

**Programa de intervención en el área de Educación Física para mejorar el estilo docente del profesorado relacionado con las competencias básicas y valorar las repercusiones que tiene sobre la motivación, los niveles de actividad física y la docencia diaria.**

**Proyectos de Cooperación en materia de investigación y prácticas educativas entre Departamentos Universitarios y Departamentos de Institutos de Educación Secundaria o Equipos de Personal Docente, de la Comunidad Autónoma de Aragón para el curso 2010-2011.**

**ORDEN de 23 de noviembre de 2010 (BOA de 9 de diciembre de 2010), del Departamento de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Aragón.**

## **MEMORIA**

**ANEXO V**

## ÍNDICE

<b>Resumen</b>	<b>3</b>
<b>1. Características generales y particulares del contexto en el que se ha desarrollado el Proyecto.</b>	<b>4</b>
<b>2. Consecución de los objetivos del Proyecto:</b>	<b>10</b>
<b>2.1. Propuestos inicialmente</b>	<b>10</b>
<b>2.2. Alcanzados al finalizar el Proyecto</b>	<b>11</b>
<b>3. Cambios realizados en el Proyecto a la largo de su puesta en marcha en cuanto a:</b>	<b>12</b>
<b>3.1. Objetivos</b>	<b>12</b>
<b>3.2 Metodología</b>	<b>12</b>
<b>3.3. Organización</b>	<b>12</b>
<b>3.4. Calendario</b>	<b>12</b>
<b>4. Síntesis del proceso de evaluación utilizado a lo largo del Proyecto</b>	<b>14</b>
<b>5. Conclusiones</b>	<b>17</b>
<b>6. Listado de profesores y profesoras participantes en el proyecto con indicación del nombre con los dos apellidos y D.N.I.</b>	<b>18</b>
<b>7. Materiales elaborados</b>	<b>18</b>
<b>Anexo 1</b>	
<b>Anexo 2</b>	
<b>Anexo 3</b>	
<b>Anexo 4</b>	

## **Resumen**

El proyecto de investigación se enmarca dentro de la preocupación general que tiene el centro, que coincide con la situación actual de la sociedad, es indispensable un cambio en la orientación de búsquedas de estrategias para la promoción de la actividad física, con soluciones ajustadas al contexto.

El proyecto que presentamos, se trata de un programa de intervención, centrado en el estilo docente que ponen en marcha los docente de educación física, para poner en marcha soluciones concretas de promoción de la actividad física. El programa de intervención se entra en la capacidad del docente de educación física para tomar decisiones acertadas, tanto en los aspectos instruccionales (tareas de aprendizaje), como en los interactivos (discurso docente). La metodología utilizada ha sido el análisis de la Práctica Docente y la Supervisión reflexiva durante 16 sesiones de trabajo desde enero a mayo de 2011.

En este proyecto ha conseguido con el alumnado de segundo de la ESO del centro estudiado, haya mejorado sus niveles de actividad física (totales, entre semana y los fines de semana), la percepción de autonomía y la relación con los demás.

## **1. Características generales y particulares del contexto en el que se ha desarrollado el Proyecto.**

En cualquier estudio es importante definir perfectamente las características del contexto en el que se sitúa. En nuestro caso y dada la conexión que tiene el trabajo con la promoción de estilos de vida activos, es fundamental partir de un análisis de las características del entorno físico y social en el que se quiere estimular la práctica de actividad física. Así, una de las primeras acciones que se realizaron fue el analizar el contexto de referencia.

El Instituto de Educación Secundaria Sierra de Guara está situado en la localidad de Huesca. Se trata de una zona residencial, que dispone de espacios de ocio y actividad comercial. En el ámbito familiar, el perfil más habitual suele ser la familia con un promedio de dos hijos, trabajadores por cuenta ajena y funcionarios, que habitualmente muestran interés y preocupación por colaborar con los tutores y profesores en la educación de sus hijos.

### ***Enseñanzas que se imparten***

- Educación Secundaria Obligatoria:

- Bachillerato

- Humanidades y Sociales
- Tecnológico
- Ciencias de la Naturaleza y de la Salud

- Ciclos Formativos de Grado Medio

- Cuidados Auxiliares de Enfermería
- Cuidados Auxiliares de Enfermería (Nocturno)
- Gestión Administrativa
- Gestión Administrativa( Vespertino a distancia)
- Mecánica y Electricidad del Automóvil
- Explotación de Sistemas Informáticos (Vespertino presencial)

- Ciclos Formativos de Grado Superior

- Documentación Sanitaria
- Higiene Bucodental

- Administración y Finanzas
  - Desarrollo de Aplicaciones Informáticas
  - Administración de Sistemas Informáticos (Vespertino)
- Módulo de Iniciación Profesional
- Ayudante de Reparación de Vehículos
- Secciones lingüísticas especializadas

El centro desarrolla el programa de innovación Secciones Bilingües español-francés en las que los alumnos cursan la asignatura de Lengua Francesa en todos los cursos de Educación Secundaria y Bachillerato, y además las asignaturas de Música, Ética, Filosofía e Historia en francés. Y también lleva a cabo el currículo integrado previsto en el Convenio entre el Ministerio de Educación y Cultura y The British Council mediante una Sección Lingüística de lengua inglesa. Donde los alumnos cursan la primera Lengua Extranjera Inglés en horario ampliado y además las asignaturas de Ciencias Sociales y Ciencias de la Naturaleza en inglés.

