, contamos con un gimnasio cubierto, 2 pistas al aire libre y una gran cantidad de espacio con zonas naturales donde se puede realizar la clase. Además, el IES tiene acceso y permisos para dar las clases en un pabellón público con las reservas correspondientes. Este último espacio se utiliza debido al poco espacio que nos brinda el gimnasio cubierto para utilizarlo los días donde el clima no acompaña.

En cuanto al material, es un IES donde tienes gran cantidad de material para utilizar y se encuentra en buenas condiciones, ya que lo van renovando. Añadido a esto, en este IES la dirección del centro apoya de manera rotunda el departamento de Educación Física y a la hora de hacer peticiones sobre la compra de nuevo material solo podemos encontrarnos con facilidades.

El alumnado cuenta con dos vestuarios, los cuales este año solo se usaban como zonas de entrada y salida hacia el gimnasio cubierto debido a la situación de la pandemia. Por último, los recursos escritos los aporta el profesor según los contenidos que ellos crean que los necesitan.

En cuanto a los criterios de calificación según la unidad didáctica se tendrán en cuenta unos específicos atendiendo a los instrumentos que utilicemos en dichas unidades. Pueden ser preguntas en cuanto a tablas de observación, pruebas escritas con verdadero o falso o mediante diferentes opciones de respuesta, etcétera.

4.6. Medidas de refuerzo y de atención a la diversidad del alumnado y, en su caso, las adaptaciones curriculares para el alumnado con necesidades educativas especiales o con altas capacidades intelectuales

La atención a la diversidad está basada en la obligación de los Estados y sus Sistemas Educativos a garantizar a todos el derecho a la educación (Dieterlen, 2001) citado por Barrio y Araque (2010). Durante la etapa educativa que se trata en la programación, según el Decreto 43/2015 las diversas características que presenta el alumnado requieren en cuanto a la educación inclusiva destacar la atención a la diversidad para garantizar una intervención educativa que dé respuesta a las necesidades educativas del alumnado y les favorezca en la consecución de las competencias del currículo, con especial atención a quienes presenten necesidades especiales de apoyo educativo.

Respecto a la atención a la diversidad deben tenerse en cuenta las adaptaciones tanto significativas como no significativas, las cuales, según Toro y Zarco (1998) implican un proceso de actuación docente en el que el profesor trata de planificar y actuar de modo que dé respuesta a las necesidades de aprendizaje de los alumnos. Dentro de las adaptaciones curriculares individualizadas, todas aquellas modificaciones sobre la programación como respuesta a las necesidades educativas especiales, nos podemos encontrar con las significativas y las no significativas. Respecto a las primeras, afectan directamente a los elementos del currículo oficial como son contenidos, criterios de evaluación, etcétera. Respecto a las no significativas, se refieren a aquellas modificaciones que afectan a otros elementos como la metodología, la organización de las tareas, los tiempos, etcétera.

En cuanto a la atención a la diversidad, Barrio y Alarque (2010) nos plantean una serie de diferencias a tener en cuenta desde un punto de vista organizativo y curricular mediante las siguientes características:

- Características generales:
 - Estilos cognitivos.
 - Ritmos de aprendizaje.
 - Intereses y motivaciones.
- Diferencia de capacidades:
 - Altas capacidades.

- Discapacidades (motoras, psíquicas, sensoriales, de personalidad).
- Diferencias sociales:
 - Desarrollo en entornos sociales desfavorecidos.
 - Pertenencia a minorías étnicas o culturales.
 - Desconocimiento de la lengua mayoritaria o vehicular del sistema.
 - Itinerancia.
 - Hospitalización y convalecencia.

Por otro lado, en cuanto a la educación inclusiva en la asignatura de Educación Física, podemos tener en cuenta una serie de principios según Huguet (2010):

- Mantener la programación de referencia.
- Propiciar la comprensión de la diversidad.
- Potenciar la figura del “alumno ayudante”.
- Seleccionar tareas inclusivas.
- Adaptar tareas y juegos habituales.
- Aplicar métodos inclusivos de enseñanza.
- Introducir el deporte específico y adaptado para todos.

En el caso del alumnado de 2º de ESO con el que interactúe en las prácticas, únicamente existía una alumna con dificultades en cuanto al idioma. Era de origen árabe, para comunicarse con ella entendía poco el español por lo que se hacía mucho uso de gestos y explicaciones más sencillas de manera individual. Por suerte, compartía aula con otra alumna de origen árabe que hablaba a la perfección el castellano y debido a esto era de gran ayuda para hacerle entender algunas de las tareas.

Por otro lado, en el centro donde experimente la enseñanza docente existía mucha variedad de alumnado de diferentes países, situaciones económicas y de diferentes etnias, por ejemplo, la etnia gitana. En cuanto al aspecto de la atención a la diversidad el centro recogía las actuaciones necesarias durante la enseñanza en varios documentos de manera detallada.

4.7.Propuesta de actividades complementarias y, en su caso, extraescolares relacionadas con la asignatura

En cuanto a las actividades complementarias, sería interesante realizar alguna sesión fuera del centro, ya que en el IES donde me encontraba podías encontrar diversos

parques en las cercanías. Por ejemplo, en la unidad didáctica del slackline desarrollada, se puede observar como la última sesión se realiza fuera del centro escolar. Por otro lado, en la sesión de orientación se podrían llevar a cabo varias sesiones en los espacios próximos al centro escolar.

Como actividades extraescolares, sería interesante la organización de una semana blanca, o bien un finde semana, ya que tenemos a una distancia relativamente próxima las estaciones de esquí de “Valgrande Pajares”, “Fuentes de Invierno” y “San Isidro”. Por otro lado, sería interesante la opción de organizar una clase de surf, ya que tenemos muchos sitios próximos donde realizarlo y, hoy en día, existen muchas escuelas que te organizan dichas clases con monitores formados y aportándote el material necesario. Se podría vivenciar, por ejemplo, en la Playa de Salinas.

4.8.Indicadores de logro y procedimiento de evaluación de la aplicación y el desarrollo de la programación docente

A continuación, se van a explicar los indicadores de logro que se tendrán en cuenta durante la programación, en función de los criterios de evaluación, que se desarrollarán durante las explicaciones de las unidades didácticas. Dichos indicadores estarán redactados según el Decreto 43/2015, y serán los siguientes:

- Observar y reconocer las fases de las habilidades específicas propuestas en ejecuciones ajenas, comparándolas con las propias.
- Realizar recorridos en el entorno cercano utilizando mapa y brújula, comprendiendo su complementariedad y verbalizando los procedimientos de uso
- Producir individual o colectivamente composiciones estéticas aplicando la variable espacial.
- Utilizar la tensión y relajación muscular para expresar estados de ánimo, sentimientos, emociones, etc.
- Aplicar los fundamentos técnicos de los deportes propuestos en situaciones progresivas y adaptadas.
- Conocer y aplicar los fundamentos tácticos de los deportes propuestos de forma básica y progresiva, extrayendo sus principios comunes.
- Relatar y valorar las soluciones aplicadas a los problemas tácticos propuestos generalizándolos a otro deporte similar.

- Practicar ejercicios que impliquen tipos y componentes variados derivados de las capacidades físicas básicas y de las cualidades perceptivo-motrices.
- Conocer las características de la actividad física saludable (adecuación-continuidad-organización-progresión) y los efectos negativos de la actividad física mal diseñada.
- Utilizar de forma generalizada los fundamentos ergonómicos en diferentes posiciones: flexión de rodillas, bipedestación y sedestación equilibradas, supinación, pronación, posición lateral de seguridad, etc.
- Diseñar y presentar ejercicios físicos válidos para iniciar y finalizar la actividad física.
- Reconocer el propio nivel de destreza, valorando y proponiendo su aportación al trabajo colectivo.
- Participar de forma ordenada en las actividades colectivas, aceptando la aportación del resto de participantes y asumiendo como propio el éxito o fracaso de tareas comunes.
- Utilizar instalaciones recreativas y deportivas ajenas al centro, comprendiendo su importancia socio-sanitaria, como boleras, parques, paseos, piscinas, etc.
- Comprender y aceptar las limitaciones propias y ajenas para la realización de ciertas habilidades.
- Realizar ejercicios y actividades que impliquen cooperación y colaboración.
- Practicar actividades en el medio natural o entorno cercano con el equipamiento adecuado.
- Grabar imágenes de personas ajenas o actividades realizadas en clase, seleccionando y presentando digitalmente las más relevantes en relación al contenido de aprendizaje.
- Diseñar una presentación impresa o digital utilizando imágenes obtenidas de internet, con añadidos de sobreimpresión, de sonido, o ambos

4.9. Cronograma de las U.D. con su título y distribución en el tiempo

A continuación, se mostrará una tabla en la cual se especificará una distribución en el tiempo de cada una de las unidades que vamos a desarrollar durante esta

programación, donde se indicará el número de sesiones que corresponde a cada una de ellas, así como el bloque de contenidos:

2º ESO				
UNIDAD DIDÁCTICA	UNIDAD DIDÁCTICA	BLOQUE DE CONTENIDOS	NOMBRE	TEMPORALIZACIÓN
1	1	B.3	Trabajamos en equipo	7
2	1	B.1	Hábitos saludables y primeros auxilios	7
3	1	B.5	El cuerpo comunica	6
4	2	B.3	Aprendemos floorball	8
5	2	B.1	Saltando a la comba (desarrollada)	5
6	2	B. 2	Diseñando actividad física	7
7	3	B.3	Baloncesto	8
8	3	B.4	Caminando sobre el slackline (desarrollada)	6
9	3	B.4	Orientación	8

4.10. Secuenciación de las U.D.

4.10.1. Unidad didáctica 1: Trabajamos en equipo

Esta unidad se pone en la primera posición del curso por unas razones concretas. Debido a que durante esta esta unidad se llevará a cabo el modelo aprendizaje cooperativo. Es por ello, que la principal razón de ser la primera unidad del curso es el ciclo del aprendizaje cooperativo, en el que según Fernández Río (2017), dentro de las fases que contiene, destacamos la primera denominada “creación y cohesión de grupo” durante la cual los estudiantes se conocen unos a otros, crean los primeros vínculos entre ellos mediante actividades que buscan la socialización, o bien, desarrollan la confianza del alumnado.

