

Universidad Miguel Hernández de Elche



Trabajo Fin de Grado

**Programación en Educación Física basada en la LOMLOE integrando
Modelos Pedagógicos**

Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Autor:

Jose Ángel López Mateu

Tutor Académico:

David González-Cutre Coll

2022/2023

ÍNDICE

RESUMEN	3
CONTEXTUALIZACIÓN	4
LOMLOE	5
MODELOS PEDAGÓGICOS Y EVIDENCIAS CIENTÍFICAS	6
<i>APRENDIZAJE COOPERATIVO</i>	7
<i>TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING (TGFU) / ENSEÑANZA COMPRENSIVA DEL DEPORTE</i>	8
<i>EDUCACIÓN DEPORTIVA</i>	9
<i>EDUCACIÓN FÍSICA RELACIONADA CON LA SALUD</i>	10
<i>EDUCACIÓN AVENTURA</i>	11
<i>AUTOCONSTRUCCIÓN DE MATERIALES</i>	12
PROPUESTA PRÁCTICA	13
1º ESO.....	13
2º ESO.....	14
3º ESO.....	15
4º ESO.....	16
CONCLUSIÓN	17
REFERENCIAS	17
ANEXOS	24
<i>ANEXO 1: PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA</i>	24

**Título del TFG: PROGRAMACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA BASADA EN LA LOMLOE
INTEGRANDO MODELOS PEDAGÓGICOS.**

**TFG Title: PROGRAMMING IN PHYSICAL EDUCATION BASED ON THE LOMLOE
INTEGRATING PEDAGOGICAL MODELS.**

- Elaborado por Jose Ángel López Mateu
- Tutorizado por David González-Cutre Coll
- Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- Convocatoria ordinaria de junio de 2023

RESUMEN

A través del presente trabajo, se pretende elaborar una propuesta práctica que incluya una programación didáctica para la ESO, concretamente para Educación Física, y que incorpore los recientes modelos pedagógicos. Se comenzará hablando de la LOMLOE, de la evolución de las leyes orgánicas hasta el momento, y se describirá más a fondo cómo afecta en concreto a la asignatura de Educación Física. Posteriormente se profundizará en cada uno de los modelos pedagógicos seleccionados para aplicar en mi programación didáctica, por un lado detallando en qué consiste; y, por otro, mostrando parte de la evidencia científica referente a cada uno. Y en última instancia, mostraré mi propuesta práctica, una programación didáctica que aborda los cuatro cursos de la enseñanza obligatoria de secundaria, en la asignatura de Educación Física, con la inclusión de ciertos modelos pedagógicos y ajustada a la nueva Ley Orgánica LOMLOE.

Palabras claves: LOMLOE, Educación Secundaria Obligatoria, Educación Física, Programación Didáctica, Modelos Pedagógicos.

CONTEXTUALIZACIÓN

Con el paso de los años, la asignatura de Educación Física está tomando mayor importancia, en una población que cada vez se está volviendo más sedentaria. Es de gran importancia educar a las personas desde que son pequeñas en valores y actitudes, como el respeto, compromiso, responsabilidad, etc.; pero también en hábitos saludables como son la higiene, alimentación y actividad física. Actualmente, desde los 3 años en educación infantil, hasta los 16 años en la ESO, es el tiempo que una persona obligatoriamente recibe la asignatura de Educación Física o lo que es lo mismo, que realiza actividad física; por lo que la forma en que el alumnado reciba la asignatura en este tiempo, puede ser la responsable de una mayor o menor motivación en un futuro por seguir haciendo ejercicio físico.

Hoy por hoy existe una metodología muy variada para la enseñanza de los contenidos de la asignatura de Educación Física, aun así, bien es cierto que dependiendo de los contenidos a impartir hay unas estrategias didácticas mejores que otras. Las estrategias en la práctica: analíticas, globales o mixtas; las técnicas de enseñanza: instrucción directa o indagación; o los estilos de enseñanza: tradicionales, individualizadores, participativos, socializadores, cognitivos o creativos; son algunas de las metodologías que se han ido empleando a lo largo de la historia educativa. No obstante, desde no hace mucho entraron en auge otras formas de impartir docencia que reciben el nombre de MODELOS PEDAGÓGICOS. Hace 24 años, Flórez (1999) describió el modelo pedagógico como esa interrelación de los parámetros pedagógicos, es decir, esa relación entre los diferentes elementos presentes en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Es por ello, que los modelos pedagógicos no pretenden sustituir o eliminar los métodos de enseñanza o estilos de enseñanza ya existentes, sino lo que hacen es incorporarlos dentro de ellos; caracterizándose por tener objetivos a largo plazo y sobre todo estar centrados en el estudiante. Actualmente, el aprendizaje basado en modelos pedagógicos, es un planteamiento educativo donde se da menos importancia al aprendizaje de los contenidos puramente técnicos y se preocupa más por que el alumnado reciba un aprendizaje más significativo, el cual le pueda servir para el resto de su vida (Casey, 2016). Es decir, hablaríamos de un aprendizaje mucho más completo, con objetivos de aprendizaje en cuatro dominios diferentes: cognitivo, físico, social y afectivo (Casey y Goodyear, 2015). Según Pérez-Pueyo et al. (2021) en el libro *Modelos pedagógicos en Educación Física: Qué, cómo, por qué y para qué*, podemos encontrar desde modelos mejor asentados como son los básicos: aprendizaje cooperativo, enseñanza comprensiva del deporte (TGfU), educación deportiva y responsabilidad personal y social; emergentes: estilo actitudinal, educación física relacionada con la salud, aprendizaje servicio, educación aventura, autoconstrucción de materiales y ludotécnico; y los que están en vía de desarrollo: autorregulación y gamificación; así como también las hibridaciones de modelos.

Como he mencionado, los modelos pedagógicos se han planteado como un enfoque didáctico cada vez más alejado del docente y mucho más centrado en el estudiante y sus necesidades, buscando un aprendizaje mucho más significativo. Por tanto, el concepto de modelo pedagógico se podría definir como “la planificación de un proceso de enseñanza-aprendizaje que, a partir de diferentes teorías psicológicas, sociales, educativas, de aprendizaje y filosóficas, tenga en cuenta el por qué y el qué se va a enseñar, centrándose en sobre cómo se enseñará, a quién se enseñará, dónde y cuándo se enseñará y cómo se evaluará el aprendizaje” (Pérez-Pueyo et al., 2021). Además, un aspecto muy característico de los modelos pedagógicos es su forma de evaluación, la EVALUACIÓN FORMATIVA. Hablaríamos de una forma de evaluar más significativa para el estudiante, haciéndole partícipe en su evaluación y consiguiendo que el alumno se implique mucho más en su propio aprendizaje. Además, es necesario mencionar que en ocasiones por si solo un modelo no es capaz de alcanzar los objetivos deseados y es

necesaria una hibridación entre varios de ellos para poder conseguirlos (Fernández-Río, 2014a; González-Villora et al., 2019); y que para un proceso de enseñanza-aprendizaje lo más completo posible, es de gran importancia que los docentes tengan un buen dominio de los modelos a impartir, y sepan dónde, cuándo, cómo y cuál utilizar, para conseguir en el alumnado un aprendizaje mucho más formativo y característico de los contenidos planteados.

Es por ello, que el objetivo del presente trabajo es plantear una propuesta práctica en relación a la aplicación de ciertos modelos pedagógicos: aprendizaje cooperativo, enseñanza comprensiva del deporte (TGfU), educación deportiva, educación física relacionada con la salud, educación aventura y autoconstrucción de materiales; en la asignatura de Educación Física, a lo largo de los cuatro cursos de la ESO, teniendo en cuenta la reciente normativa de la LOMLOE.

Hasta no hace mucho, 2019, los centros educativos se regían por la LOMCE (*La Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa*), a partir de la cual, los docentes de Educación Física se basaban en los 5 bloques de contenido y competencias específicas para la elaboración de las unidades didácticas a desarrollar a lo largo de cada curso. Actualmente, desde finales de 2020 que fue su aprobación, y principios de 2021 que entró en vigor; el sistema educativo se rige por la LOMLOE (*Ley Orgánica por la que se Modifica la LOE de 2006*), que empezó a aplicarse en las aulas en el curso 2022/23. Esta nueva ley establecida por el Ministerio de Educación y Formación Profesional, trae como diferencia respecto al currículum anterior de la asignatura de Educación Física, la desaparición de los antiguos bloques de contenido y la creación de los Saberes Básicos, y con ellos la modificación de las Competencias Específicas. Además con la LOMLOE ha aparecido otra nomenclatura llamada SITUACIONES DE APRENDIZAJE, las cuales hacen referencia al conjunto de situaciones y actividades planteadas por los docentes para el desarrollo y adquisición tanto de las competencias específicas, como de las competencias clave.

Por todo lo comentado, se pretende exponer una programación didáctica en Educación Física, que aborde los cuatro cursos pertenecientes a la Educación Secundaria Obligatoria, integrando diferentes modelos pedagógicos respaldados en la evidencia científica; y todo ello basado en la nueva ley del sistema educativo LOMLOE. Además, con el trabajo se quiere mostrar una alternativa en la forma de impartir los diferentes contenidos de Educación Física, presentando una posible evolución de la enseñanza de los recientes saberes básicos, y por tanto, una progresión en la adquisición y desarrollo de las diferentes competencias específicas. Asimismo, el principal objetivo del trabajo consiste en mostrar en qué cursos y saberes tiene mejor aplicación cada uno de los modelos pedagógicos elegidos.

LOMLOE

Desde 1980 que fue cuando se creó la primera ley orgánica educativa, la LOECE (Ley Orgánica por la que se regula el Estatuto de Centros Escolares), las leyes han ido cambiando a lo largo de la historia; pasando por la LODE (Ley Orgánica reguladora del Derecho a la Educación) en 1985, posteriormente por la LOGSE (Ley Orgánica de Ordenación General del Sistema Educativo de España) en 1990, luego por la LOCE (Ley Orgánica de Calidad de la Educación) en 2002, en 2006 se estableció la LOE (Ley Orgánica de Educación), en 2013 se volvió a modificar la ley del sistema educativo, estableciéndose la LOMCE (Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa) y hasta el día de hoy, desde 2020 que se aprobó, las instituciones educativas se rigen por la nueva LOMLOE (Ley Orgánica de Modificación de la LOE).