### ***Área de Educación Física***

El centro cuenta con diversos espacios para desarrollar la asignatura de manera óptima. El propio recinto del Instituto alberga 4 pistas polivalentes y un gimnasio.

Además, la asignatura dispone puntualmente de las siguientes instalaciones:

- Pabellón Sancho Ramírez
- Piscinas Municipales Almériz
- Rocódromo Pío XII
- Pistas Municipales de atletismo

Además de los espacios físicos es interesante que reflejemos el potencial del centro a partir del entorno social que se crea con determinadas reglas y actuaciones. De esta manera nos parece importante también reflejar en esta memoria los criterios pedagógicos que se tienen en cuenta en la organización interna del centro:

### ***Criterios pedagógicos***

- a) Ningún grupo de alumnos tiene más de 7 periodos lectivos diarios.
- b) Cada periodo lectivo tendrá una duración mínima de 55 minutos.

- c) El alumnado dispondrá del tiempo suficiente para trasladarse de un aula otra cuando sea necesario para la impartición de materias específicas.
- d) Se establece la duración del recreo en 30 minutos, después de la tercera hora lectiva y novena.
- e) No hay horas libres intercaladas en horario lectivo de los alumnos.
- f) La distribución de las áreas y materias en cada jornada, y a lo largo de la semana, se ha realizado atendiendo a razones pedagógicas, vigilando especialmente la no coincidencia de una materia a las últimas horas de la mañana.
- g) En ningún caso, las preferencias horarias de las Profesores o el derecho de los mismos a elección han obstaculizado la aplicación de los criterios anteriormente expuestos o los que pueda establecer el Claustro de Profesores.

### **Organización docente**

El I.E.S Sierra de Guara consta de los siguientes Órganos de Gobierno y Coordinación Docente:

<b>ÓRGANO</b>
DIRECTOR
JEFE DE ESTUDIOS
JEFE DE ESTUDIOS DE ESO
JEFE DE ESTUDIOS DE F.P
JEFE DE ESTUDIOS DE BACHILLERATO
JEFA DE ESTUDIOS ADJUNTO DE NOCTURNO
SECRETARIO

El número de docentes que componen éste centro al iniciar el curso 2009-2010, es de 102, los cuales se reparten en los siguientes departamentos:

<b>DEPARTAMENTO</b>	<b>Nº DE DOCENTES</b>
ADMINISTRATIVO	8
ARTES PLÁSTICAS	2
ASIGNATURAS NO ADSCRITAS	2
AUTOMOCIÓN	6

ECONOMÍA	1
EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE	3
FILOSOFÍA	3
FÍSICA Y QUÍMICA	2
FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN	3
FRANCÉS	4
GEOGRAFÍA E HISTORIA	6
INFORMÁTICA	8
INGLÉS	5
LATÍN Y GRIEGO	1
LENGUA ESPAÑOLA	8
MATEMÁTICAS	9
CIENCIAS NATURALES	7
MÚSICA	5
ORIENTACIÓN	6
SANITARIA	9
TECNOLOGÍA	4
<b>TOTAL</b>	<b>102</b>

### ***Descripción de los alumnos***

El IES Sierra de Guara cuenta con un amplio número de alumnos, cuyas edades están comprendidas entre los 12 y los 20 años.

A continuación se presenta una tabla con los alumnos matriculados según las enseñanzas.

<b>Relación alumnos/as ESO</b>			
<b>ESO</b>	<b>CHICOS</b>	<b>CHICAS</b>	<b>TOTAL</b>
Total 1º	62	43	105
Total 2º	52	59	111
Total 3º	58	50	108
Total 4º	45	33	78
Total Programa Diversificación curricular	15	11	27
<b>Total ESO</b>	<b>232</b>	<b>196</b>	<b>428</b>

<b>Relación alumnos/as en Bachillerato</b>			
<b>BACHILLERATO</b>	<b>CHICOS</b>	<b>CHICAS</b>	<b>TOTAL</b>
Bach. CIT	21	14	35
Bach. CNA	5	16	21
Bach. HCS	9	20	29
Bach. HUM	10	25	35
Bach. TEC	13	-	13
<b>Total Bachillerato</b>	<b>58</b>	<b>75</b>	<b>133</b>