- Tiempo estimado: 7 sesiones.
- Objetivos específicos: crear una cohesión de grupo inicial para desinhibir el grupo desde el momento inicial del curso de una manera eficaz.

- Competencias: se desarrollará las competencias sociales y cívicas y la competencia de aprender a aprender.
- Contenidos: se va a abordar el Bloque 3: Habilidades deportivas y juegos. Dentro de este bloque se trabajarán los contenidos de:
 - Juegos cooperativos: alternativos, tradicionales asturianos o foráneos, de aplicación deportiva, etc.
 - Los ejes corporales de movimiento: nombre, recorrido y giros.
- Actividades tipo a desarrollar: Un ejemplo de actividad sería que el alumnado estuviera subido a un banco sueco y sin bajarse de él se ordenases según diferentes criterios, como, por ejemplo, el mes de nacimiento, orden alfabético del nombre, número de hermanos/as, etcétera
- Criterios de evaluación:
 - Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los y las demás y aceptando sus aportaciones.
- Estándares de aprendizaje:
 - 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.
 - Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza

4.10.2. Unidad didáctica 2: Hábitos saludables y primeros auxilios

Como segunda unidad, se presentará una introducción teórica sobre hábitos saludables y primeros auxilios de manera general. Posteriormente, se pretende aportar a nuestro alumnado diferentes posibilidades para poseer hábitos saludables mediante la actividad física.

- Tiempo estimado: 7 sesiones.

- Objetivos específicos: aportar a nuestro alumnado diferentes posibilidades para poseer hábitos saludables mediante la actividad física.
- Competencias: se trabajarán la competencia lingüística y la competencia digital.
- Contenidos: se abordará el Bloque 1: Actividad física y hábitos saludables. Dentro de este bloque se trabajarán los contenidos de:
 - El ejercicio físico saludable: adecuación, continuidad, organización y progresión.
 - Higiene corporal, íntima y postural en el desarrollo de actividades físicas cotidianas e intencionales.
 - Protección y autoprotección en caso de emergencia.
- Actividades tipo a desarrollar: se organizará una charla teórica-práctica en la que el alumnado también experimente técnicas de primeros auxilios con algún experto/a en este ámbito.
- Criterios de evaluación:
 - Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
 - Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.
- Estándares de aprendizaje:
 - Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
 - Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

4.10.3. Unidad didáctica 3: El cuerpo comunica

- Tiempo estimado: 6 sesiones.
- Objetivos específicos: Aprender a comunicarse con el cuerpo.
- Competencias: se trabajarán la competencia social y cívica y la competencia de conciencias y expresiones culturales.
- Contenidos: se abordará el Bloque 5: Actividades corporales de ritmo y expresión. Dentro de este bloque se trabajarán los siguientes contenidos:
 - El cuerpo expresivo: la tensión y relajación muscular global como vehículo emotivo
 - La reproducción, variación y creación escénica y coreográfica.
- Actividades tipo a desarrollar: la realización de un anuncio del tema que el alumnado elija siempre que sea aprobado por el docente, por grupos de 4 ó 5 estudiantes y su grabación en vídeo.
- Criterios de evaluación:
 - Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
- Estándares de aprendizaje:
 - Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
 - Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

4.10.4. Unidad 4: Aprendemos Floorball

Esta unidad será la primera del segundo cuatrimestre y la primera en la que se trabajarán los deportes colectivos.

- Tiempo estimado: 8 sesiones.
- Objetivos específicos: familiarizar al alumando con el floorball, sus diferentes técnicas y como llevarlas a cabo durante diferentes situaciones de juego
- Competencias: se trabajarán la competencia matemática y CC básicas en ciencia y tecnología y la competencia de aprender a aprender.

- Contenidos: se abordará el Bloque 3. Habilidades deportivas y juegos. Dentro de este bloque se trabajarán los siguientes contenidos:
 - Juegos y deportes colectivos de colaboración y de colaboración-oposición: práctica progresiva de sus fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios.
 - La conducción del móvil como base del dominio individual en los deportes de colaboración-oposición.
 - La táctica de los deportes individuales, individuales de oposición, de colaboración y de oposición-colaboración.
- Actividades tipo a desarrollar: se trabajarán actividades más analíticas para llevar a cabo las técnicas y actividades más globales para las situaciones de juego, como, por ejemplo 2 contra 1 para trabajar la superioridad numérica en ataque. Los atacantes tendrán que sobrepasar una zona delimitada donde se encontrará un defensor para posteriormente lanzar a portería.
- Criterios de evaluación:
 - Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
 - Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.
- Estándares de aprendizaje:
 - Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
 - 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.

- Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

4.10.5. Unidad 5: Saltando a la comba

Esta unidad será la desarrollada de forma extensa durante la programación.

Durante esta unidad didáctica realizamos tareas y juegos relacionados con las combas trabajando las competencias sociales y cívicas y de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. El objetivo será aprender habilidades con combas más allá de saltos básicos individuales, por parejas y en comba larga y, por último, aprender a saltar a la comba doble.

Se abordará el Bloque 1: Actividad física y hábitos saludables. Dentro de este bloque se trabajarán los siguientes contenidos:

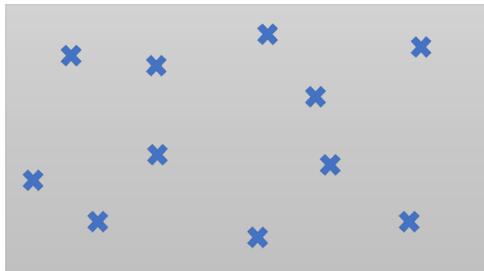
- Uso específico de las habilidades motrices básicas en situaciones variadas o variables.
- Las cualidades perceptivo-motrices: factores y tipos de cada una.
- La agilidad: factores.

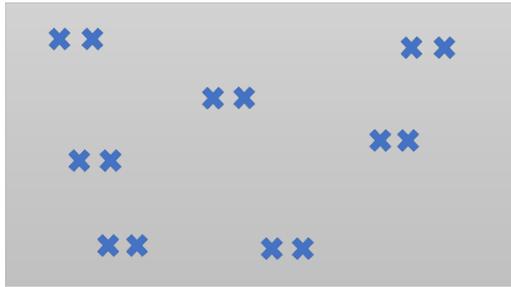
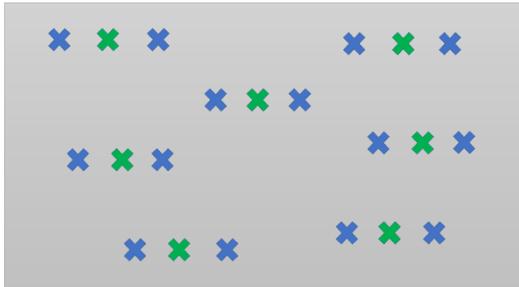
Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje:

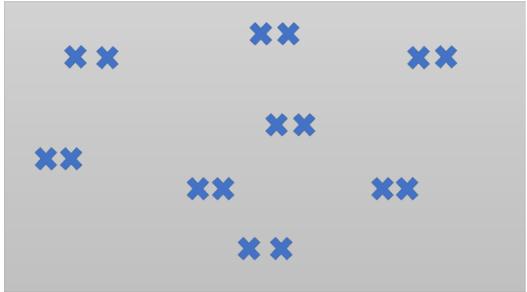
- Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas
 - Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
 - Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
 - Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
- Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los y las demás y aceptando sus aportaciones.

- Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
- 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.
- Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

Con esta unidad didáctica se pretende crear recursos diferentes para mantener hábitos saludables mediante la actividad física, como es el salto a la comba. Un material conocido por la gran mayoría y utilizado en edades tempranas con fines lúdicos. Se pretende revivir las habilidades con este material en aquellos que han sido capaces de llegar a ellas y enseñarlas a aquellos estudiantes que no las conocían más allá de los saltos básicos.

SESIÓN 1	
Objetivo: <i>Familiarizar a los alumnos con los conocimientos básicos de las habilidades con combas.</i>	
Material: una comba por alumno.	
Parte inicial	
El alumnado observará una serie de material audiovisual (https://www.youtube.com/watch?v=voPn4lPzqEc) (https://www.youtube.com/watch?v=o2nvDK4dzmw) (https://www.youtube.com/watch?v=2oPJ-gIhm7I) (https://www.youtube.com/watch?v=Z5m1O5niSr0) propuesto por el docente de diferentes habilidades con comba con la intención de provocar un grado de incertidumbre y de motivación hacia la unidad didáctica que se va a poner en práctica.	
Parte principal	
El alumnado se dispondrá ocupando todo el espacio y realizando saltos con la comba dejándoles libertad y autonomía, únicamente con las ideas del material audiovisual propuesto anteriormente.	