Así como se indica en el preámbulo de la Ley Orgánica 3/2020, la finalidad de la presente ley no es otra que “establecer un renovado ordenamiento legal que aumente las oportunidades educativas y formativas de toda la población, que contribuya a la mejora de los resultados educativos del alumnado, y satisfaga la demanda generalizada en la sociedad española de una educación de calidad para todos”. Además una de las principales diferencias, en cuanto a la Comunidad Valenciana y todas aquellas localidades con una lengua cooficial, es que en la presente ley se establece que el castellano ya no es la lengua principal, y los alumnos y alumnas pueden recibir enseñanzas tanto en castellano como en las demás lenguas cooficiales en sus respectivos territorios.

Respecto a la asignatura de Educación Física, con la LOMLOE se pretende que el alumnado que curse la asignatura mejore sus habilidades motrices y cognitivas, así como también las relacionadas con la parte social y afectiva. Se quiere fomentar una alfabetización motriz que posibilite a los adolescentes el poder realizar actividad física de forma autónoma para el resto de su vida. Se pretenden crear situaciones de aprendizaje que pongan al alumnado en contextos de incertidumbre y con ello obliguen a desarrollar su pensamiento crítico. Así como también se quiere enfatizar sobre la situación actual medioambiental y una correcta utilización del medio.

En resumen, a través de las diferentes situaciones y contextos de aprendizaje se pretende conseguir un aprendizaje más que completo a lo largo de la secundaria, que posibilite, una vez fuera del centro, el poder seguir actuando de forma responsable en las diferentes situaciones que surjan. Para ello, para una correcta adquisición de los contenidos y una buena formación por parte del alumnado, es de gran responsabilidad de los docentes, el establecer unas coherentes programaciones didácticas acordes a cada curso, incluyendo cada uno de los bloques de los saberes básicos: “Vida activa y saludable”, “Organización y gestión de la actividad física”, “Resolución de problemas en situaciones motrices”, “Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices”, “Manifestaciones de la cultura motriz” e “Interacción eficiente y sostenible con el entorno”. Asimismo, el docente debe preocuparse por plantear a lo largo de cada curso, situaciones de aprendizaje que faciliten la adquisición de las distintas Competencias Específicas relacionadas con la asignatura de Educación Física: 1. “Integrar un estilo de vida activo mediante la práctica de la actividad física y deportiva autorregulada y el establecimiento de conexiones entre los hábitos de comportamiento cotidianos y el bienestar físico y mental”; 2. “Resolver con éxito diferentes retos y situaciones motrices a través de propuestas físicas y deportivas específicas aplicando las técnicas, tácticas y estrategias de juego adecuadas”; 3. “Participar en procesos de creación de naturaleza artístico-expresiva mediante el uso del cuerpo, el gesto y el movimiento como medios de autoconocimiento para expresar ideas y sentimientos”; 4. “Interaccionar de manera sostenible con el patrimonio natural y cultural mediante actividades físicas y artístico-expresivas”; 5. “Seleccionar y hacer un uso crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación como facilitadoras de la actividad física y de una vida activa y saludable” (Decreto 107/2022). Así como de forma paralela la consecución de las Competencias Clave.

MODELOS PEDAGÓGICOS Y EVIDENCIAS CIENTÍFICAS

Antes de comenzar a desarrollar mi propuesta de intervención, me gustaría explicar en qué consiste cada uno de los modelos pedagógicos elegidos, así como sobre todo, indicar cuales son los beneficios que se consiguen en los adolescentes con su aplicación.

APRENDIZAJE COOPERATIVO

El aprendizaje cooperativo según Fernández-Río (2014b) se define como: *“Un modelo pedagógico en el que 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”*. Hablaríamos de una metodología educativa, la cual se basa en el trabajo por grupos, generalmente heterogéneos y de pocos integrantes, en los cuales cada alumno trabaja junto con sus compañeros con el fin de conseguir un mejor aprendizaje tanto individual como colectivo (Pérez-Pueyo et al., 2021).

Además mencionar, que para que un planteamiento didáctico pueda ser considerado un aprendizaje cooperativo, dentro de este planteamiento deben estar presentes 5 elementos fundamentales: **(1) Interacción cara a cara**: durante la realización de las tareas los componentes de un mismo grupo deben estar presentes e interactuar entre ellos; **(2) Interdependencia positiva**: aquí se podría aplicar el dicho *“TODOS SOMOS UNO Y UNO SOMOS TODOS”*, queriendo decir que uno no puede lograr el éxito hasta que todos los miembros del grupo no lo consigan; **(3) Responsabilidad individual**: cada uno de los miembros del grupo es responsable de una parte de la tarea, y va a depender de su realización que se pueda conseguir el objetivo global; **(4) Procesamiento grupal**: es de gran importancia el compartir y discutir las diferentes ideas que surjan, con la intención de obtener la mejor respuesta y que beneficie a todo el grupo; y **(5) Habilidades sociales**: como consecuencia de las diferentes discusiones entre compañeros, los alumnos aprenden ciertas habilidades como es el aprender a escuchar a los compañeros, respetar los turnos de palabras, evitar el criticar a los compañeros y ayudarlos en sus dificultades, etc. (Johnson y Johnson, 1994).

Una vez mencionadas las principales características del modelo, a continuación voy a señalar todas aquellas evidencias científicas en relación con el aprendizaje cooperativo:

En primer lugar, decir que el aprendizaje cooperativo es un modelo pedagógico que permite obtener mejoras en los cuatro dominios: cognitivo, físico, social y afectivo (Casey y Goodyear, 2015). Además, señalar que, en comparación con la instrucción directa, con el aprendizaje cooperativo se consigue un aprendizaje mucho más efectivo (Alhaq et al., 2022).

Por un lado, respecto al dominio cognitivo, se ha visto que emplear un enfoque cooperativo favorece el aprendizaje de los conceptos técnico-tácticos de los deportes, además de la transferencia de estos a otras disciplinas deportivas (Casey, 2013; Casey y Dyson, 2009; Dyson et al., 2010; O’Leary y Griggs, 2010).

Por otro lado, uno de los dominios que más mejora con la aplicación del presente modelo pedagógico, es el social. En relación con lo comentado, en un estudio realizado a alumnos de 3º y 4º de la ESO, los autores pudieron concluir que el aprendizaje cooperativo permite satisfacer cada una de las necesidades psicológicas básicas, y en comparación con las enseñanzas tradicionales, permite mejorar mucho más las relaciones sociales (Palau-Pamies et al., 2022).

Otra ventaja de utilizar este modelo pedagógico es que mejora la motivación del alumnado. Pues bien, en una revisión sistemática sobre cómo el aprendizaje cooperativo tenía influencia en la motivación intrínseca de los estudiantes, se pudo concluir que este método de enseñanza era bastante útil para la mejora de la motivación intrínseca en educación (Fernández-Espínola et al., 2020).

Por último, indicar que, también dentro del dominio afectivo, autores han encontrado mejoras en cualidades como el autoconcepto, la responsabilidad individual, la percepción de ser

habilitoso motrizmente y la honestidad (Fernández-Río, 2003); y en otros conceptos como la autoestima y confianza (Casey y Dyson, 2009; Metzler, 2011).

TEACHING GAMES FOR UNDERSTANDING (TGfU) / ENSEÑANZA COMPRENSIVA DEL DEPORTE

A continuación vamos a centrarnos en el modelo pedagógico Teaching Games for Understanding (TGfU) o también llamado en español: *Enseñanza Comprensiva del Deporte*. Este fue planteado por Bunker y Thorpe (1982) y surge de la necesidad de garantizar en las clases de Educación Física un enfoque pedagógico centrado en el alumnado. En cuanto a este modelo, el profesorado se encarga de incorporar juegos modificados basados en los deportes existentes, con el objetivo de que el alumnado pueda comprender los conceptos tácticos de los mismos (Gaspar et al., 2021). Su objetivo consiste en la formación de un alumnado capaz de comprender y participar en las diferentes situaciones de juego de un deporte, así como el saber transferir los aspectos técnico-tácticos de un deporte a otras disciplinas deportivas (Bunker y Thorpe, 1982). Si se compara con la enseñanza tradicional, esta última persigue que el estudiantado sea habilidoso técnicamente y el TGfU pretende formar alumnos y alumnas que entiendan el deporte en toda su plenitud (Butler, 2016).

Además, estos mismos autores hablan de que el TGfU se basa en cuatro principios pedagógicos (Thorpe et al., 1984). Estos principios son: **(1) Transferencia:** a través de la práctica de los distintos deportes, se pretende que el alumnado descubra aquellos conceptos tácticos similares a los de otras disciplinas deportivas; **(2) Modificación-representación:** sin modificar la estructura táctica del deporte, plantear en el alumnado juegos adecuados a su edad o nivel de habilidad; **(3) Modificación-exageración:** consiste en la inclusión de nuevas reglas o las ya presentes modificarlas, con el objetivo de conseguir en el alumnado una mejor comprensión de los aspectos tácticos; y **(4) Complejidad táctica:** las actividades a realizar por el estudiantado, deberán seguir una progresión de menor a mayor complejidad táctica.

Asimismo, algunas de las evidencias científicas en referencia a este modelo son las siguientes:

Por un lado, el emplear este modelo pedagógico puede ser de gran importancia a la hora de que el alumno vivencie experiencias positivas, y con ello pueda trasladar estas a su día a día; evitando que deje de realizar ejercicio físico, un aspecto muy común a estas edades (Biddle et al., 2004). Además Ab Rahman et al. (2020) también hallaron que a través de la aplicación del enfoque TGfU los estudiantes disfrutaban mucho más en las sesiones de Educación Física.

Muy relacionado con el disfrute, se ha visto una mejor motivación por parte del alumnado, tras haberles impartido una unidad didáctica con el modelo pedagógico TGfU, en comparación con la aplicación de una enseñanza tradicional (Martínez et al., 2022). Además, en otro estudio concluyeron que este tipo de métodos didácticos ayuda a satisfacer las necesidades psicológicas básicas y, con ello, aumenta la motivación autodeterminada del estudiante (Gaspar et al., 2021).