<b>Relación de alumnos/as en ciclos formativos</b>			
<b>CICLOS FORMATIVOS</b>	<b>CHICOS</b>	<b>CHICAS</b>	<b>TOTAL</b>
<b>Grado Medio 1º Mañana</b>	<b>38</b>	<b>64</b>	<b>102</b>
<b>Grado Medio 1º Vespertino</b>	<b>31</b>	<b>3</b>	<b>35</b>
<b>Grado Medio 1º Nocturno</b>	<b>4</b>	<b>31</b>	<b>35</b>
<b>Grado Medio 1º A distancia</b>	<b>2</b>	<b>46</b>	<b>48</b>
<b>Grado Medio 2º Mañana</b>	<b>17</b>	<b>28</b>	<b>45</b>
<b>Grado Medio 2º Vespertino</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
<b>Grado Medio 2º Nocturno</b>	<b>3</b>	<b>13</b>	<b>16</b>
<b>Grado Medio 2º A distancia</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>8</b>
<b>Grado Superior 1º Diurno</b>	<b>35</b>	<b>68</b>	<b>103</b>
<b>Grado Superior 1º Vespertino</b>	<b>22</b>	<b>8</b>	<b>30</b>
<b>Grado Superior 2º Diurno</b>	<b>11</b>	<b>39</b>	<b>50</b>
<b>Grado Superior 2º Vespertino</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
<b>Otros: PCPI</b>	<b>17</b>	<b>-</b>	<b>17</b>
<b>Total C.F</b>	<b>204</b>	<b>313</b>	<b>517</b>

Cabe destacar la gran variedad étnica, aspecto que dota al centro de una gran riqueza cultural. Entre las distintas etnias, encontramos: gitanos, europeos del este, africanos del norte, subsaharianos y sudamericanos.

El proyecto que presentamos, se trata de un programa de intervención, centrado en el estilo docente que ponen en marcha los docente de educación física, para poner en marcha soluciones concretas de promoción de la actividad física. Es decir, que ellos mismos se vayan creyendo que son capaces de generar un cambio en la práctica de actividad física de su alumnado. Este programa considera que el trabajo de promoción



de la actividad física debe basarse en un sólido principio, como es el empoderamiento (Macdonald, 1997).

Después de la realización de una evaluación diagnóstica en el centro durante el curso pasado, que nos muestra unos bajos niveles de práctica de actividad física en los adolescentes, a partir de los estudios subvencionados por el Gobierno de Aragón en la convocatoria de Proyectos de Cooperación entre Departamentos Universitarios y Departamentos de Secundaria (“La formación de estilos de vida activos, desde el tratamiento equilibrado de las competencias básicas, en el área de Educación Física en la Enseñanza Secundaria Obligatoria” y “La actividad física cotidiana en la adolescencia, una evaluación diagnóstica para el establecimiento de un programa de intervención en el I.E.S. Sierra de Guara de Huesca”), y por el CSD en la convocatoria de proyectos de apoyo científico y tecnológico al deporte (“Diseño y evaluación de un programa de intervención para aumentar los niveles de práctica de actividad física y la promoción de un estilo de vida activo desde los centros escolares”) el punto de partida será actuar y participar en las diferentes estrategias, teniendo en cuenta la diferencia de género, la percepción de competencia, la autonomía y la motivación del alumnado, porque los resultados de estas variables se relacionan significativamente con los niveles de actividad física.

Referido a los ámbitos de actuación, la intervención se orientará en el plan de acción tutorial, educación física escolar, campañas de difusión, coordinación con actividades extraescolares y programas institucionales y efemérides. En este proyecto, prescindimos de justificar el procedimiento de nuestra elección y nos centraremos en presentar la estrategia denominada "*Programa de intervención en el área de Educación Física para mejorar el estilo docente del profesorado relacionado con las competencias básicas y valorar las repercusiones que tiene sobre la motivación, los niveles de actividad física y la docencia diaria*".

Después de la realización de una fase de concienciación en el primer curso de la ESO del centro, relativa a los bajos niveles de actividad física, en este segundo año se pretende implicar al alumnado en la búsqueda y puesta en marcha de otras soluciones como la de diseñar Maletas didácticas con las que “hacer más divertidos los recreos”.

Paralelamente a esta intervención se le tiene que sumar la que presentamos en este proyecto, que es **la importancia del área de educación física** en el incremento de los niveles de actividad física, a partir de la intervención en los elementos derivados de su acción docente particular.