<p>El alumnado se dispondrá en parejas y realizarán un juego de imitación en el que uno seguirá a su compañero y realizará los saltos que haga y posteriormente se cambiarán los roles.</p>	 <p>Diagrama que muestra a los alumnos distribuidos en un espacio rectangular, representados por cruces azules. Hay seis cruces azules en total, organizadas en tres parejas. Las cruces están distribuidas de la siguiente manera: una pareja en la parte superior izquierda, una en la parte superior derecha, una en la parte inferior izquierda, una en la parte inferior derecha, una pareja en el centro superior y una pareja en el centro inferior.</p>
<p>Los alumnos se dispondrán en grupos de 3. Dos tendrán que dar a la cuerda y el otro tendrá que saltar portando un pañuelo y tendrá que atárselo a cualquier parte del cuerpo. Una vez lo consiga, cambiará el rol con uno de los compañeros que dan a la comba.</p>	 <p>Diagrama que muestra a los alumnos distribuidos en un espacio rectangular, representados por cruces azules y verdes. Hay un total de 15 cruces: 10 azules y 5 verdes. Se forman cinco grupos de tres alumnos cada uno. Los grupos están distribuidos de la siguiente manera: uno en la parte superior izquierda, uno en la parte superior derecha, uno en la parte inferior izquierda, uno en la parte inferior derecha, y uno en el centro superior.</p>
<p>Parte final</p>	
<p>El alumnado se juntará en dos grupos de 3 alumnos/as hechos anteriormente, dos de los integrantes deberán dar a la comba. El objetivo será que salten a la comba larga la mayor cantidad de integrantes del grupo a la vez. Se cambiarán los roles de dar a la comba entre ellos a medida que pasa el tiempo.</p>	

SESIÓN 2	
Objetivo: <i>Conseguir realizar habilidades individuales con combas diferentes, más allá de saltos básicos.</i>	
Material: una comba por alumno.	
Parte inicial	
El alumnado se dispondrá por el espacio y tendrán que desplazarse por las líneas del campo saltando a la comba.	
Parte principal	
<p>El alumnado realizará una serie de retos con unas claves explicadas a continuación que obtendrán en una planilla realizada por el profesor. Los alumnos se pondrán por parejas para verificar que el reto se ha realizado con éxito. Los alumnos escogerán los retos en el orden que quieran. Las parejas podrán ayudarse entre ellas para conseguir el reto. Si los dos integrantes de la pareja terminan todos los retos deberán ayudar a otras parejas que no hayan terminado.</p> <p>Retos: salto básico (controlar el movimiento de la cuerda, dar con las manos a la altura de la cintura), el boxeador (ajustar el ritmo de la comba a los saltos), slalom (saltar de lado a lado, se puede utilizar una línea si nos resulta más fácil), abrir y cerrar piernas (controlar el ritmo de la comba), carrera (quizás es más sencillo dando saltos con una pierna como si corriéramos), salto con media vuelta (puede ser más fácil realizando un salto normal entre cada media vuelta), cruzado (exagerar el movimiento de cruzar la comba), doble (dar con fuerza y realizar saltos de altura).</p>	
Parte final	
Se realizará una reflexión en conjunto de los retos más fáciles, los más difíciles, si han completado todos los retos, si han necesitado ayuda de los/as compañeros/as.	

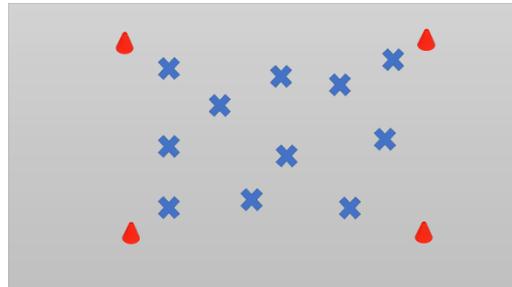
SESIÓN 3

Objetivo: *Realizar habilidades con combas por parejas, más allá de los saltos básicos.*

Material: una comba por alumno.

Parte inicial

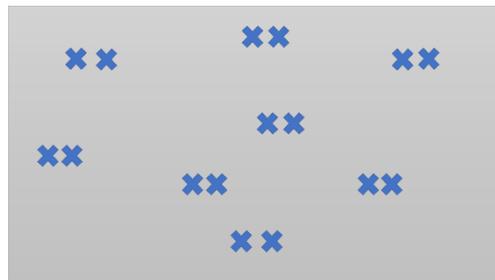
Los alumnos/as se dispondrán en un espacio reducido marcado por el docente. Cada alumno/a tendrá su comba en la cintura metida por el pantalón sin que toque el suelo. Si otro alumno/a consigue quitarle la comba el/la que se queda sin comba saldrá del límite del juego realizará cinco saltos y volverá al juego.



Parte principal

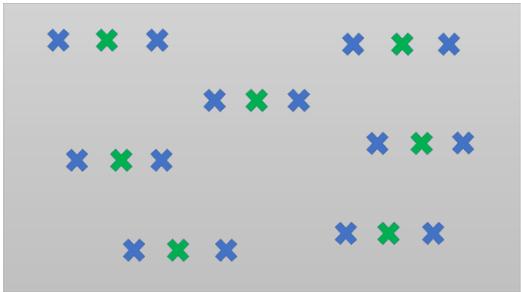
El alumnado realizará una serie de retos con unas claves explicadas a continuación que obtendrán en una planilla realizada por el profesor. Se pondrán por parejas con una comba por cada una de ellas. Ellos mismos serán los que verifiquen que han conseguido el reto para pasar al siguiente. Los alumnos escogerán los retos en el orden que quieran. Si terminan los retos, deberán ayudar a las demás parejas que todavía no lo han conseguido.

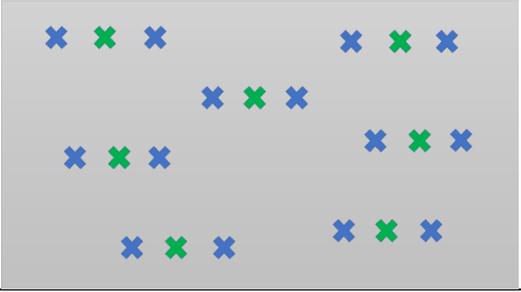
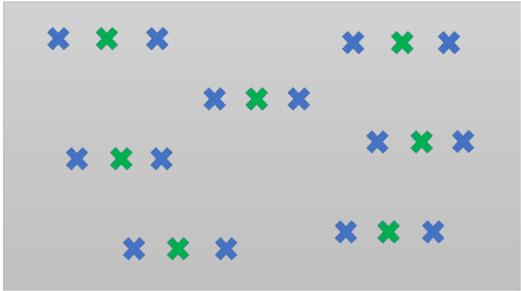
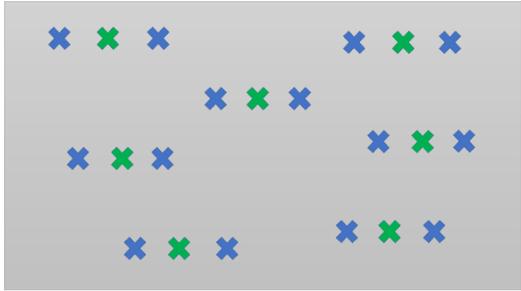
Los retos serán: Salto básico encarado (cara a cara, más cerca más fácil), salto básico en fila india (uno tras otro, más pegados más fácil), salto en paralelo (cada uno coge un lado de la cuerda), salto en paralelo uno mirando a cada lado (cada uno coge un lado de la cuerda), una vuelta sobre sí mismo/a (el que no da, el que da facilitar a su compañero/a), una vuelta sobre el/la compañero/a que no da (el que no da facilitar a su compañero/a), hacia atrás (cada uno coge un lado de la cuerda), entrar y salir (la mano que da, queda en el extremo de la cuerda cuando estemos saltando), entrar y salir ambos/as (coordinarse bien entre los dos compañeros/as).



Parte final

Se realizará una reflexión en conjunto de los retos más fáciles, los más difíciles, si han completado todos los retos, si han necesitado ayuda de los/as compañeros/as.

SESIÓN 4	
Objetivo: <i>realizar habilidades con combas largas, más allá de los saltos básicos.</i>	
Material: una comba larga y una comba corta cada 3 alumnos/as	
Parte inicial	
El alumnado se dispondrá por todo el espacio en grupos de 3. Se dejará que los alumnos salten a la comba con libertad y autonomía realizando movimientos que ellos mismos imaginen.	
Parte principal	
<p>El alumnado realizará una serie de retos con unas claves explicadas a continuación que obtendrán en una planilla realizada por el profesor. Los alumnos se dispondrán en los mismos grupos. Los alumnos escogerán los retos en el orden que quieran. Los mismos compañeros del grupo verificarán que han realizado el reto para pasar al siguiente, se irán cambiando los roles de saltador y dar a la cuerda.</p> <p>Retos: salto básico (no hacer doble salto para saltar mejor a la comba doble en próximas sesiones), entrar y saltar (por un lado se entra mejor que por otro, probar), salto con media vuelta (prestar atención a no desviarte en los saltos mientras das vueltas), entrar saltar y salir (saltar solo una vez antes de salir), a la pata coja (con una pierna saltareis mejor que con otra, probar), alternando piernas (los que dan ajustar un poco la velocidad de la comba), saltar con una comba dentro (la trayectoria de las dos combas debe ir al mismo tiempo), entrar y salir sin saltar (calcular bien la entrada para tener tiempo suficiente a salir).</p>	
Parte final	
Se realizará una reflexión en conjunto de los retos más fáciles, los más difíciles, si han completado todos los retos, si han necesitado ayuda de los/as compañeros/as.	

SESIÓN 5	
Objetivo: <i>Aprender a dar y saltar a comba doble.</i>	
Material: una comba larga y una comba corta cada 3 alumnos/as	
Parte inicial	
Habrá dos alumnos/as que den a la comba. El objetivo será que todos los miembros de la clase entren y salgan sin que la comba pare su movimiento. Los que dan, tendrán que cambiar con algún compañero/a sin que la comba pare su movimiento. Como máximo podrán dar dos saltos antes de salir de la comba.	
Parte principal	
El alumnado se dispondrá en 3 parejas, las cuáles se pondrán cada una con una comba sucesivamente. De manera que el resto de los alumnos tendrán que pasar por las 3 combas perpendicularmente a ellas. Los que dan cambiarán el rol con otros saltadores y así sucesivamente cuando lo vaya indicando el docente.	 <p>Este diagrama muestra una actividad de la comba con tres parejas. Cada pareja está formada por un alumno que da (representado por una 'x' azul) y un alumno que salta (representado por una 'x' verde). Las tres parejas están distribuidas en un espacio rectangular, con una comba en cada una de ellas. Las 'x' azules están en las esquinas y la 'x' verde está en el centro de cada comba.</p>
El alumnado se dispondrá en grupos de 3 por el terreno. Dos de ellos, darán a la doble comba y el restante saltará. Primero se les dará una serie de claves para culminar la actividad con éxito (Dar a las combas un movimiento amplio, calcular bien la velocidad de las combas para facilitar al saltador, para entrar fijarse sólo en la comba más próxima a ti, puede resultar más fácil hacer el boxeador). Se cambiarán los roles de saltador y los que dan a la comba a medida que vayan consiguiendo su función.	 <p>Este diagrama muestra una actividad de la comba con grupos de tres alumnos. Cada grupo está formado por dos alumnos que dan (representados por 'x' azules) y un alumno que salta (representado por una 'x' verde). Las tres parejas están distribuidas en un espacio rectangular, con una comba en cada una de ellas. Las 'x' azules están en las esquinas y la 'x' verde está en el centro de cada comba.</p>
En los mismos grupos, los alumnos/as tendrán el objetivo de conseguir entrar, enlazar una serie de saltos y conseguir salir de la comba sin que ésta pare su movimiento.	 <p>Este diagrama muestra una actividad de la comba con grupos de tres alumnos. Cada grupo está formado por dos alumnos que dan (representados por 'x' azules) y un alumno que salta (representado por una 'x' verde). Las tres parejas están distribuidas en un espacio rectangular, con una comba en cada una de ellas. Las 'x' azules están en las esquinas y la 'x' verde está en el centro de cada comba.</p>
Parte final	
Estiramientos y una pequeña reflexión con la clase sobre la unidad didáctica que se ha llevado a cabo.	