Por otro lado, relacionado con el dominio cognitivo, aquellos estudiantes que han recibido la enseñanza a través del modelo de Enseñanza Comprensiva del Deporte, han experimentado un aumento significativo en las habilidades de pensamiento crítico (Usra et al., 2023). Del mismo modo, al tratarse de un modelo pedagógico centrado en el estudiante, el cual se involucra para la resolución de los problemas, con su aplicación también se han visto mejoras en aspectos intrínsecos como el desarrollo del juego, toma de decisiones, conceptos tácticos, ejecuciones técnicas y el rendimiento deportivo en general (Chatzipanteli et al., 2016).

No obstante, me gustaría mencionar que el modelo TGfU focaliza primordialmente el desarrollo del juego, pero no tiene casi influencia en el dominio social (Slater y Butler, 2015). Como resultado para estos casos, surgen las llamadas hibridaciones, donde una opción sería combinar el Aprendizaje Cooperativo y el modelo pedagógico TGfU (Chiva-Bartoll et al., 2018; Fernández-Río y Méndez-Giménez, 2016).

EDUCACIÓN DEPORTIVA

El modelo de Educación Deportiva tiene como principal meta que el alumnado vivencie una experiencia deportiva lo más real posible, con todas sus fases temporales, situaciones de juego, personal deportivo, etc. Hablaríamos de un modelo centrado en el estudiante, y donde el docente solo adquiere cierta responsabilidad al inicio de la unidad didáctica, a la hora de explicar los contenidos y en qué va a consistir esta; para posteriormente adquirir un rol de guía y tan solo ir orientando al estudiantado en su proceso de aprendizaje. Además con este tipo de enseñanzas, se pretende que el alumnado cada vez que vaya a practicar un deporte tenga mayor motivación, además de un mayor conocimiento y competencia (Siedentop et al., 2020).

Siedentop (1994) criticaba que cuando observaba el desarrollo de un deporte en las clases de Educación Física, echaba en falta muchos elementos característicos de este, como son: la organización por temporadas, el que se lleve a cabo una competición al completo con todos y cada uno de los elementos correspondientes, el pertenecer a un equipo, el terminar las temporadas con un evento final, con esa dinámica de festividad y diversión, además de la posterior recogida de datos, análisis de estos y la exposición de conclusiones y resultados finales. Es por ello, que las unidades didácticas basadas en la Educación Deportiva son conocidas como temporadas y siguen la siguiente estructura: pretemporada, fase de competición y fase final; además las temporadas establecidas en una programación de Educación Deportiva suelen tener mayor duración que una unidad didáctica de media. Esto es debido a que el estudiantado necesita más tiempo para el aprendizaje de cada uno de los roles establecidos; así como también para mejorar el saber trabajar en grupo. Por último, mencionar que el evento con el que se finaliza la unidad didáctica, se celebra con el objetivo de que se realicen los últimos partidos, una entrega de premios o reconocimiento de méritos, pero sobre todo, para la realización de un acto de celebración/fiesta (Pérez-Pueyo et al., 2021).

Además, una cosa que destaca a Siedentop (1994) a la hora de aplicar este modelo, es el desarrollo de diferentes roles por parte del alumnado. Concretamente se pretende que el alumnado tenga dos roles, por un lado de atleta/jugador, participando en las distintas actividades y partidos del deporte; y por otro lado un rol específico relacionado con el deporte, como entrenador, preparador físico, árbitro, etc.

Respecto a los beneficios que supone el uso del modelo se han visto los siguientes:

En cuanto al dominio físico, una temporada de Educación Deportiva mejoró los niveles de condición física de los alumnos de secundaria (Ward et al., 2017). Así, también en relación a los dominios físico y cognitivo, se han visto mejoras en aspectos como la toma de decisiones y dominio del juego (Mahedero et al., 2015), conocimiento del deporte (Hernández et al., 2016; Mahedero et al., 2015), así como en las habilidades técnicas (Hernández et al., 2016).

Calderón et al. (2013) señalaron que el uso de la Educación Deportiva puede servir para el desarrollo de ciertas competencias en el alumnado: las competencias sociales y cívicas, la competencia de aprender a aprender, la competencia de iniciativa personal; así como también el fomentar actitudes autónomas.

Por otro lado Layne y Hastie (2016) indicaron que los alumnos se divirtieron mucho más después de experimentar una temporada de Educación Deportiva. Además, Chu y Zhang (2018) y Martínez de Ojeda et al. (2021) también encontraron una mayor motivación intrínseca en el estudiantado, tras haber experimentado este el modelo de educación deportiva. Así, Perlman y Goc Karp (2010) también sugirieron que, de la forma en que se organiza una unidad didáctica basada en la Educación Deportiva, se consigue satisfacer las necesidades psicológicas básicas del alumnado.

En relación con la deportividad o fairplay, a través de estudios previos se han visto mejoras en aspectos como el respeto hacia sus iguales, fomento de juego limpio, neutralidad e implicación activa (Méndez-Giménez et al., 2015; Vidoni y Ward, 2009).

Además, finalizar diciendo que el estudiantado de secundaria tras haber experimentado este modelo pedagógico, tenía una mayor preferencia por realizar Educación Física (Morales-Ortiz et al., 2021).

EDUCACIÓN FÍSICA RELACIONADA CON LA SALUD

Según Haerens et al. (2011), el modelo pedagógico de Educación Física relacionada con la Salud (EFrS) tiene como principales objetivos que el alumnado comprenda los beneficios que supone el realizar ejercicio físico, y con ello, conseguir un alumnado físicamente activo para el resto de su vida con la capacidad para poder autogestionar sus niveles de actividad física. Así, en relación con el ámbito educativo, este modelo se presenta como una oportunidad para motivar al alumnado y promover estilos de vida saludables (Pérez-Pueyo et al., 2021).

Para poder desarrollar con éxito este modelo, autores como Peiró y Julián (2015) han establecido las siguientes características: (1) Fomento gradual de actitudes autónomas y responsables en el alumnado, a partir de metodologías activas centradas en el alumno, y la práctica de actividades transferibles al día a día; (2) Introducción de actividades desafiantes, que supongan un reto para el estudiante; pero a la vez adaptadas a las capacidades y motivaciones de cada estudiante; (3) Todos y cada uno de los criterios de evaluación, deben estar claros tanto para el estudiantado como el profesorado, de tal forma que los docentes puedan evaluar los aprendizajes y logros conseguidos por el alumnado; (4) Desarrollo del pensamiento crítico del alumnado, a través de la exposición de diversos temas relacionados con la actividad física y la cultura que la rodea; e (5) Inclusión de un enfoque interdisciplinar y socio-ecológico, con el objetivo de acoger distintos contenidos, materias, agentes y facilitar la viabilidad de otras intervenciones y programas.

Aunque aún no existen muchas evidencias científicas de la aplicación de este modelo, algunas de ellas son las siguientes:

Por un lado, mencionar que tras haber aplicado programas basados en el modelo pedagógico EFrS se han obtenido los siguiente resultados: una mejora en la condición física y un mayor dominio de las cualidades físicas (McKenzie et al., 2003); evita el desarrollo de conductas sedentarias e incrementa el tiempo dedicado a realizar ejercicio físico (Murillo et al., 2019); aumenta la motivación en el alumnado por realizar ejercicio físico (Sevil-Serrano et al., 2020); y una mayor transferencia de las actividades realizadas en la escuela, a su tiempo libre o de ocio (McKenzie et al., 2009).

Además, algunos autores sugieren que el utilizar el modelo pedagógico de Educación Física relacionada con la Salud, permite un aprendizaje tanto cognitivo, como motriz (Harris, 2000; Verstraete et al., 2007). Estos autores enfatizan en sus trabajos que es igual de importante el saber todos aquellos beneficios que nos supone el ser activos físicamente (aprendizaje

cognitivo), como el tener la capacidad y competencia para llevar a cabo un estilo de vida saludable para siempre (aprendizaje motriz).

EDUCACIÓN AVENTURA

Según Fernández-Río et al. (2016), el modelo pedagógico Educación Aventura se caracteriza por la inclusión de actividades desafiantes que implican al alumnado física, cognitiva y afectivamente. Además estas actividades se suelen realizar en un entorno exterior o natural, con la incorporación de elementos de cierto riesgo (Williams y Wainwright, 2020); y que ayudan a desarrollar habilidades sociales, como la confianza en otros compañeros, el compañerismo y el trabajo en equipo (Baena-Extremera, 2011, 2021; Baena-Extremera y Granero-Gallegos, 2013). Así, el modelo de Educación Aventura dentro de la asignatura de Educación Física, se fundamenta en cinco principios: desafío, riesgo, confianza, cooperación, y resolución de problemas (Prouty et al., 2007).

Es decir, se pretende conseguir un desarrollo del alumnado en los 4 dominios educativos: físico, cognitivo, afectivo y social; a través del planteamiento de retos y situaciones de incertidumbre.

Respecto a la forma de impartir este modelo, señalar las siguientes instrucciones (Baena-Extremera, 2011): (1) Desarrollar las actividades en lugares poco conocidos por el estudiantado, lugares distintos a su zona habitual de práctica deportiva; (2) Trabajo por pequeños grupos; (3) Actividades que, para poder solventarlas, involucren al alumnado tanto motriz como intelectualmente; (4) Fomentar el desarrollo del pensamiento crítico, a través de la resolución de problemas; (5) Llevar a cabo este tipo de programas en al menos 4 sesiones de Educación Física.

Y respecto a las evidencias científicas, mencionar lo siguiente:

Por un lado, se han evidenciado niveles superiores de actividad física y un mejor estado de forma, en los alumnos y alumnas que experimentaron un programa basado en la Educación Aventura (Debenham, 2014).

Por otro lado, mencionar que otro dominio que se ha visto muy beneficiado en estudios, tras la aplicación de este modelo pedagógico, es el dominio social. Así, por ejemplo, se observó una mejora en las relaciones sociales, tras realizar un viaje y clases de Educación Física relacionadas con la Educación Aventura (Baena-Extremera et al., 2012; Sutherland y Stroot, 2010). En concreto, Baena-Extremera et al. (2012) indicaron que una enseñanza basada en la aventura favorecía el trabajo cooperativo y con ello incrementaba la autoestima del estudiantado. Además, el utilizar este modelo pedagógico, facilita el desarrollo de otras habilidades sociales como la tolerancia, la ética, el respeto, la creatividad y el liderazgo (González-Rivas et al., 2021; Marinho et al., 2017; Stuhr, et al., 2015).

En relación con el dominio afectivo, Sproule, et al. (2013) demostraron que una enseñanza relacionada con la Educación Aventura favorecía un clima de mayor apoyo a la autonomía, más motivante, que hacía sentir al estudiantado más competente y con un mayor dominio de las actividades. Además, como se ha visto en otros estudios anteriores, este tipo de modelos se caracteriza por promover una mayor resiliencia en el estudiantado (Blaine y Akhurst, 2020; Chung et al., 2021).

En cuanto al dominio cognitivo también se han visto mejoras, así, Setambah et al. (2019) comprobaron que, tras la aplicación de un programa basado en la Educación Aventura, el estudiantado mejoró su pensamiento crítico.

Asimismo, volviendo con el dominio psico-afectivo, me gustaría indicar que, al igual que se producen mejoras respecto al bienestar psicológico al aplicar un programa de educación aventura (Li et al., 2013); al aplicar este tipo de modelos pedagógicos, Li et al. (2013) también vieron como disminuían los niveles de ansiedad, depresión y estrés, lo que suponía un hallazgo muy importante.

Por último me gustaría destacar otro beneficio que supone la aplicación de un programa de Educación Aventura, que es el desarrollo de mayor conciencia y respeto hacia el medioambiente (Leather y Nicholls, 2016).

AUTOCONSTRUCCIÓN DE MATERIALES

Por último, describir la autoconstrucción de materiales como un modelo pedagógico que implica al estudiantado en la elaboración de materiales didácticos, a través de la reutilización de materiales desechados, que se tienen por casa o de bajo costo; los cuales se emplearán en las sesiones didácticas para la enseñanza y práctica de los contenidos. En relación con la Educación Física, consiste en la producción de elementos propios y característicos de la asignatura, que luego sirvan para poder utilizarlos en el aprendizaje de los contenidos relacionados con los diferentes bloques (Méndez-Giménez, 2008).

Asimismo, este tipo de metodologías fomenta que el alumnado tenga una mayor conciencia medioambiental y responsable, así como una mayor formación en actitudes y valores que ayuda al logro de los objetivos planteados (Baena-Morales y González-Villora, 2022). Además, los docentes suelen plantear estos enfoques pedagógicos con el objetivo de solventar el problema de los fondos limitados y esa falta de disposición de material deportivo en las clases (Real Decreto 157/2022; Méndez-Giménez, 2008).

Además para una correcta implementación del mismo se han diferenciado cuatro fases: **(1) Planificación:** Antes de comenzar a elaborar los materiales el docente deberá tomar un conjunto de decisiones, como por ejemplo: determinar si la construcción de los elementos se va a llevar a cabo en clase o en casa, si la elaboración se va a hacer de forma individual, por parejas o grupo, los criterios de evaluación, etc. **(2) Elaboración:** Consiste en la elaboración del producto, el cual como ya hemos dicho, se puede realizar en clase de Educación Física, en casa o en otras asignaturas, como por ejemplo Tecnología o Educación Plástica. **(3) Comprobación:** El docente debe encargarse de comprobar que todos y cada uno de los elementos fabricados cumplen con los estándares para ser considerados funcionales y seguros. **(4) Mantenimiento:** Con el tiempo se deberán ir revisando los distintos materiales con el objetivo de comprobar que siguen siendo funcionales y, en el caso de estar deteriorados, intentar repararlos (Pérez-Pueyo et al., 2021).

Y respecto a la evidencia científica al aplicar este modelo, se puede indicar lo siguiente:

Por un lado, mencionar que investigaciones previas revelan una serie de mejoras conseguidas, tras haber empleado un enfoque de enseñanza-aprendizaje basado en la autoconstrucción de materiales: mayor entusiasmo, diversión e interés en el alumnado de primaria y secundaria por la Educación Física (García-Romero, 2016; Méndez-Giménez, Martínez de Ojeda, y Valverde-Pérez, 2016); mayor interés por realizar actividad física tanto dentro como fuera del horario escolar (Méndez-Giménez, Martínez de Ojeda, y Valverde-Pérez, 2016; Hulteen et al., 2017); satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (Méndez-Giménez, Fernández-Río, et al., 2016; Méndez-Giménez, Martínez de Ojeda, y Valverde-Pérez, 2016); mejor

autoconcepto por parte del alumnado (Fernández-Río et al., 2013); y una mejora en cuanto a la motivación intrínseca del estudiantado, así como una autoestima y estados de ánimo mucho más positivos (Méndez-Giménez y Pallasá-Manteca, 2018; Méndez-Giménez et al., 2017).

En cuanto al dominio cognitivo, Méndez-Giménez et al. (2012) señalan que este tipo de modelos pedagógicos fomenta la toma de decisiones, sobre todo cuando el alumnado se encuentra fabricando el material correspondiente.

Por último, del mismo modo que lo comentado anteriormente respecto a los aspectos socio-afectivos, mencionar que el hecho de haber elaborado el equipamiento y, con ello, el disponer de él, incrementa las expectativas de práctica del estudiantado en relación a la asignatura de Educación Física (Méndez-Giménez, Fernández-Río, et al., 2016).

PROPUESTA PRÁCTICA

A continuación con mi propuesta práctica, como ya he comentado anteriormente, quiero presentar una programación didáctica la cual aborde los 4 cursos de la ESO. Mi programación didáctica va a estar compuesta por 24 unidades didácticas, 6 para cada curso; y donde en cada una iré mencionando los saberes a desarrollar y cómo los impartiría en relación al modelo pedagógico que he decidido aplicar. Además, indicar que esta programación se ha elaborado en base a los siguientes documentos legislativos: Orden EFP/754/2022 y Decreto 107/2022 (vea el anexo 1).

1º ESO

Este es un curso de adaptación, para ir acostumbrándose al cambio de primaria, donde los alumnos aún son bastante jóvenes y aún tienen que madurar; por lo que en este primer curso es cuando menos modelos pedagógicos se han aplicado, debido a la complejidad de algunos conceptos.

En primer lugar, en la primera mitad del primer trimestre se trabajará con el alumnado una unidad didáctica relacionada con la condición física, basada en el modelo de *Educación Física relacionada con la Salud*. En ella se impartirán contenidos relacionados con el calentamiento y la vuelta a la calma; donde se buscará ese primer aprendizaje por parte del alumnado, para que posteriormente de forma autónoma sea capaz de realizar el calentamiento y vuelta a la calma, ya sea reproduciendo los ejercicios que le ha enseñado el docente o inventándose nuevos. También se tocarán contenidos como la alimentación y la higiene, pues por un lado se revisará que los alumnos cumplan con una alimentación e higiene saludable en el centro; y se profundizará un poco más en la alimentación, con un trabajo sobre los valores energéticos de los alimentos que se suelen tener por casa. Por último, se plantearán situaciones de riesgo, con el objetivo de fomentar el pensamiento crítico en el estudiantado, y comprobar de qué forma lo prevenirían o actuarían en caso de accidente. Se introducirá también el acrónimo PAS (Proteger, Alertar y Socorrer). En general, me he fundamentado en el modelo de EFrS, con la intención de plantear situaciones de aprendizaje que sean significativas para el alumnado y transferibles a la vida diaria.

La segunda unidad didáctica perteneciente al primer trimestre irá dedicada al aprendizaje y práctica de las disciplinas deportivas de baloncesto y voleibol. Estos dos deportes se abordarán desde el modelo pedagógico “Enseñanza Comprensiva del Deporte”, con el objetivo de que el alumnado reciba un aprendizaje mucho más completo, no solo trabajando los aspectos técnicos; sino a partir de una mejor comprensión de la estructura de juego, pueda ir adquiriendo una mejor conciencia táctica, ciertas habilidades técnicas y mejorando su toma de decisiones.

En la tercera unidad didáctica de 1º de la ESO, *Expresión Corporal*, se introducirá el modelo pedagógico de Aprendizaje Cooperativo, con la intención de conseguir un mejor desarrollo de los saberes y una práctica mucho más motivante para el estudiantado, a través del trabajo por equipos. Desde el inicio de la unidad didáctica, se buscará que el alumnado realice las distintas actividades por grupos; al inicio se establecerán una serie de grupos y estos se mantendrán a lo largo de la unidad. Tanto para las figuras de acrosport, los juegos y actividades de mímica, como la práctica de danzas de la Comunidad Valenciana; se mantendrán los mismos grupos con el objetivo de fomentar las relaciones sociales y, con ello, la responsabilidad individual y colectiva, el pensamiento crítico, la toma de decisiones...

“Deportes Alternativos” es la segunda unidad didáctica correspondiente al segundo trimestre, y en ella se trabajarán los deportes: Pickleball, Dodgeball y Korfball.

La penúltima unidad didáctica de este curso, irá dedicada a la práctica de Bádminton y Béisbol, y en ella se practicarán los aspectos técnico-tácticos principales de cada deporte, así como algunas variantes del béisbol.

En último lugar, en 1º de la ESO se realizará la unidad didáctica de “Actividades en el Medio Natural”, con el objetivo de introducir al alumnado en el senderismo y orientación, así como de fomentar un comportamiento responsable.

2º ESO

En cuanto a 2º de la ESO, se volverá a empezar el primer trimestre del curso con una unidad didáctica dedicada a la mejora de la condición física. Así, a través del modelo pedagógico EFrS, se pretenderá que el estudiantado siga aprendiendo ciertas actividades para un mejor bienestar personal, como por ejemplo la realización de entrenamientos de resistencia y su posterior control a través de las pulsaciones; también se tendrá como objetivo el fomento del pensamiento crítico, en relación a cómo hábitos no saludables: tabaco, alcohol, drogas, etc., pueden tener una repercusión negativa en el cuerpo. Por último, se introducirán pequeñas nociones de primeros auxilios transferibles a su vida diaria.

La siguiente unidad didáctica a impartir en este curso es “Deportes de Invasión: balonmano y rugby”, la cual se basará en el modelo pedagógico “Teaching Games for Understanding” o en castellano, Enseñanza Comprensiva del Deporte. Con la aplicación del siguiente modelo, al igual que en el curso anterior, se pretenderá conseguir un aprendizaje mucho más significativo, donde a partir del planteamiento de juegos modificados, cuestiones por parte del docente y un correcto uso del pensamiento crítico; el estudiantado adquiera un conocimiento táctico de los deportes mucho más pleno. Así, a la vez que se va progresando tácticamente, con la práctica del juego, el objetivo es que los alumnos y alumnas vayan adquiriendo habilidades técnicas y mejorando su toma de decisiones.