Evaluación

La evaluación se realizará a partir de las fichas de los retos que nos irán entregando los alumnos/as a lo largo de los días indicados. Serán tablas para cada estudiante. Se puntuará cada una sobre 2.5 puntos, de manera que todas ellas sumarán 10 puntos (máxima nota en la evaluación). Cada tabla tendrá un número determinado de retos que contarán en la evaluación, especificados entre paréntesis en las hojas de las tablas. Por otro lado, el resto de los retos los podrán realizar aquellos alumnos/as que completen los dichos anteriormente. Se dividirá de manera proporcional la puntuación de los retos que se realicen en cada tabla para obtener la media y hacer una evaluación de toda la tabla. Cuando se reúnan las tablas de todos los días se realizará una media entre la nota de las 3 tablas. Los retos se realizarán en el orden que el alumno/a considere. Los retos se verificarán siempre por la pareja o el miembro del grupo al que se pertenezca firmando en la casilla que corresponde en la tabla. En cada tabla, el docente tendrá que firmar una serie de retos que él/ella indica antes de empezar con la sesión; es decir, el alumno/a realizará los retos que le firmará su compañero/a y, posteriormente, realizará los retos que le firmará el docente.

RETOS	CONSEGUIDO
Salto básico controlar el movimiento de la cuerda, dar con las manos a la altura de la cintura	
Boxeador ajustar el ritmo de la comba a los saltos, un salto con cada pierna.	
Slalom saltar de lado a lado, se puede utilizar una línea si nos resulta más fácil.	
Abrir y cerrar piernas controlar el ritmo de la comba	
En carrera quizás es más sencillo dando saltos con una pierna como si corriéramos	
Saltar hacia atrás puede ser más fácil realizando un salto normal entre cada media vuelta	
Salto y media vuelta puede ser más fácil realizando un salto normal entre cada media vuelta	
<i>Salto cruzando la cuerda</i> exagerar el movimiento de cruzar la comba	
<i>Salto doble</i> dar con fuerza y realizar saltos de altura	

Tabla 1. Comba individual (7 retos obligatorios).

Tabla 2. Retos por parejas (6 obligatorios).

RETOS	CONSEGUIDO
Salto básico encarado (cara a cara, más cerca más fácil)	
Salto básico en fila india (uno tras otro, más pegados más fácil)	
Salto en paralelo (cada uno coge un lado de la cuerda)	
Salto en paralelo uno mirando a cada lado (cada uno coge un lado de la cuerda)	
Una vuelta sobre sí misma (él/la que no da) (el que no da facilitar a su compañero/a)	
Una vuelta sobre él/la compañero/a que no da (el que no da facilitar a su compañero/a)	
Hacia atrás (cada uno coge un lado de la cuerda).	
Entrar y salir (cada uno coge un lado de la cuerda).	
Entrar y salir ambos/as (la mano que da queda en el extremo de la cuerda cuando estemos saltando)	

Tabla 3. Retos por tríos (7 obligatorios)

RETOS	CONSEGUIDO
Salto básico (no hacer doble salto para saltar mejor a la comba doble en próximas sesiones)	
Entrar y saltar (por un lado se entra mejor que por otro, probar)	
Salto con media vuelta (prestar atención a no desviarte en los saltos mientras das vueltas)	
Entrar, saltar y salir (saltar solo una vez antes de salir)	
Alternando piernas (los que dan ajustan un poco la velocidad de la comba)	
A una pierna (con una pierna saltaréis mejor que con otra, probar)	
Entrar y salir sin saltar (calcular bien la entrada para tener tiempo suficiente a salir)	
Saltar con una comba dentro (la trayectoria de las dos combas debe ir al mismo tiempo)	

En la última sesión se realizará una auto-evaluación. En ella se realizará una serie de preguntas que los mismos alumnos/as tendrán que contestar: “sí” equivalente a 1 punto, “a veces” equivalente a medio punto o “no” equivalente a cero puntos.

Tabla 4. Autoevaluación.

*Marcar la respuesta con una X.

	SÍ	NO	A VECES
¿He puesto interés en realizar la clase?			
¿He conseguido dar a la comba con éxito?			
¿He ayudado a mis compañeros/as en la actividad inicial de la sesión?			
¿He conseguido dar a la comba doble con éxito?			
¿He aprendido a enlazar una serie de saltos a la comba doble?			
¿He aprendido a entrar a la comba doble?			
¿He aprendido a salir de la comba doble?			
¿He aprendido a dar a la comba ayudando al compañero/a que salta?			
¿He aprendido a dar a la comba doble con éxito?			

4.10.6. Unidad 6: Diseñando actividad física

- Tiempo estimado: 7 sesiones.
- Objetivos específicos: aprender diferentes recursos para realizar actividad física, llevarlos a cabo en su vida cotidiana y crear una rutina saludable.
- Competencias: se trabajarán la competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor y la competencia lingüística.
- Contenidos: se abordará el Bloque 2. Acondicionamiento físico y motor. Dentro de este bloque se trabajarán los siguientes contenidos:
 - Desarrollo y valoración específica y saludable de la fuerza dinámica y de la resistencia aeróbica.
 - Uso específico de las habilidades motrices básicas en situaciones variadas o variables.
 - Pruebas de valoración condicional y motriz de aplicación deportiva, objetivas, válidas y fiables.
- Actividades tipo a desarrollar: se realizarán actividades de ejercicio físico tanto con el cuerpo como con implementos. Concretamente, una de las actividades será realizar una sesión por parejas escrita para luego

intercambiarla entre los compañeros y compañeras y poder llevarla a cabo fuera del centro escolar.

- Criterios de evaluación:
 - Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.
 - Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.
- Estándares de aprendizaje:
 - Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.
 - Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
 - Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

4.10.7. Unidad didáctica 7: Baloncesto

Esta unidad tratará, a diferencia del floorball, sobre un deporte más común y conocido para el alumnado, como es el baloncesto.

- Tiempo estimado: 8 sesiones.
- Objetivos específicos: perfeccionar la técnica del bote, tiro y pase para posteriormente, realizarlo en situaciones de juego real o adaptado.
- Competencias: se trabajarán la competencia social y cívica y la competencia de aprender a aprender.
- Contenidos: se abordará el Bloque 3. Habilidades deportivas y juegos. Dentro de este bloque se trabajarán los siguientes contenidos:
 - Juegos y deportes colectivos de colaboración y de colaboración-oposición: práctica progresiva de sus fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios.

- La táctica de los deportes individuales, individuales de oposición, de colaboración y de oposición-colaboración.
- Los requisitos condicionales y coordinativos en los deportes: consecuencias tácticas.
- Actividades tipo a desarrollar: Se realizarán actividades donde destaque el trabajo de estas técnicas. Una de las actividades a realizar al final de la unidad didáctica será una especie de “liga” en equipos reducidos y con campos delimitados durante la última sesión en la que según ganen o pierdan irán ascendiendo o descendiendo de división, ya que cada uno de los campos pertenecerá a una división diferente.
- Criterios de evaluación:
 - Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
 - Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los y las demás y aceptando sus aportaciones.
- Estándares de aprendizaje:
 - Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
 - 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.
 - Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
 - Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

4.10.8. Unidad didáctica 8: Caminando sobre el slackline

Explicada y desarrollada detalladamente en la propuesta de innovación.

4.10.9. Unidad didáctica 9: Orientación

Al igual que la anterior unidad didáctica, se realizará a final del curso debido a la climatología de la época.

- Tiempo estimado: 8 sesiones.
- Objetivos específicos: aprender a realizar el uso de mapas para orientarse, así como algunos de los elementos que se pueden usar en el mapa como las curvas de nivel.
- Competencias: se trabajarán la competencia matemática y CC básicas en ciencia y tecnología y las competencias sociales y cívicas
- Contenidos: se abordará el Bloque 4. Actividades de adaptación al entorno y al medio natural. Dentro de este bloque se trabajarán los siguientes contenidos:
 - La orientación deportiva. Conocimiento de los recursos para la orientación; signos naturales y de fortuna, planos, mapas y brújula.
 - Uso básico del mapa, el plano y la brújula para orientarse.
- Actividades tipo a desarrollar: Una actividad que se realizaría durante el transcurso de la unidad sería la realización de un recorrido realizado en el mapa por el profesor para el alumnado por parejas de manera que tengan que recoger una serie de balizas en diferentes lugares determinados en el mapa. Cada pareja tendrá diferentes recorridos.
- Criterios de evaluación:
 - Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
 - Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
- Estándares de aprendizaje:
 - Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

- Respetar el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.
- Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.

4.11. Programa de refuerzo para recuperar los aprendizajes no adquiridos cuando se promocione con evaluación negativa en la asignatura

A continuación, se explicará como actuaríamos con el alumnado que pasase a 2º de ESO con la materia de Educación Física pendiente de 1º de ESO.

Para este alumnado, en primer lugar, se observará la causa por la que no ha promocionado con esta asignatura aprobada. Bien pueda ser un problema de la superación de los contenidos, o bien desde el campo actitudinal del alumno o alumna en cuestión durante esa asignatura.