En tercer lugar, se impartirá la unidad didáctica de *Iniciación al Colpbol y la Pilota Valenciana*, basándose el docente para su enseñanza en el modelo Aprendizaje Cooperativo; ya que al ser deportes nuevos o bastante novedosos para el alumnado, se ha considerado oportuno el trabajo por grupos, para conseguir un aprendizaje mucho más completo. Así, se ha pensado que de forma grupal el alumnado se puede complementar, ya que aquellas cosas que uno no sabe, el otro sí y viceversa; además permite un desarrollo en valores y actitudes como la confianza, responsabilidad, empatía, etc.

La cuarta unidad didáctica correspondiente al segundo curso, “Montamos Nuestra Obra”, es una unidad didáctica que va a estar basada en el modelo pedagógico Autoconstrucción de Materiales, y como bien dice el título, el objetivo final de esta será la elaboración de una escena o representación en la cual se incluya material reutilizado o reciclado. Además de lo comentado, el estudiantado aprenderá a realizar malabares y a construir pelotas con material

de bajo costo; así como se trabajarán ciertas habilidades gimnásticas y de equilibrio, donde los elementos complementarios a estas también deberán estar hechos de material reciclado. Mencionar que en 1º de la ESO no quise aplicar este modelo, porque no veía a los alumnos lo suficiente responsables como para construir un material deportivo decente.

“Orientación” es la siguiente unidad dentro de la programación de 2º de la ESO, y se trabajará a través del modelo pedagógico Educación Aventura, con el objetivo de abordar los distintos saberes de una forma un poco diferente. Más concretamente, se trabajarán los diferentes juegos relacionados con la orientación y acampada, no solo en el patio del centro, sino también en otros entornos como puede ser un parque, un recinto deportivo de la ciudad o incluso un paraje natural; se habla de actividades desafiantes, que supongan un reto y sean más motivantes para el alumnado.

Por último, en la unidad didáctica de “Deportes de Cancha Dividida” se volverán a desarrollar los deportes de voleibol y bádminton, donde aparte de lo trabajado en 1º ESO, en voleibol se introducirá el saque de mano alta, el mate y el bloqueo; y en bádminton, la dejada y el globo.

3º ESO

Creando un estilo de Vida Saludable, es la unidad didáctica con la que se comenzaría 3º de la ESO, y estará basada principalmente en el modelo pedagógico Educación Física relacionada con la Salud para su enseñanza. El objetivo será plantear sesiones más divertidas y motivantes para el alumnado, que conlleven que este siga haciendo deporte fuera del recinto escolar. Así, por un lado, se plantearán actividades/juegos para ejercitar las cualidades físicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad; de tal forma que supongan un reto individual o grupal. Por otro lado, también se buscará el uso del pensamiento crítico del alumnado respecto a situaciones de la vida diaria que impliquen una mejor postura corporal, así como aquellos factores que pueden ayudar a prevenir riesgos. Y por último se enfatizará en aspectos relacionados con la alimentación, de gran importancia para su día a día, como por ejemplo las dietas saludables y los trastornos asociados a la alimentación.

La siguiente unidad perteneciente al primer trimestre será “Juegos de Bate y Campo”, y en ella se realizarán deportes como el Béisbol, Softbol, Cricket, Stoolball y Kickball.

Para la siguiente unidad, *Deportes de Invasión: Fútbol y Hockey*, se ha considerado que el alumnado será lo suficiente maduro como para poder impartirla basándose en el modelo pedagógico Educación Deportiva. Es por ello, que la siguiente unidad didáctica se impartirá bajo una organización temporal de una temporada deportiva (pretemporada, competición y fase final); donde se jugarán partidos de dos deportes: fútbol y hockey. Así con lo comentado, se establecerán una serie de equipos y estos se mantendrán para toda la unidad didáctica; asimismo en cada equipo los alumnos y alumnas además de ser deportistas deberán desempeñar una función o rol del deporte. Por ejemplo a un equipo que le toque jugar, sus integrantes podrán ser entrenadores, preparadores físicos, analistas, etc.; y en cambio, un equipo que esté fuera sin jugar, pues hará de árbitro, linier, comentarista, etc. En general, se pretende que el alumnado además de aprender a jugar a los distintos deportes, adquiera un conocimiento mucho más pleno de las disciplinas deportivas.

En la segunda unidad didáctica del segundo trimestre de 3º de la ESO, se impartirán una serie de saberes relacionados con algunos de los deportes que se practican en el medio natural, como son el senderismo y montar en bicicleta.

La penúltima unidad didáctica de este curso es “Expreso con mi cuerpo”, al igual que en 1º de la ESO, se enfocará hacia el Aprendizaje Cooperativo, con el principal objetivo de que los saberes a impartir sean más motivantes para el estudiantado. Conceptos como el cuerpo, el

lenguaje no verbal, la kinesfera, las emociones, etc.; son elementos que si se trabajan a través de juegos de forma grupal, existe una mayor probabilidad de que el alumnado se implique activamente y los comprenda mejor. Así, en cuanto a los saberes, además de practicar alguna que otra técnica de relajación a lo largo de esta unidad, el estudiantado tendrá que realizar por grupos una representación teatral donde aparezcan elementos trabajados anteriormente.

Por último, se impartirá una unidad didáctica relacionada con juegos y deportes de nuestra zona, basada en la Autoconstrucción de Materiales. Así pues, para la práctica de las modalidades de Pilota Valenciana: Escala i corda, Raspall y Frontón, los alumnos se tendrán que hacer unos dedales utilizando material de bajo costo como es la *Goma Eva* o similar. De igual forma, para la práctica de uno de los deportes populares de la Comunidad Valenciana, “Les Birles”, los alumnos emplearán la asignatura de Tecnología para la construcción del material deportivo. En conclusión, con la unidad se quiere, además de que el alumnado aprenda algunos juegos propios de la comarca, que entienda que para poder hacer deporte no hace falta gastarse mucho dinero.

4º ESO

En este último curso perteneciente a la educación secundaria obligatoria, se empezará el primer trimestre con la unidad didáctica *Autogestión Físico-Deportiva Saludable*, basándose en el modelo pedagógico EFrS para su instrucción. Así pues, a principio de unidad se trabajarán en clase diferentes metodologías de entrenamiento, algunas más novedosas y otras más tradicionales; con el objetivo de que el alumnado vaya adquiriendo conocimiento, y posteriormente se implique activamente en la elaboración de sus propios entrenamientos en relación a las metodologías trabajadas anteriormente. En relación con el modelo pedagógico, se pretende realizar actividades que fomenten hábitos saludables y, sobre todo, que puedan ser transferibles a la vida diaria del alumnado. Por otro lado se tocarán otros contenidos relacionados con los primeros auxilios como son los aparatos DEA y DESA; y se hablará de temas relacionados con el dopaje.

La segunda unidad didáctica, “Jugamos Torneos Deportivos”, también se impartirá basándose en la Educación Deportiva. Al igual que en el curso anterior, se adoptará una organización temporal de Temporada Deportiva, incluyendo pretemporada, competición y fase final; y desde el principio hasta el final se mantendrán los mismos equipos. A través de esta unidad se organizarán partidos de baloncesto y balonmano, y no solo se busca ese aprendizaje y práctica de los elementos técnico-tácticos del deporte; sino que se buscará un proceso de enseñanza-aprendizaje mucho más integral, donde los alumnos experimenten las fases de una temporada, o así como los diferentes roles que están presentes en una disciplina deportiva. En general, se quiere que el alumnado sea el verdadero protagonista, y además de un aprendizaje técnico, obtenga una formación en valores como la confianza, responsabilidad o empatía.

“Expresión Corporal y Ritmo” es la siguiente unidad dentro del curso de 4º ESO, y en ella se abordan contenidos relacionados con la danza. Más concretamente, a través del modelo pedagógico de Aprendizaje Cooperativo, se pretenden trabajar los bailes latinos y danzas urbanas; y al final de la unidad, que por grupos se realicen coreografías de baile. Se ha pensado que este tipo de saberes es mejor trabajarlos de forma grupal, para conseguir una mayor implicación por parte del alumnado; así pues en base al modelo utilizado, al inicio de la unidad se formarán una serie de grupos y estos se mantendrán para la práctica de los diferentes tipos de danza y para la posterior coreografía de baile. Además, con este tipo de metodologías se mejoran las habilidades sociales y se logra un aprendizaje más completo por parte del alumnado, tanto en saberes, como en actitudes y valores.

La siguiente unidad didáctica a impartir es *Deportes Adaptados*, y esta se impartirá con el objetivo de sensibilizar al alumnado con las distintas discapacidades existentes.

La penúltima unidad didáctica de esta programación recibe el nombre de “El Medio Natural y sus Deportes”, y en ella se trabajarán distintos deportes relacionados con el entorno natural. Además, decir que esta unidad estará basada en el modelo pedagógico Educación Aventura, con el objetivo de incluir actividades poco practicadas por el estudiantado, que supongan un reto/desafío y se practiquen en terrenos poco habituales para el estudiantado. Así por ejemplo, se abordarán saberes de orientación, que al principio se trabajarán en el centro, pero posteriormente se pondrán en práctica en un entorno natural; o en línea con lo comentado acerca del modelo, se practicarán otros deportes como la escalada, rapel, SUP y surf, que para la gran mayoría será algo novedoso, y supondrá un reto el realizarlas. Además decir que todas y cada una de las actividades se realizarán en grupo, buscando que se fomenten las relaciones sociales y se trabajen aspectos como el pensamiento crítico y la toma de decisiones.

Y para finalizar, en la última unidad se trabajarán saberes relacionados con los deportes de red, más concretamente se practicará voleibol, bádminton y tenis.