En el primer caso, se observará los contenidos en los que el alumno o alumna ha tenido problemas y se mantendrán unas fechas para realizar una serie de trabajos teóricos sobre los contenidos que no han sido superados. Por otro lado, se podrá realizar alguna prueba práctica sobre los contenidos a trabajar. En cualquiera de los casos se avisará al estudiante con antelación sobre las fechas que vamos a proponerle y se le podrá dar apoyo durante el tiempo de recreo que necesite o resolver pequeñas dudas al final de la clase.

En el caso de que sea un problema de actitudes, se observará de cerca al estudiante para poder comprobar si ha mejorado su comportamiento durante las clases de Educación Física, o, por el contrario, sigue estancado en las actitudes que le han llevado a suspender la asignatura en el curso anterior. En el último de los casos, se acudirá al departamento de orientación para planear una solución en conjunto en función de las características de la situación de nuestro estudiante en cuestión.

5. Proyecto de innovación educativa vinculada a la propuesta de programación presentada

5.1. Diagnóstico inicial

A continuación, se va a presentar una propuesta de innovación que será llevada a cabo con estudiantes de 2º de la ESO y se va a realizar sobre una actividad física peculiar y, hoy en día, poco conocida llamada “slackline” (traducida al español, esta palabra inglesa significa cuerda floja) mediante el modelo pedagógico “educación aventura. El objetivo es hacer una unión entre este contenido y este modelo pedagógico como vía de motivación hacia el alumnado por la educación física y por la práctica de actividad física más allá del centro escolar.

Esta innovación, en un primer momento, está hecha para llevar a cabo en un IES, que posee grandes espacios y elementos naturales en su interior, como árboles y espacios verdes. Además, se encuentra rodeado de parques y entornos naturales que permiten llevar a cabo una de las partes de la innovación.

Esta propuesta de innovación se va a llevar a cabo debido a la falta de motivación que poseen muchos de los alumnos y alumnas durante el desarrollo de las clases de educación física. Respecto a esto, Gutiérrez (2014), nos habla de los factores que más se relacionan con la motivación intrínseca del alumnado dentro de las clases de educación física, los cuales son la percepción del clima de maestría y las experiencias en educación física.

Esta propuesta se plantea debido a la falta de motivación que poseen muchos de los alumnos y alumnas en lo referido a la práctica de actividad física en su tiempo de ocio. Respecto a esto, Gutiérrez (2014), nos habla de los factores que más se relacionan con la motivación intrínseca del alumnado dentro de las clases de educación física, los cuales son la percepción del clima de maestría y las experiencias en educación física.

5.2. Justificación y objetivos de la innovación

Se ha escogido esta modalidad deportiva porque se considera una práctica muy desconocida para el público estándar hoy en día y, a la vez, muy atractiva. Su puesta en práctica en los medios naturales hace que sea mucho más interesante y satisfactoria a

realizar. Añadido a esto, se puede realizar en muchos niveles de dificultad, así como solo o en compañía.

Con esta práctica se pretende exponer una de las muchas prácticas deportivas que se pueden realizar en el tiempo de ocio. El objetivo consiste tanto en buscar el gusto por la educación física en aquellos y aquellas menos motivados, así como en ofrecer nuevas alternativas para la práctica de la actividad física fuera del centro escolar. Respecto a esto último, algunos de los alumnos y alumnas en estas edades practican deportes en su tiempo libre, bien sean fútbol, baloncesto, balonmano, boxeo, ciclismo, gimnasia rítmica, voleibol y una infinidad de posibilidades. Todas ellas más bien conocidas, excepto en algún caso particular. Para este tipo de alumnado es interesante la puesta en práctica del slackline, ya que fuera de sus entrenamientos se puede llevar a cabo como transferencia. Esto es debido a que según Airas (2021) es una práctica que aporta muchos beneficios en cuanto a prevención de lesiones mediante una mejora del control postural y producción de fuerza en el tren inferior además de una gran mejora en el equilibrio.

Por otra parte, se piensa que el desarrollo de estas prácticas deportivas innovadoras puede llevar al aumento de motivación del alumnado durante las clases de Educación Física basándonos en la anterior cita de Gutiérrez (2014) sobre las experiencias en el aula. De esta manera haremos que sea más un proceso de enseñanza-aprendizaje más atractivo para llevar a cabo, tanto para el estudiante como para el docente que lo imparte, además de que el alumnado se involucrará más en las clases y será más fácil conseguir los objetivos que nos hemos propuesto.

5.3.Marco teórico de referencia de la innovación

Remontándonos a sus inicios, según Villagrán (2015), esta modalidad comenzó a practicarse en los años 80, cuando varios escaladores se reunían, antes de ir a escalar, en los aparcamientos y caminaban sobre las cadenas que allí encontraban. Estos sucesos ocurrían en California, concretamente, en el Valle de Yosemite y es a partir de entonces cuando empezó a desarrollarse esta práctica deportiva.

El slackline es un material que Pederson (2013) nos describe como una cinta con sus dos extremos anclados a una base fuerte como, por ejemplo, dos árboles. Como familiarización, nos podemos hacer una idea comparándolo con el funambulismo, con la diferencia de que en este último la cuerda es metálica y se sostiene un tipo de barra que

te ayuda a mantener el equilibrio. Sin embargo, el slackline consiste en realizar el balanceo únicamente con tu propio cuerpo para sostener el equilibrio.

Existen varias modalidades en esta práctica deportiva, pero para todas ellas la habilidad motriz básica principal a trabajar será el equilibrio, tanto estático como dinámico. Dentro de todas estas modalidades como son: trickline, yoga slackline, longline, highline, rodeoline, urbanline y waterline, se va a enfatizar la llamada trickline, ya que es la que se va a poner en práctica en la propuesta. En esta última modalidad, la cuerda permanece elástica para poder realizar giros y saltos y tiene un ancho de 5 centímetros, lo que resultará más sencillo para comenzar con la familiarización de esta práctica. Además, se encuentra a una altura baja respecto a la superficie para evitar caídas de riesgo (Airas, 2021). En el resto de las modalidades podemos encontrar algunas diferencias:

Waterline: la cinta permanece sobre el agua y su ancho puede variar.

Longline: se usan cintas de mayor longitud, mayores a 30 metros y con un ancho de 25 milímetros.

Highline: es la modalidad más peligrosa ya la cuerda permanece a más de 20 metros sobre la superficie. Su anchura es de 2.5 centímetros.

Rodeoline: su característica principal es la poca tensión que posee la cuerda, lo que la convierte en la modalidad más complicada debido al poco equilibrio que se puede conseguir.

Yoga slackline: Consiste en realizar posturas de yoga sobre una cuerda de slackline

Por otro lado, esta propuesta se llevará a cabo mediante uno de los modelos pedagógicos que se ha impartido en el máster, “educación aventura”. Fernández Río (2013) nos dice que el objetivo de este modelo es trasladar al ámbito educativo los procesos y los beneficios de la práctica de la actividad física al aire libre. Añadido a esto, los autores Dort, Evaul and Swalm (1996) exponen que es un método de enseñanza donde los estudiantes practican actividad física al aire libre para adquirir habilidades físicas, cognitivas y afectivas. Para cumplimentar dicha información, Forgan y Jones (2002), nos aclaran que con este modelo podemos basar nuestra enseñanza en habilidades sociales, trabajo en equipo y resolución de conflictos mediante el uso de juegos de aventura, tareas de resolución de problemas y actividades de desarrollo de la confianza.

5.4.Desarrollo de la innovación

5.4.1. Plan de actividades

Para el desarrollo de la propuesta de innovación a continuación se mostrará la unidad didáctica correspondiente a lo explicado en los apartados anteriores. Durante esta unidad se abordará la competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor y el Bloque 4. Actividades de adaptación al entorno y al medio natural.

Cada sesión tendrá unos objetivos concretos, sin embargo, la unidad didáctica tendrá un objetivo general común y los siguientes contenidos a trabajar:

Objetivos: Familiarizarse con el slackline, realizando diferentes tipos de desplazamientos y variantes.

Contenidos:

- La seguridad en el entorno natural y las instalaciones deportivas en la naturaleza.
- Adecuación de la práctica de actividades físicas en el entorno natural.

A continuación, se muestran desarrolladas las sesiones que se llevarán a cabo durante el transcurso de la unidad didáctica donde se podrá observar detenidamente, cómo se van a llevar a cabo los contenidos, la progresión con la que se va a trabajar, los materiales que van a ser necesarios durante cada sesión, así como los objetivos específicos que seguiremos en todas ellas.

SESIÓN 1

Objetivo: Familiarizar al alumnado con ejercicios de equilibrio para las posteriores sesiones de slackline.

Material: Bosus/bancos suecos, fitballs, pelotas, bancos.

Parte inicial

Se realizará una explicación de en qué consiste el slackline. Y se utilizará material audiovisual para que el alumnado pueda hacerse una idea de la actividad deportiva que se va a llevar a cabo durante la unidad.

Parte principal

Se realizará un circuito por estaciones de equilibrio. Cada estación estará compuesta por un grupo de 4 alumnos/as.

Se realizarán 30 segundos de ejercicio por estación con un descanso de 10 segundos entre estaciones. Se realizarán dos vueltas al circuito para acabar una tanda. Podemos realizar 2 ó 3 tandas en función de las habilidades motrices de nuestro alumnado. Se puede adaptar el número de alumnado por cada estación para que no quede alumnado sin estación o estación sin alumnado.

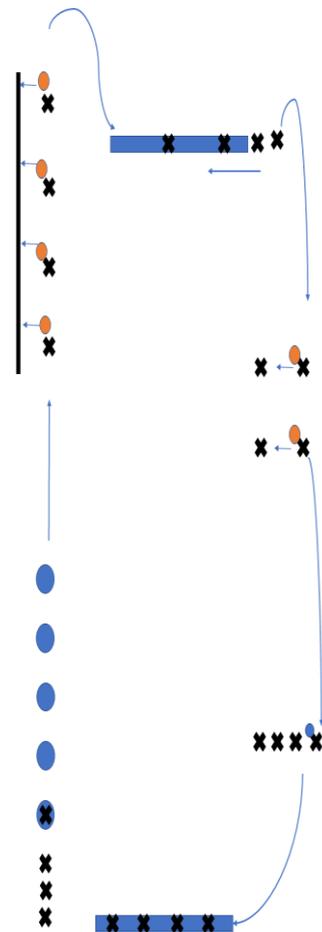
1° Sobre un bordillo el alumnado tendrá que aguantar el equilibrio sobre una pierna con la rodilla semiflexionada, si es demasiado fácil para el alumno/a puede cerrar los ojos.