CONCLUSIÓN

En definitiva, los modelos pedagógicos son las nuevas metodologías a utilizar por parte de los docentes, y una correcta aplicación de ellos puede conllevar un aprendizaje mucho más significativo para el alumnado. Así pues, a lo largo de mi programación didáctica, los he ido aplicando, aunque en concreto he aplicado seis: por un lado los modelos de EFRS y Aprendizaje Cooperativo he decidido trabajarlos en todos y cada uno de los cursos, además de por su relevancia, porque facilitan el aprendizaje de los saberes y lo hacen de una forma más motivante. En cuanto al modelo de Autoconstrucción de Materiales, decidí incluirlo a partir de 2º de la ESO porque consideré que en 1º los alumnos todavía son demasiado jóvenes como para acarrearles este tipo de responsabilidades; y del mismo modo, en relación con el aprendizaje de los deportes, en los primeros cursos preferí aplicar el modelo de Enseñanza Comprensiva del Deporte, con el objetivo de que el alumnado consiguiera un aprendizaje mucho más completo de las disciplinas deportivas; para ya en cursos posteriores, con un alumnado más maduro, poner en práctica el modelo de Educación Deportiva, y el alumnado experimentara el deporte en su plenitud, incluyendo la organización por temporadas y la participación en los diferentes roles. Por último, en cuanto al modelo de Educación Aventura, este decidí aplicarlo en tan solo ciertos saberes, y en concreto lo apliqué en contenidos como la orientación, la escalada, el surf; en actividades que se pudiesen realizar en el exterior en lugares poco comunes para el estudiantado y, sobre todo, que les supusiese un desafío el realizarlas.

No obstante de lo comentado, yo he elegido estos modelos porque los he considerado bastante útiles, y de fácil aplicación; pero no es más que una mera opinión. Por ello recalco, que todos y cada uno de los modelos pedagógicos tienen su importancia, su utilidad; y que para su aplicación, es muy importante el tener un amplio conocimiento de los mismos.

REFERENCIAS

Ab Rahman, Z., Kamal, A. A., Nor, M. A. M., y Ab Latif, R. (2020). The effectiveness of teaching games for understanding to promote enjoyment in teaching games of physical education lesson. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 9(1), 23-32.

- Alhaq, M., Nugraha, M. A., y Oding, O. (2022). Effectiveness of cooperative learning model and direct Instruction for student learning achievement. *Jurnal Inovasi Pendidikan Agama Islam (JIPAI)*, 2(2), 133-145. <https://doi.org/10.15575/jipai.v2i2.18743>
- Baena-Extremera, A. (2011). Programas didácticos para Educación Física a través de la Educación de Aventura. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 4(7), 3-13. <https://doi.org/10.25115/ecp.v4i7.914>
- Baena-Extremera, A. (2021). Educación Aventura. En Á. Pérez-Pueyo, D. Hortigüela-Alcalá, y J. Fernández-Río (Coords.), *Modelos pedagógicos en Educación Física. Qué, cómo, por qué y para qué* (pp. 247-276). Publicaciones Universidad de León.
- Baena-Extremera, A., y 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. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459645436009>
- Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., y Ortiz-Camacho, M. D. M. (2012). Quasi-experimental study of the effect of an adventure education programme on classroom satisfaction, physical self-concept and social goals in physical education. *Psychologica Belgica*, 52(4), 369-386. <https://doi.org/10.5334/pb-52-4-369>
- Baena-Morales, S., y González-Villora, S. (2022). Physical education for sustainable development goals: reflections and comments for contribution in the educational framework. *Sport, Education and Society*. Publicación en línea avanzada. <https://doi.org/10.1080/13573322.2022.2045483>
- Biddle, S. J., Gorely, T., y Stensel, D. J. (2004). Health-enhancing physical activity and sedentary behaviour in children and adolescents. *Journal of Sports Sciences*, 22(8), 679-701. <https://doi.org/10.1080/02640410410001712412>
- Blaine, J., y Akhurst, J. (2020). A South African exploration into outdoor adventure education and adolescent psychosocial development. *Journal of Psychology in Africa*, 30(5), 440-450. <https://doi.org/10.1080/14330237.2020.1821311>
- Bunker, D., y Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 18(1), 5-8.
- Butler, J. (2016). We are what we teach: TGfU as a complex ecological situation. *Research Quarterly Exercise and Sport*, 87(1), 2-3. <https://doi.org/10.1080/02701367.2016.1200402>
- Calderón, A., Martínez de Ojeda, D., y Hastie, P. A. (2013). Valoración de alumnado y profesorado de educación física tras la aplicación de dos modelos de enseñanza. *RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 9(32), 137-153. <https://doi.org/10.5232/ricyde2013.03204>
- Casey, A. (2013). 'Seeing the trees not just the wood': Steps and not just journeys in teacher action research. *Educational Action Research*, 21(2), 147-163. <https://doi.org/10.1080/09650792.2013.789704>
- Casey, A. (2016). Models-based practice. En C. D. Ennis (Ed.), *Routledge handbook of physical education pedagogies* (pp. 54-67). Routledge.
- Casey, A., y Dyson, B. (2009). The implementation of models-based practice in physical education through action research. *European Physical Education Review*, 15(2), 175-199. <https://doi.org/10.1177/1356336X09345222>
- Casey, A., y Goodyear, V. A. (2015). Can cooperative learning achieve the four learning outcomes of physical education? A review of literature. *Quest*, 67(1), 56-72. <https://doi.org/10.1080/00336297.2014.984733>

- Chatzipanteli, A., Digelidis, N., Karatzoglidis, C., y Dean, R. (2016). A tactical-game approach and enhancement of metacognitive behaviour in elementary school students. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(2), 169-184. <https://doi.org/10.1080/17408989.2014.931366>
- Chiva-Bartoll, Ó., Salvador-García, C., y Ruiz-Montero, P. J. (2018). Teaching games for understanding and cooperative learning: Can their hybridization increase motivational climate among physical education students? *Croatian Journal of Education: Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje*, 20(2), 561-584. <https://doi.org/10.15516/cje.v20i2.2827>
- Chu, T. L., y Zhang, T. (2018). Motivational processes in Sport Education programs among high school students: A systematic review. *European Physical Education Review*, 24(3), 372-394. <https://doi.org/10.1177/1356336X17751231>
- Chung, J. O. K., Li, W. H. C., Ho, K. Y., Lam, K. K. W., Cheung, A. T., Ho, L. L. K., Lin, J. J., y Lopez, V. (2021). Adventure-based training to enhance resilience and reduce depressive symptoms among juveniles: A randomized controlled trial. *Research in Nursing & Health*, 44(3), 438-448. <https://doi.org/10.1002/nur.22127>
- Debenham, N. (2014). Natured Kids: the nature of natural play. *Play and Folklore*, 61, 15-20.
- Decreto 107/2022, de 5 de agosto, del Consell, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria. *Diari Oficial de la Generalitat Valenciana*, núm. 9403, de 11 de agosto de 2022. https://dogv.gva.es/datos/2022/08/11/pdf/2022_7573.pdf
- Dyson, B. P., Linehan, N. R., y Hastie, P. A. (2010). The ecology of cooperative learning in elementary physical education classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29(2), 113-130. <https://doi.org/10.1123/jtpe.29.2.113>
- Fernández-Espínola, C., Abad, M. T., Collado-Mateo, D., Almagro, B. J., Castillo, E., y Fuentes-Guerra, F. J. G. (2020). Effects of cooperative-learning interventions on physical education students' intrinsic motivation: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), Artículo 4451. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124451>
- Fernández-Río, J. (2003, 30 de junio-3 de julio). *Desafíos Físicos Cooperativos: Historia y posibilidades didácticas*. I Congreso Iberoamericano y III Nacional de Actividades Físicas Cooperativas, Gijón, España.
- Fernández-Río, J. (2014a). Another step in models-based practice: Hybridizing cooperative learning and teaching for personal and social responsibility. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 85(7), 3-5. <https://doi.org/10.1080/07303084.2014.937158>
- Fernández-Río, J. (2014b, 30 de junio-3 de julio). *Aportaciones del modelo de responsabilidad personal y social al aprendizaje cooperativo* [Conferencia]. IX Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas, Vélez-Málaga, España.
- Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela, D., Pérez-Pueyo, Á., y Aznar, M. (2016). Modelos pedagógicos en educación física: consideraciones teórico-prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 413, 55-75.
- Fernández-Río, J. M., y Méndez-Giménez, A. (2016). El aprendizaje cooperativo: Modelo pedagógico para educación física. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 29, 201-206. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i29.38721>
- Fernández-Río, J., Méndez-Giménez, A., y Méndez-Alonso, D. (2013). Effects of three instructional approaches in adolescents' physical self-concept. *Culture and Education*, 25(4), 509-521. <https://doi.org/10.1174/113564013808906870>
- Flórez, R. (1999). *Evaluación Pedagógica y Cognición*. McGraw-Hill.

- García-Romero, C. (2016). Percepciones de los estudiantes de Educación Primaria sobre el material autoconstruido en la asignatura de Educación Física. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 2(2), 206-221. <https://doi.org/10.17979/sportis.2016.2.2.1430>
- Gaspar, V., Gil-Arias, A., Del Villar, F., Práxedes, A., y Moreno, A. (2021). How TGfU influence on students' motivational outcomes in physical education? A study in elementary school context. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), Artículo 5407. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105407>
- González-Rivas, R. A., Zueck, M. D. C., Baena-Extremera, A., Marín, R., Soto, M. C., y Irigoyen, H. E. (2021). Desarrollo de competencias en educadores físicos en formación a través de la inclusión de programas de educación aventura en México.. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 42, 126-135. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.85840>
- González-Víllora, S., Evangelio, C., Sierra-Díaz, J., y Fernández-Río, J. (2019). Hybridizing pedagogical models: A systematic review. *European Physical Education Review*, 25(4), 1056-1074. <http://dx.doi.org/10.1177/1356336X18797363>
- Haerens, L., Kirk, D., Cardon, G., y De Bourdeaudhuij, I. (2011). Toward the development of a pedagogical model for health-based physical education. *Quest*, 63(3), 321-338. <https://doi.org/10.1080/00336297.2011.10483684>
- Harris, J. (2000). *Health-related exercise in the national curriculum: Key stages 1 to 4*. Human Kinetics.
- Hernández, E., Ortega, E., Mayordomo, M., y Palao, J. M. (2016). Efecto de distintos planteamientos metodológicos en clases de educación física sobre el aprendizaje de tres habilidades de voleibol. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 5(2), 59-68. <https://doi.org/10.6018/264661>
- Hulteen, R. M., Smith, J. J., Morgan, P. J., Barnett, L. M., Hallal, P. C., Colyvas, K., y Lubans, D. R. (2017). Global participation in sport and leisure-time physical activities: A systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine*, 95, 14-25. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.11.027>
- Johnson, R. T., y Johnson, D. W. (1994). An overview of Cooperative Learning. En J. S. Thousand, R. A. Villa y A. I. Nevin (Eds.), *Creativity and Collaborative Learning* (pp. 31-44). Paul H. Brookes Publishing Co.
- Layne, T. E., y Hastie, P. A. (2016). Analysis of teaching physical education to second-grade students using sport education. *Education* 3-13, 44(2), 226-240. <https://doi.org/10.1080/03004279.2014.914551>
- Leather, M., y Nicholls, F. (2016). More than activities: using a 'sense of place' to enrich student experience in adventure sport. *Sport, Education and Society*, 21(3), 443-464. <https://doi.org/10.1080/13573322.2014.927758>
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, núm. 340, de 30 de diciembre de 2020, pp. 122868-122953. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>
- Li, H. C. W., Chung, O. K. J., Ho, K. Y., Chiu, S. Y., y Lopez, V. (2013). Effectiveness of an integrated adventure-based training and health education program in promoting physical activity among childhood cancer survivors. *Psycho-Oncology*, 22(11), 2601-2610. <https://doi.org/10.1002/pon.3326>
- Mahedero, P., Calderón, A., Arias-Estero, J. L., Hastie, P. A., y Guarino, A. J. (2015). Effects of student skill level on knowledge, decision making, skill execution and game performance in a mini-volleyball sport education season. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(4), 626-641. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2014-0061>

- Marinho, A., Santos, P. M., Manfroi, M. N., Figueiredo, J. P., y Brasil, V. Z. (2017). Reflections about outdoor adventure sports and professional competencies of physical education students. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 17(1), 38-54. <https://doi.org/10.1080/14729679.2016.1218781>
- Martínez de Ojeda, D., Puente-Maxera, F., y Méndez-Giménez, A. (2021). Efectos motivacionales y sociales de un programa plurianual de educación deportiva. *RIMCAFD: Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 21(81), 29-46. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.81.003>
- Martínez, V., Salvador-García, C., Chiva-Bartoll, Ó., y Maravé-Vivas, M. (2022). Análisis del clima motivacional en Educación Física a partir del empleo del modelo Teaching Games for Understanding. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 44, 1063-1072. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.92689>
- McKenzie, T. L., Li, D., Derby, C. A., Webber, L. S., Luepker, R. V., y Cribb, P. (2003). Maintenance of effects of the catch physical education program: Results from the Catch-on Study. *Health Education & Behavior*, 30(4), 447-462. <https://doi.org/10.1177/1090198103253535>
- McKenzie, T. L., Sallis, J. F., y Rosengard, P. (2009). Beyond the stucco tower: Design, development, and dissemination of the SPARK physical education programs. *Quest*, 61(1), 114-127. <https://doi.org/10.1080/00336297.2009.10483606>
- Méndez-Giménez, A. (2008, 20-22 de noviembre). *La enseñanza de actividades físico-deportivas con materiales innovadores: Posibilidades y perspectivas de futuro* [Conferencia]. V Congreso Nacional y III Congreso Iberoamericano de Deporte en Edad Escolar: "Nuevas Tendencias y Perspectivas de Futuro", Dos Hermanas, España.
- Méndez-Giménez, A., Cecchini, J. A., y Fernández-Río, J. (2017). The effect of a self-constructed material on children's physical activity during recess. *Revista de Saúde Pública*, 51(58), 1-7. <https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2017051006659>
- Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., y Méndez-Alonso, D. (2012). Valoración de los adolescentes del uso de materiales autoconstruidos en educación física. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 22, 24-28. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i22.34579>
- Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., y Méndez-Alonso, D. (2015). Modelo de educación deportiva versus modelo tradicional: efectos en la motivación y deportividad. *RIMCAFD: Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 59, 449-466. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2015.59.004>
- Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., Rolim, R. J., y Calderón, A. (2016). Percepciones de estudiantes de máster en Educación Física acerca de los materiales autoconstruidos. Una mirada desde la teoría constructorista de Papert. *Educación XX1*, 19(1), 179-200. <https://doi.org/10.5944/educxx1.15583>
- Méndez-Giménez, A., Martínez de Ojeda, D., y Valverde-Pérez, J. J. (2016). Valoración del alumnado y profesorado del material convencional y auto-construido: estudio longitudinal de diseño cruzado en Educación Deportiva. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 30, 20-25. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i30.35725>
- Méndez-Giménez, A., y Pallasá-Manteca, M. (2018). Enjoyment and motivation in an active recreation program. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 134, 55-68. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2018/4\).134.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/4).134.04)
- Metzler, M. (2011). *Instructional models for physical education* (3ª ed.). Holcomb Hathway.
- Morales-Ortiz, E., Burgueño, R., Cueto-Martín, B., Macarro-Moreno, J., y Medina-Casaubón, J. (2021). ¿Puede la educación deportiva mejorar las actitudes hacia la Educación Física en Secundaria?

RIMCAFD: Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 21(83), 435-450. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2021.83.002>

- Murillo, B., Julián, J. A., García, L., García, E., y Generelo, E. (2019). Development of the 'Sigue la Huella' physical activity intervention for adolescents in Huesca, Spain. *Health Promotion International*, 34(3), 519-531. <https://doi.org/10.1093/heapro/day005>
- O'Leary, N., y Griggs, G. (2010). Researching the pieces of a puzzle: The use of a jigsaw learning approach in the delivery of undergraduate gymnastics. *Journal of Further and Higher Education*, 34(1), 73-81. <https://doi.org/10.1080/03098770903477110>
- Orden EFP/754/2022, de 28 de julio, por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la Educación Secundaria Obligatoria en el ámbito de gestión del Ministerio de Educación y Formación Profesional. *Boletín Oficial del Estado*, núm. 187, de 5 de agosto de 2022. <https://www.boe.es/eli/es/o/2022/07/28/efp754/con>
- Palau-Pamies, M., García-Martínez, S., Ferriz-Valero, A., y Tortosa-Martínez, J. (2022). Incidencia del aprendizaje cooperativo en educación física sobre las necesidades psicológicas básicas. *RIMCAFD: Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 22(88), 787-806. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2022.88.005>
- Peiró, C., y Julián, J. A. (2015). Los modelos pedagógicos en educación física: un enfoque más allá de los contenidos curriculares. *Tándem: Didáctica de la educación física*, 50, 9-15.
- Pérez-Pueyo, Á., Hortigüela-Alcalá, D., y Fernández-Río, J. (2021). *Los modelos pedagógicos en Educación Física: Qué, cómo, por qué y para qué*. Publicaciones Universidad de León.
- Perlman, D. J., y Goc Karp, G. (2010). A self-determined perspective of the Sport Education Model. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(4), 401-418. <http://dx.doi.org/10.1080/17408980903535800>
- Prouty, D., Panicucci, J., y Collinson, R. (2007). *Adventure education: Theory and applications*. Human Kinetics.
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, núm. 52, de 2 de marzo de 2022. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157/con>
- Setambah, M. A. B., Tajudin, N. M., Yaakob, M. F. M., y Saad, M. I. M. (2019). Adventure learning in basics statistics: Impact on students critical thinking. *International Journal of Instruction*, 12(3), 151-166. <https://doi.org/10.29333/iji.2019.12310a>
- Sevil-Serrano, J., Aibar, A., Abós, A., Generelo, E., y García-González, L. (2020). Improving motivation for physical activity and physical education through a school-based intervention. *The Journal of Experimental Education*, 90(2), 383-403. <https://doi.org/10.1080/00220973.2020.1764466>
- Siedentop, D. (1994). *Sport education: Quality PE through positive sport experiences*. Human Kinetics.
- Siedentop, D., Hastie, P. A., y Van der Mars, H. (2020). *Complete guide to sport education* (3ª ed.). Human Kinetics.
- Slater, T., y Butler, J. I. (2015). Examining connections between the physical and the mental in education: A linguistic analysis of PE teaching and learning. *Linguistics and Education*, 30, 12-25. <https://doi.org/10.1016/j.linged.2015.03.006>
- Sproule, J., Martindale, R., Wang, J., Allison, P., Nash, C., y Gray, S. (2013). Investigating the experience of outdoor and adventurous project work in an educational setting using a self-determination framework. *European Physical Education Review*, 19(3), 315-328. <https://doi.org/10.1177/1356336X13495629>

- Stuhr, P. T., Sutherland, S., Ressler, J., y Ortiz-Stuhr, E. M. (2015). Students' perception of relationship skills during an adventure-based learning unit within physical education. *Journal of Outdoor and Environmental Education*, 18(1), 27-38. <https://doi.org/10.1007/BF03400977>
- Sutherland, S., y Stroot, S. (2010). The Impact of participation in an inclusive adventure education trip on group dynamics. *Journal of Leisure Research*, 42(1), 153-176. <https://doi.org/10.1080/00222216.2010.11950199>
- Thorpe, R., Bunker, D., y Almond, L. (1984). A change in the focus of teaching games. En M. Pieron, y G. Graham (Eds.), *Sport Pedagogy: Olympic scientific congress proceedings* (Vol. 6, pp. 163-169). Human Kinetics.
- Usra, M., Bayu, W. I., Solahuddin, S., y Octara, K. (2023). Improving critical thinking ability using teaching game for understanding. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(2), 419-423.
- Verstraete, S. J., Cardon, G. M., De Clercq, D. L., y De Bourdeaudhuij, I. M. (2007). Effectiveness of a two-year health-related physical education intervention in elementary schools. *Journal of Teaching in Physical Education*, 26(1), 20-34. <https://doi.org/10.1123/jtpe.26.1.20>
- Vidoni, C., y Ward, P. (2009). Effects of Fair Play Instruction on student social skills during a middle school Sport Education unit. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 14(3), 285-310. <https://doi.org/10.1080/17408980802225818>
- Ward, J. K., Hastie, P. A., Wadsworth, D. D., Foote, S., Brock, S. J., y Hollett, N. (2017). A Sport Education fitness season's impact on students' fitness levels, knowledge, and in-class physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 88(3), 346-351. <https://doi.org/10.1080/02701367.2017.1321100>
- Williams, A., y Wainwright, N. (2020). Re-thinking adventurous activities in physical education: models-based approaches. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 20(3), 217-229. <https://doi.org/10.1080/14729679.2019.1634599>

ANEXOS

ANEXO 1: PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

En las siguientes tablas se puede observar mi programación didáctica de los 4 cursos de la ESO, con las unidades didácticas de cada curso y sus respectivos saberes, bloques, competencias específicas y modelos pedagógicos.