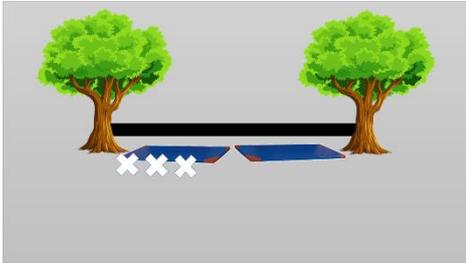
2° El alumnado tendrá que atravesar los bosus dispuestos en línea recta con un pequeño espacio entre ellos. Solo podrán apoyar una de sus piernas y tendrán que ir alternando piernas. En caso de no tener bosus, podemos adaptarlo disponiendo bancos suecos dispuestos perpendicularmente al alumnado y con cierto espacio entre ellos para que los estudiantes apoyen un pie en cada banco.

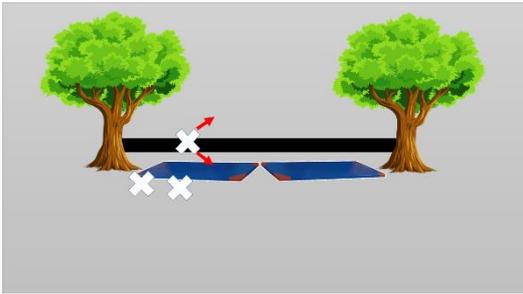
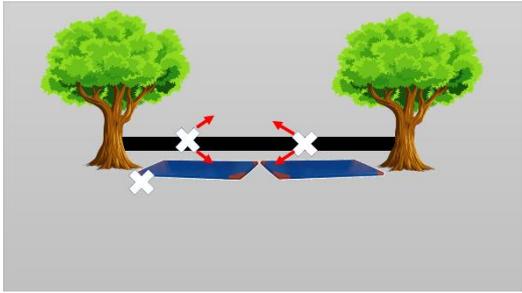
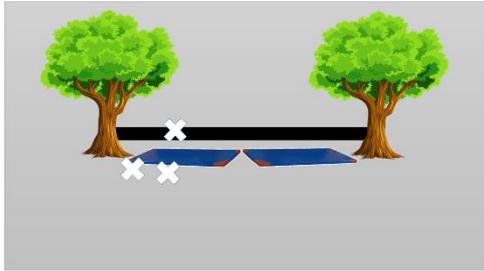
3° El alumnado tendrá que lanzar cada uno su pelota (preferiblemente del tamaño de una pelota de tenis) contra una pared, atraparla de nuevo sin que bote y así sucesivamente. (el alumnado se colocará a unos 5 pasos de la pared).

4° El alumnado tendrá que caminar por un bordillo de tamaño estándar el máximo tiempo posible.

5° El alumnado se dispondrá en parejas dentro de los grupos y tendrán que pasarse una pelota (preferiblemente del tamaño de una pelota de tenis) entre ellos apoyados en una sola pierna.



<p>6º El alumnado se dispondrá en fila india uno tras otro y apoyados sobre una pierna tendrán que pasarse una pelota de mano a mano al compañero/a que tienen delante. La pelota tendrá que darse por los laterales una vez de cada lado. (En los ejercicios que se usa una pierna se irá cambiando de pierna en el propio ejercicio o en cada vuelta).</p>	
<p>El alumnado se dispondrá en grupos de 3 (se usarán los mismos grupos a lo largo de toda la unidad para realizar la evaluación final). El alumnado utilizará un móvil por grupo y se apoyarán en algún vídeo de como montar un slackline para que cada grupo pueda montar el suyo (a partir de esa sesión, permanecerán montados hasta que se acabe la unidad didáctica). En el caso de que alguno de los grupos acabe deberán prestar ayuda a otros grupos. Se realizará énfasis en los aspectos de seguridad, tanto en atar una cuerda entre el gancho que se usa para tensar la cuerda y el árbol, así como poner una superficie acolchada (se puede usar una esterilla) rodeando la parte del árbol donde se situará la cuerda para no dañar ni el material ni el árbol. Añadido a esto, los slacklines se montarán a unos 50 cm del suelo para evitar peligro de caídas. Además, se pondrán unas colchonetas debajo del slackline para que el alumnado tenga más confianza. Si uno de los grupos termina deberá prestar ayuda a aquellos que no han terminado.</p>	 <p>El diagrama muestra un slackline negro estirado entre los troncos de dos árboles verdes. Debajo del punto donde la cuerda se conecta con el árbol, hay una zona acolchada representada por una alfombra azul con tres cruces blancas, indicando la colocación de colchonetas para proteger el árbol y al usuario.</p>
<p>Parte final</p>	
<p>Estiramientos y una reflexión en común sobre el circuito empleado. Que ejercicios han sido más difíciles, cuáles han sido más fáciles, que partes del cuerpo han trabajado más para tener equilibrio, etcétera.</p>	

SESIÓN 2	
Objetivo: Familiarizarse con el material.	
Material: 1 slackline por grupo, 2 esterillas por grupo, 1 móvil por grupo y colchonetas.	
Parte inicial	
El alumnado se irá a sus correspondientes slacklines y el objetivo será que por turnos y con ayuda de un compañero/a (pueden apoyarse en su hombro o darse la mano) caminen por turnos por el slackline con el objetivo de que descubran a su manera la manera óptima de caminar por el slackline hasta la sesión donde se explique la técnica y puedan comprobar sus errores.	
Parte principal	
El alumnado, colocado por grupos, tendrá que saltar de un lado al otro de la cuerda utilizando como apoyo las manos sobre el slackline. Se turnarán para realizar los saltos, de manera que la cuerda esté más estable. Probarán en diferentes lugares de la cuerda, tanto en el centro como en los laterales para experimentar la estabilidad de la cuerda.	
Realizarán la misma tarea que la anterior, pero en este caso, de dos en dos para que la cuerda este más inestable.	
El alumnado tendrá que realizar rebotes sentado sobre el slackline. Las dos piernas irán a uno de los lados de la cuerda. Que experimenten realizando la tarea sentados/as hacia ambos lados, con y sin ayuda del apoyo de alguno de los compañeros/as, en diferentes lugares de la cuerda y realizándolo por turnos o de dos en dos.	
Parte final	
Se pondrá en común la sesión, sobre que les parece el material, su complicación, la estabilidad de la cuerda, cuáles les han parecido tareas más difíciles, etcétera.	

SESIÓN 3

Objetivo: Aprender a realizar posiciones estáticas sobre el slackline.

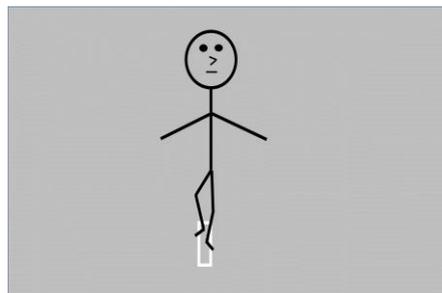
Material: 1 slackline por grupo, 2 esterillas por grupo, 1 pelota por grupo y colchonetas.

Parte inicial

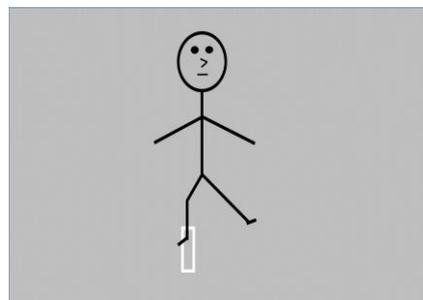
El alumnado se irá a sus correspondientes slacklines y el objetivo será que por turnos y con ayuda de un compañero/a (pueden apoyarse en su hombro o darse la mano) caminen por turnos por el slackline con el objetivo de que descubran a su manera la manera óptima de caminar por el slackline hasta la sesión donde se explique la técnica y puedan comprobar sus errores.

Parte principal

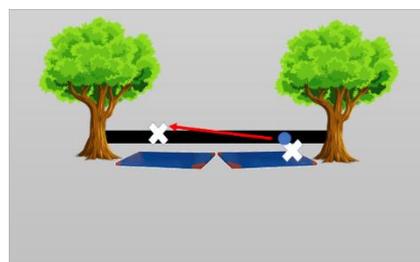
El alumnado se colocará de dos en dos en el slackline turnándose con el resto del grupo con la siguiente postura. Se colocarán sobre el slackline poniendo como apoyo ambos pies, uno delante del otro y orientando la punta del pie hacia el exterior. La rodilla que se encuentra detrás estará semiflexionada con una rotación externa mientras que la que se encuentra delante permanecerá semiflexionada sin rotación. Los alumnos/as que tengan más facilidad podrán complicarlo realizando un paso adelante y volviendo a la posición. Probarán a realizar la postura colocando ambos pies delante y ambos pies detrás.



El alumnado se colocará de dos en dos en el slackline turnándose con el resto del grupo con la siguiente postura. Se colocarán sobre una de sus piernas con la rodilla semiflexionada y la punta del pie orientada ligeramente hacia el exterior y la otra pierna en el aire orientada ligeramente hacia el exterior. Probarán con ambas piernas. Los brazos permanecerán abiertos para tener más equilibrio. Pueden ayudarse de otros compañeros/as del grupo en el caso de no conseguirlo directamente.