1º ESO					
	Saberes	Bloques	Competencias Específicas	Modelos Pedagógicos	
UNIDADES DIDÁCTICAS	<u>¿ESTAMOS EN FORMA? CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD</u>	<ul style="list-style-type: none"> Calentamiento y vuelta a la calma Control de la alimentación y de la higiene Prevención de riesgos y cómo actuar ante un accidente (PAS) 	<p>Bloque 1. Vida activa y saludable</p> <p>Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Educación Física relacionada con la Salud
	<u>BALONCESTO Y VOLEIBOL</u>	<p>Baloncesto:</p> <ul style="list-style-type: none"> Manejo del balón sin adversarios, con compañeros, con adversarios, y con compañeros y adversarios. Movimientos sin balón: desmarques <p>Voleibol:</p> <ul style="list-style-type: none"> Manejo del balón con compañeros y sin red Manejo del balón con compañeros y adversarios y sin red Manejo del balón con compañeros y adversarios y con red Movimientos sin la posesión de la pelota 	<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 2</p>	Enseñanza Comprensiva del Deporte
	<u>EXPRESIÓN CORPORAL</u>	<ul style="list-style-type: none"> Acrosport Mímica Danzas de la Comunidad Valenciana 	<p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz</p>	<p>Competencia Específica 3</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Aprendizaje Cooperativo
	<u>DEPORTES ALTERNATIVOS</u>	<ul style="list-style-type: none"> Pickleball Dodgeball Korfball 	<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 2</p>	

Programación en Educación Física basada en la LOMLOE integrando modelos pedagógicos

			Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	Competencia Específica 5	
	<u>BÁDMINTON Y BÉISBOL</u>	<p>Bádminton:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Golpeo de derecha • Golpeo de revés • Saque <p>Beisbol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variantes del béisbol • Béisbol en situación real 	<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 2</p>	
	<u>ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Senderismo • Iniciación a la orientación • La regla de las tres "R": Reducir, Reutilizar y Reciclar 	<p>Bloque 1. Vida activa y saludable</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno</p>	<p>Competencia Específica 4</p> <p>Competencia Específica 5</p>	

2º ESO					
	<u>Saberes</u>	<u>Bloques</u>	<u>Competencias Específicas</u>	<u>Modelos Pedagógicos</u>	
UNIDADES DIDÁCTICAS	<u>MEJORAMOS NUESTRA CONDICIÓN FÍSICA</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Entrenamiento de la resistencia: control de las ppm • Efectos negativos de conductas como: consumo de tabaco, alcohol, drogas; y la ludopatía • Introducción a los primeros auxilios: RCP 	<p>Bloque 1. Vida activa y saludable</p> <p>Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Educación Física relacionada con la Salud
	<u>DEPORTES DE INVASIÓN: BALONMANO Y RUGBY</u>	<p>Balonmano:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conducción del balón sin adversarios • Manejo del balón con compañeros • Mantenimiento de la pelota con adversarios 	<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 2</p>	Enseñanza Comprensiva del Deporte

	<ul style="list-style-type: none"> Mantenimiento de la pelota con compañeros y adversarios Movimientos sin pelota: desmarques <p>Rugby:</p> <ul style="list-style-type: none"> Manejo del móvil de forma individual, con compañeros, y con compañeros y rivales Movimientos sin el móvil 	Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices		
<u>INICIACIÓN AL COLPBOL Y LA PILOTA VALENCIANA</u>	<ul style="list-style-type: none"> Colpbol Introducción a la Pilota Valenciana: práctica de “Escala i corda” y “Raspall” 	<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 2</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Aprendizaje Cooperativo
<u>MONTAMOS NUESTRA OBRA</u>	<ul style="list-style-type: none"> Malabares Habilidades gimnásticas y de equilibrio Representación de una escena incluyendo material reutilizado 	<p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz</p>	<p>Competencia Específica 3</p> <p>Competencia Específica 4</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Autoconstrucción de Materiales
<u>ORIENTACIÓN</u>	<ul style="list-style-type: none"> Juegos de orientación Elementos analógicos y digitales para la orientación Utensilios para una acampada 	<p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno</p>	<p>Competencia Específica 4</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Educación Aventura
<u>DEPORTES DE CANCHA DIVIDIDA: VOLEIBOL Y BÁDMINTON</u>	<p>Voleibol:</p> <ul style="list-style-type: none"> Tres toques Colocación Mate y bloqueo Saque de mano alta <p>Bádminton:</p> <ul style="list-style-type: none"> Perfeccionamiento del golpe de derecha, revés y saque 	<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 2</p>	

		<ul style="list-style-type: none"> Introducción de la dejada y el globo 	emocional e interacción social en situaciones motrices		
--	--	--	--	--	--

		3º ESO			
		Saberes	Bloques	Competencias Específicas	Modelos Pedagógicos
UNIDADES DIDÁCTICAS	<u>CREANDO UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE</u>	<ul style="list-style-type: none"> Mejora de las cualidades físicas: resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad Control postural y prevención de lesiones Alimentación: las dietas y los trastornos asociados 	Bloque 1. Vida activa y saludable Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices	Competencia Específica 1 Competencia Específica 5	Educación Física relacionada con la Salud
	<u>JUEGOS DE BATE Y CAMPO</u>	<ul style="list-style-type: none"> Béisbol Softbol Cricket Stoolball Kickball 	Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	Competencia Específica 1 Competencia Específica 2 Competencia Específica 5	
	<u>DEPORTES DE INVASIÓN: FÚTBOL Y HOCKEY</u>	Fútbol: <ul style="list-style-type: none"> Pases Conducción de balón Desmarques Chute a portería Conocimiento de los diferentes roles profesionales Hockey: <ul style="list-style-type: none"> Aprendizaje del manejo del stick: conducción, pases, lanzamientos, bloqueos y pivotaje. Conocimiento de los diferentes roles profesionales 	Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	Competencia Específica 1 Competencia Específica 2	Educación Deportiva
	<u>DEPORTE Y NATURALEZA</u>	<ul style="list-style-type: none"> Senderismo: tipos de mapas Senderismo urbano: creación de una ruta para la visita de la ciudad Senderismo en el medio natural: fauna y contaminación 	Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	Competencia Específica 3 Competencia Específica 4	

Programación en Educación Física basada en la LOMLOE integrando modelos pedagógicos

	<ul style="list-style-type: none"> Movilidad sostenible: montar en bicicleta 	<p>Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz</p> <p>Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno</p>	Competencia Específica 5	
<u>EXPRESO CON MI CUERPO</u>	<ul style="list-style-type: none"> Juegos y actividades relacionadas con la expresión corporal Técnicas de relajación Representación de una escena teatral 	<p>Bloque 1. Vida activa y saludable</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz</p>	<p>Competencia Específica 3</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Aprendizaje Cooperativo
<u>JUEGOS Y DEPORTES DE NUESTRA ZONA</u>	<p>Pilota Valenciana:</p> <ul style="list-style-type: none"> Escala i corda Raspall (en trinquete) Frontón <p>Juegos populares:</p> <ul style="list-style-type: none"> “¡Churro va!” “Les Birles” “El juego de las Canicas” 	<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz</p>	<p>Competencia Específica 2</p> <p>Competencia Específica 4</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Autoconstrucción de Materiales

4º ESO				
	Saberes	Bloques	Competencias Específicas	Modelos Pedagógicos
UNIDADES DIDÁCTICAS	<p><u>AUTOGESTIÓN FÍSICO-DEPORTIVA SALUDABLE</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Planificación y control del propio entrenamiento Actuación ante accidentes: DEA y DESA Suplementos deportivos y dopaje 	<p>Bloque 1. Vida activa y saludable</p> <p>Bloque 2. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>Bloque 3. Resolución de</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Educación Física relacionada con la Salud

			problemas en situaciones motrices		
<u>JUGAMOS TORNEOS DEPORTIVOS</u>	<ul style="list-style-type: none"> Trabajo de los aspectos técnico-tácticos del baloncesto y balonmano, a través del juego real Organización de torneos de baloncesto y balonmano Conocimiento de los diferentes roles profesionales 		<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 2</p>	Educación Deportiva
<u>EXPRESIÓN CORPORAL Y RITMO</u>	<ul style="list-style-type: none"> Bailes latinos Danzas urbanas Montaje de una coreografía de baile 		<p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz</p>	<p>Competencia Específica 3</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Aprendizaje Cooperativo
<u>DEPORTES ADAPTADOS</u>	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilización con las diferentes discapacidades: intelectual, visual, auditiva y física El movimiento Paralímpico Práctica de deportes paralímpicos: Goalball y Voleibol Sentado 		<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p> <p>Bloque 5. Manifestaciones de la cultura motriz</p>	<p>Competencia Específica 2</p> <p>Competencia Específica 5</p>	
<u>EL MEDIO NATURAL Y SUS DEPORTES</u>	<ul style="list-style-type: none"> Juegos de orientación Carrera de orientación en un entorno natural Iniciación a la escalada y rápel Iniciación al SUP y Surf 		<p>Bloque 1. Vida activa y saludable</p> <p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 4</p> <p>Competencia Específica 5</p>	Educación Aventura

			en situaciones motrices		
			Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con el entorno		
	<u>DEPORTES DE RED: VOLEIBOL, BÁDMINTON, TENIS</u>	<p>Voleibol:</p> <ul style="list-style-type: none"> Las zonas del campo Las diferentes posiciones y su rotación Repaso de las habilidades técnicas: toque de dedos, saque, bloqueo... <p>Bádminton:</p> <ul style="list-style-type: none"> La raqueta de bádminton: sus partes y su correcto manejo Los diferentes golpes y su nomenclatura <p>Tenis:</p> <ul style="list-style-type: none"> La raqueta de tenis: sus partes y su correcto manejo Aprendizaje de las principales habilidades técnicas: golpeo de derecha, revés y saque 	<p>Bloque 3. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p>	<p>Competencia Específica 1</p> <p>Competencia Específica 2</p>	