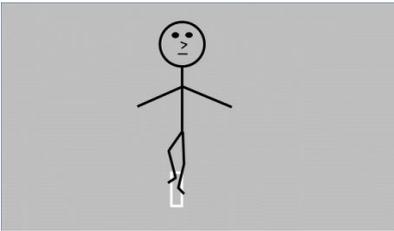
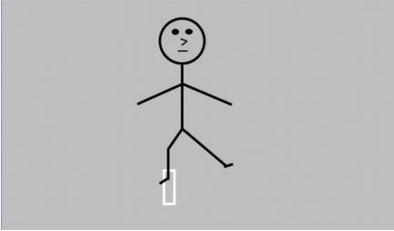
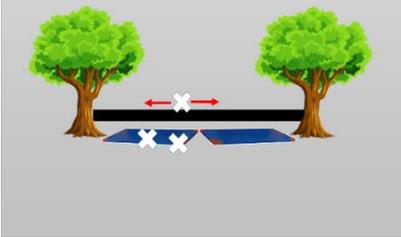
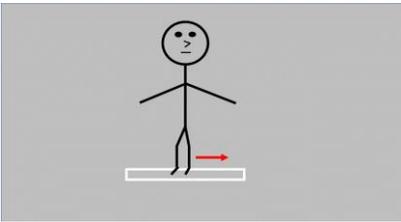


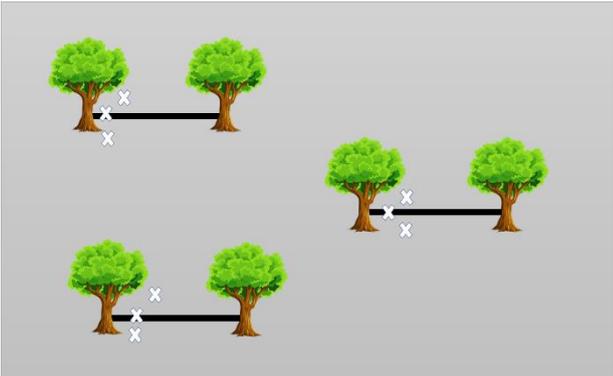
Se realizará las mismas posturas anteriores, pero uno de los compañeros/as realizará un intercambio de pases con las manos con una pelota. Se turnarán entre los compañeros. Pueden variar entre cogerlo con las dos manos y con una sola, tanto dominante como no dominante, así como ir cambiando el pie de apoyo. Se realizará hasta un máximo de 8 pases antes de cambiar de participante. Tanto el que realiza los pases como el que los recibe no podrá repetir de manera seguida sin que sus compañeros/as lo realicen antes.



Parte final

Se pondrá en común la sesión, con qué pierna se apoyan mejor, qué postura les ha resultado más complicada, si han notado la recepción de pases estando en la postura, si han conseguido hacerlo sin la ayuda de compañeros/as, etcétera.

SESIÓN 4	
Objetivo: Familiarizarse con los desplazamientos en el slackline.	
Material: 1 slackline por grupo, 2 esterillas por grupo, colchonetas.	
Parte inicial	
El alumnado se irá a sus correspondientes slacklines y el objetivo será que por turnos y con ayuda de un compañero/a (pueden apoyarse en su hombro o darse la mano) caminen por turnos por el slackline con el objetivo de que descubran a su manera la manera óptima de caminar por el slackline hasta la sesión donde se explique la técnica y puedan comprobar sus errores.	
Parte principal	
El alumnado, en los mismos grupos, se colocará en sus slacklines y el objetivo de la tarea, será que, partiendo desde la 1ª postura trabajada durante la anterior sesión, pasen a la 2ª postura. El objetivo será que realicen 2 pasos en cada turno. Podrán utilizar la ayuda de sus compañeros/as como apoyo primeramente si no son capaces para posteriormente realizarlo sin apoyo. Primero empezarán el recorrido desde el extremo de la cuerda, para después comenzar desde el centro de la cuerda y experimentar la estabilidad de la cuerda en las diferentes zonas. Muy importante enfatizar al alumnado que realicen las posturas marcadas para acostumbrarse ya que es la manera óptima para mantener el equilibrio.	 
El alumnado tendrá como objetivo realizar dos pasos y cambiar de dirección, es decir, se le pedirá a nuestro alumnado que intente hacer cambios de dirección sobre el slackline.	
El alumnado realizará desplazamientos laterales por la cuerda. No se cruzarán los pies entre cada paso. Las rodillas deberán estar semiflexionadas y los brazos abiertos para obtener un mejor equilibrio. Tendrán el apoyo de uno de sus compañeros/as.	
Parte final	
Se pondrá en común la sesión. Si les ha resultado más fácil caminar de forma lateral, si en las tareas de la parte inicial utilizaban las posturas descritas para caminar por la cuerda, si les ha resultado más fácil mantener el equilibrio con las posturas descritas, en qué zonas de la cuerda es más fácil y difícil mantener el equilibrio, etcétera.	

SESIÓN 5	
Objetivo: Aprender a utilizar el slackline en un medio natural.	
Material: 1 slackline por grupo, 2 esterillas por grupo, 1 móvil por grupo.	
Parte inicial	
Se le explicará al alumnado la importancia de cuidar el medio natural dónde se realice la actividad con el uso de las esterillas para proteger los árboles, y la utilización de árboles robustos para que puedan soportar la tensión de la cuerda. Durante esta sesión nos iremos a un espacio natural próximo al centro, en nuestro caso la Grandiella, dónde cada grupo deberá elegir la zona (dentro de unos límites marcados por el docente) y montar su slackline (podrán hacer uso de un vídeo para refrescar la memoria).	
Parte principal	
<p>Cada grupo propondrá un desplazamiento o una postura estática que no se haya realizado en clase (se les avisará con antelación para que el docente revise la tarea que han pensado días antes de que se produzca la sesión). Se asignará un número a cada grupo de manera que el grupo 2 tendrá que realizar la tarea del grupo 1 y así sucesivamente. Una vez que todos los grupos hayan realizado la tarea con éxito, le trasladarán esa misma tarea al siguiente grupo. De esta manera todos los grupos deberán realizar las tareas del resto de la clase. En el caso de acabar una de las tareas y que el grupo anterior no haya acabado, un miembro del grupo acudirá para informarse de la tarea con la que deben seguir. De esta manera el alumnado no estará esperando al grupo que puede quedarse estancado en una de las tareas.</p>	
Parte final	
Desmontar el slackline y vuelta al centro mientras se pone en común la sesión. Que tareas han sido fáciles y complicadas, si han conseguido realizar todas las tareas, si han tenido problemas para montar el slackline, si utilizarían el slackline de nuevo, si han progresado en su equilibrio, etcétera.	

Durante la evaluación se tendrán en cuenta los siguientes criterios, estándares e indicadores (Decreto 43/2015):

Criterios de evaluación con sus estándares de aprendizaje:

- 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.
 - Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones
 - 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.
- Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
 - Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.
 - Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.

Indicadores de logro:

- Utilizar de forma generalizada los fundamentos ergonómicos en diferentes posiciones: flexión de rodillas, bipedestación y sedestación equilibradas, supinación, pronación, posición lateral de seguridad, etc.
- Conocer y comprender los efectos del ejercicio físico continuo y correcto en cada una de las capacidades físicas básicas.
- Utilizar instalaciones recreativas y deportivas ajenas al centro, comprendiendo su importancia socio-sanitaria, como boleras, parques, paseos, piscinas, etc.
- Investigar y presentar información del entorno de su concejo, identificando lugares donde se puede realizar actividad física de manera segura, tanto en el medio terrestre, como el acuático o aéreo.

Para llevar a cabo la evaluación de esta unidad didáctica se llevará a cabo un proceso de evaluación supervisado por el docente.

Primeramente, el docente durante la sesión 3 y 4, completará unas tablas de evaluación para cada uno de los estudiantes. En cada una de las tareas irá observando a los diferentes miembros de los distintos grupos para completar las tablas.

Posteriormente, el alumnado durante la última sesión (sesión 5) rellenará las tablas de autoevaluación que el docente les repartirá (tabla 7).

En las tablas se podrán realizar tres diferentes respuestas, en las cuáles se obtendrá un punto en la respuesta “sí”, medio punto en la respuesta “a veces” y cero puntos en la respuesta “no”.

Una vez rellenas todas las tablas de evaluación se realizará una media entre las tres de la cual obtendremos la nota final de la unidad didáctica.

Los instrumentos de evaluación explicados anteriormente serán los siguientes:

Tabla 5. Durante la sesión 3:

	SÍ	NO	A VECES
Intenta buscar la manera óptima de caminar sobre la cuerda en la parte inicial.			
Ejecuta la técnica correcta de la primera postura.			
Ejecuta la técnica correcta de la segunda postura.			
Abre sus brazos para conseguir un mejor equilibrio.			
Utiliza la pierna que está en el aire para mantener en el equilibrio.			

Tabla 6. Durante la sesión 4:

	SÍ	NO	A VECES
Consigue realizar los desplazamientos sin ayuda de un compañero/a			
No cruza los pies en los desplazamientos laterales.			
Realiza al menos un cambio de dirección con éxito.			
Realiza más de un cambio de dirección de manera consecutiva.			
Mantiene las rodillas semiflexionadas durante el apoyo en la cuerda.			

Tabla 7. Durante la sesión 5:

	SÍ	NO	A VECES
¿Has participado en todas las tareas de manera activa?			
¿Has participado activamente y respetando a tu grupo en el montaje del slackline?			
¿Has ayudado a tus compañeros/as en las tareas de equilibrio cuando lo han necesitado?			
¿Has respetado el medio natural con el uso de materiales de manera adecuada para proteger los árboles?			
¿Has intentado realizar todas las tareas con y sin apoyo de compañeros/as?			

¿Has trabajado en grupo y aportando ideas para la realización de la tarea de la última sesión?			
¿Has conseguido realizar el recorrido de un extremo a otro con el apoyo de un compañero/a?			
¿Has conseguido realizar el recorrido de un extremo a otro sin el apoyo de un compañero/a?			
¿Has observado un progreso significativo en tu equilibrio sobre el slackline durante el transcurso de las sesiones?			
¿Has puesto interés en la realización del circuito de equilibrio en la 1ª sesión?			

5.4.2. Agentes implicados

Para realizar esta unidad didáctica se verá implicado el departamento de educación física, así como su jefe y la dirección del centro, ya que en el centro dónde yo realice las prácticas habían adquirido un número amplio de slacklines; sin embargo, es fácil encontrarnos el caso de que en el centro o bien no exista este material, o bien no exista el número suficiente de unidades para poder llevarla a cabo con normalidad.

Por otro lado, se verán implicadas las familias, así como la dirección del centro para poder cumplimentar la última sesión de la unidad, ya que se llevará a cabo fuera de los espacios que se encuentran dentro del centro escolar.

Por último y más importante, tendrá que haber tanto una implicación del docente que va a llevar a cabo las sesiones, así como del alumnado que va a participar en ellas, ya que estos dos agentes son los dos pilares fundamentales para que este proyecto se cumpla con el mayor de los éxitos.

5.4.3. Materiales de apoyo y recursos necesarios

Como materiales y recursos principalmente necesitaremos slacklines para poder llevar a cabo esta propuesta. Combinado con ello, necesitaremos espacios naturales dentro del centro. Es importante que existan árboles donde sujetar los slacklines, ya que una de las partes de la unidad engloba a los espacios y recursos naturales para la práctica de la actividad física. Por último, se hará uso de un área natural que, preferiblemente se encuentre lo más próxima al centro escolar, para de esta manera vivenciar la práctica de esta modalidad deportiva en un espacio natural que se encuentre en los exteriores del IES.

5.4.4. Fases

Esta unidad didáctica se realizará en el último trimestre del curso debido a que las condiciones meteorológicas pueden ser más favorables durante esos meses. Durante ella distinguiremos dos sesiones de completa familiarización. Posteriormente, seguiremos progresando con otras dos sesiones dónde se le dará la importancia a la técnica de los movimientos mediante la evaluación. Por último, se llevará a cabo la creatividad del alumnado mediante una tarea que deberán crear sobre esta modalidad deportiva y la llevarán a un espacio natural en los exteriores del centro para simular como sería esta actividad en su tiempo de ocio. En esta última parte, realizarán un proceso de evaluación sobre lo acontecido durante la unidad didáctica.

5.5. Evaluación y seguimiento de la innovación

Para realizar la evaluación de esta propuesta de innovación, se utilizará una serie de preguntas al alumnado al principio, durante el transcurso y al final de la unidad didáctica. Dichas cuestiones estarán reflejadas en unas tablas para almacenar los datos por escrito (Tabla 8, 9 y 10).

Tabla 8. Antes de comenzar la unidad.

	SÍ	NO	A VECES
¿Normalmente, te sientes motivado/a en las clases de Educación Física?			
¿Llevas a cabo conocimientos o actividades realizadas en clase a tu práctica deportiva en tu tiempo de ocio?			
¿Crees que rodearte de la naturaleza te ayuda a estar motivado cuando realizas actividad física?			
¿Has observado que en las clases de Educación física se llevan a cabo formas de práctica deportiva que no conocías?			

Tabla 9. Durante la unidad.

	SÍ	NO	A VECES
¿Estas últimas sesiones te están resultando más atractivas que normalmente?			

¿Te sientes motivado para seguir progresando en el slackline?			
¿Está siendo de tu agrado la práctica deportiva en el medio natural?			
¿Te gustaría realizar más clases de esta modalidad deportiva?			

Tabla 10. Al terminar la unidad.

	SÍ	NO	A VECES
¿Te has sentido más motivado que de costumbre durante las clases de slackline?			
¿Te has sentido menos motivado que de costumbre durante las clases de slackline?			
¿Te has sentido igual de motivado que normalmente?			
¿Conocías el slackline antes?			
¿Has practicado slackline antes?			
¿Te ha resultado atractiva esta práctica deportiva?			
¿Volverías a practicar el slackline fuera del centro por decisión propia?			
¿Te gustaría que hubiera más unidades didácticas de actividades físicas que desconoces?			

6. Conclusiones

Este Trabajo de Fin de Máster es el resultado de todos los conocimientos adquiridos durante el Máster de manera general. Durante se trabajan todos los aspectos de contenidos que nos han aportado, en especial las asignaturas de la especialidad de Educación Física.

En cuanto a la propuesta de innovación a la hora de trasladar los contenidos del slackline a una unidad didáctica con una progresión de habilidades con sentido, ha sido interesante debido a la falta de información sobre esta modalidad deportiva en sí, y en mayor grado en el ámbito de la educación física. Mediante este trabajo se puede observar que es una modalidad muy atractiva y que se puede llevar a un aula adaptando los contenidos según la etapa en la que se lleve, utilizando un material muy novedoso y asequible económicamente.

Por otro lado, con la programación realizada y la vivencia de la gran cantidad de clases durante las prácticas, nos hemos dado cuenta de que existen una gran cantidad de alternativas para llevar a cabo los contenidos del currículo de una manera motivante y por consecuencia, llevar a cabo una programación anual para hacer de la Educación Física y sus contenidos una asignatura muy atractiva para nuestro alumnado.

7. Fuentes y bibliografía

Airas, L. (2021). Slackline: qué es, modalidades y beneficios. *Mundo entrenamiento*. Extraído el 11/05/2021, de <https://mundoentrenamiento.com/que-es-el-slackline-y-sus-beneficios/>.

Baena-Extremera, A. (2011). Programas didácticos para Educación Física a través de la Educación de Aventura. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 4(7), 3-13.

Baena-Extremera, A., & Granero-Gallegos, A. (2013). Efecto de un programa de Educación de Aventura en la orientación al aprendizaje, satisfacción y autoconcepto en secundaria. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 2(36), 163-182.

Bandura, A. (1987). *Pensamiento y acción. Fundamentos sociales*. Barcelona: Martínez Roca.

Barrio, J.L. y Araque, N. (2010). Atención a la diversidad y desarrollo de procesos educativos inclusivos. *Primasocial* (4), Extraído el 25/05/2021 de <https://www.redalyc.org/pdf/3537/353744577013.pdf>.

Decreto 43/2015, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en el Principado de Asturias. Boletín Oficial del Principado de Asturias de 30 de junio de 2015. (150), 1-521.

Delgado Noguera, M.A. (1991). *Estilos de enseñanza en educación física. Propuesta para una reforma de la enseñanza*. Granada: Universidad de Granada.

Dort, A. I., Evaul, T., & Swalm, R. (1996). *Adventure on a Shoestring*. Paper presented at the meeting of the Eastern District Association of the American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance.

Fernández-Rio, J. (2010). Viejos y nuevos materiales y espacios en educación física: aprovechamiento y posibilidades. *Tandem*, 32, 64-72.

Fernandez-Rio, J. (2015). Models-based Practice Reloaded: Connecting Cooperative Learning and Adventure Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 86(6), 5-7.

Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela, D., Pérez-Pueyo, A., & Aznar, M. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 413, 55-75.

Forgan, J. W., & Jones, C. D. (2002). How Experiential Adventure Activities Can Improve Students' Social Skills. *TEACHING Exceptional Children*, 34(3), 52-58.

Hellison, D. (1995). *Teaching responsibility through physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Hortigüela, D. Pérez-Pueyo, A. y González-Calvo, G. (2019). Pero... ¿A qué nos Referimos Realmente con la Evaluación Formativa y Compartida?: Confusiones Habituales y Reflexiones Prácticas. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 12(1). Extraído el 24/05/2021 de <https://revistas.uam.es/index.php/riee/article/view/riee2019.12.1.001>

Johnson, D. W., Johnson, R. T. & Holubec, E. J. (2013). *Cooperation in the Classroom* (9th ed.). Edina, MN: Interaction Book Company.

Kilim, K., Viana, F., Pereira, A., & Moletta, A. (2018). Slackline na escola: Para o desenvolvimento do equilíbrio dinâmico e estático. *Redes-Revista Interdisciplinar do IELUSC*, 1(1), 139-146.

Martínez, F.D. y González, J. (2017). Autoconcepto, práctica de actividad física y respuesta social en adolescentes. Relaciones con el rendimiento académico. *Revista Iberoamericana de Educación*, 73(1). Extraído el 17/05/2021 de https://www.researchgate.net/publication/318761893_Educacion_fisica_Educacao_fisica_Autoconcepto_practica_de_actividad_fisica_y_respuesta_social_en_adolescentes_Relaciones_con_el_rendimiento_academico_Self-concept_physical_exercise_and_its_response_in.

Méndez-Giménez, A. (coord.) (2009). *Modelos actuales de iniciación deportiva escolar. Unidades didácticas sobre deportes de invasión*. Sevilla: Ed. Wanceulen.

Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Méndez-Alonso, D. (2015). Modelo de Educación Deportiva versus Modelo Tradicional: efectos en la motivación y deportividad. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 15(59), 449-466.

Arêas Neto, N.T., Salles de Almeida, M.W., Gomes Siqueira, E.L., Guimarães Alves, S., Rocha Calomeni, M., & Teixeira, D. (2017). El slackline como actividad promotora de la atención concentrada en escolares de la red básica de educación. En XXI Congreso Internacional de Ciencias de la Cultura Física: Ámbitos de Intervención y Promoción del Ejercicio Físico. Nuevas tendencias (101-106). Chihuahua: Editora Unoesc.

Parra, M. y Rovira, C. (2002). Propuestas pedagógicas al calor de las sensaciones de aventura. *Tandem*, 6, 51-64.

Pastor Pradillo, J. L. (2003). *La educación física en la enseñanza primaria*. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá.

Pérez. J.J. (2011). La evaluación en Educación Física. *EFDeportes*, (158). Extraído el 24/05/2021 de <https://www.efdeportes.com/efd158/la-evaluacion-en-educacion-fisica.htm>.

Toro, S. y Zarco, J. A. (1998). Educación Física para niños y niñas con necesidades educativas especiales. Málaga: Aljibe.

Villagrán, J.P. (2015). El Slackline. Formas del movimiento y materiales. *Actas de Periodismo y Comunicación*, 1(1).

Vital, C. R., Zacarias, D., Ribeiro, L., Matielo, D., Eda, C., & Da Silva, L. O. (2019). Brincando com slackline nas aulas de educação física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 24(256), 8.