Partir de esta premisa es fundamental, porque sabemos que el área de **Educación Física** en la enseñanza obligatoria (educación primaria y secundaria), **es el único contexto que tiene el ciudadano independientemente de su nivel de condición física, edad, género, condición social, etc., de tener éxito, sentirse competente con respecto a la práctica de actividad física, y de esta forma contribuir a las finalidades principales del área**, que desde nuestro punto de vista son:

1. Mostrar las **conductas motrices** así como las competencias y recursos necesarios para su construcción, que le permitan **actuar en contextos y actividades variadas**.
2. **Participar** del **patrimonio cultural** que suponen las diversas actividades corporales (físicas, deportivas y artísticas).
3. **Justificar** la gestión de su **vida física** de forma **saludable**, adoptando un **modelo de vida activo**.
4. **Argumentar** la adopción de **principios de ciudadanía y valores** permitiendo **interactuar con otros** en los contextos de práctica de actividad física.

La capacidad del docente de educación física para tomar decisiones acertadas, tanto en los aspectos **instruccionales (tareas de aprendizaje)**, como en los **interactivos (discurso docente)**, comienza en los centro de formación inicial y se va configurando con la experiencia y por lo tanto el profesorado va acumulando un *conocimiento práctico* (una serie de herramientas y recursos) para solventar diferentes situaciones de aula. Lo que esperamos con este proyecto, es que el profesorado tenga *un cuaderno de ruta para diferenciar y justificar las estrategias más adecuadas para desarrollar en su alumnado sentimientos positivos en las sesiones educación física*.

## **2. Consecución de los objetivos del Proyecto:**

### **2.1. Propuestos inicialmente.**

Los objetivos propuestos inicialmente son los siguientes:

1. Diseñar un programa de intervención con los docentes de educación física de ESO del IES Sierra de Guara para profundizar en sus capacidades docentes relacionadas con las competencias básicas y el estilo motivacional.

2. Comprobar que el programa de intervención es válido para incrementar el nivel de motivación en el aula, la diversión y la percepción de competencia.

3. Comprobar que el programa de intervención es válido para mejorar el conocimiento y aplicación de las competencias básicas en el desarrollo de los contenidos específicos del área.

4. Elaborar materiales curriculares para mejorar los procesos de aprendizaje del alumnado en diferentes unidades didácticas.

5. Incrementar los niveles de práctica de actividad física del alumnado sobre el que se interviene.

## 2.2. Alcanzados al finalizar el Proyecto.

En la siguiente tabla exponemos el grado de consecución de los objetivos planteados.

Objetivos	Consecución
1. Diseñar un programa de intervención con los docentes de educación física de ESO del IES Sierra de Guara para profundizar en sus capacidades docentes relacionadas con las competencias básicas y el estilo motivacional.	Sí
2. Comprobar que el programa de intervención es válido para incrementar el nivel de motivación en el aula, la diversión y la percepción de competencia.	Sí
3. Comprobar que el programa de intervención es válido para mejorar el conocimiento y aplicación de las competencias básicas en el desarrollo de los contenidos específicos del área.	Sí
4. Elaborar materiales curriculares para mejorar los procesos de aprendizaje del alumnado en diferentes unidades didácticas.	Sí
5. Incrementar los niveles de práctica de actividad física del alumnado sobre el que se interviene.	Si

### **3. Cambios realizados en el Proyecto a la largo de su puesta en marcha en cuanto a:**

#### **3.1. Objetivos.**

NO hay cambios.

#### **3.2 Metodología.**

NO hay cambios.

#### **3.3. Organización.**

En la Fase 2 relacionado con el discurso verbal, se ampliaron las sesiones de intervención de 3 a 6.

#### **3.4. Calendario.**

Se ha realizado una concreción de todas las acciones que durante la realización del proyecto se han llevado a término. Estas acciones están expresadas en la tabla siguiente:

Tabla 1. Calendario de las fases de investigación.

<b>FASES</b>	<b>FASE 0. Evaluación inicial</b>	<b>FASE 1. Conocimiento de las teorías</b>	<b>FASE 2. Discurso docente</b>	<b>FASE 3. Diseño del proceso instruccional.</b>	<b>FASE 4. Evaluación</b>
Fechas	Enero	Febrero	Marzo	Abril-Mayo	Junio
Estrategias formativas para el profesorado	Información sobre el resultado de la medición de las variables de estudio.	2 sesiones de trabajo de 2 horas explicando las teorías y su relación con las competencias básicas.	6 sesiones de trabajo incidiendo sobre el discurso verbal. Visualización de sesiones de clase.	6 sesiones de trabajo incidiendo sobre el proceso instruccional. Trabajo de elaboración de materiales curriculares para las unidades didácticas abordadas.	Información sobre el resultado de la medición de las variables de estudio y comprobación de la eficacia del programa de intervención.
Sesiones realizadas	Sesión 1. Información de los resultados.	Sesión 2. 2 de febrero (Anexo 1) Sesión 3. 9 de febrero (Anexo 2)	Sesión 1. 17-2-11 Sesión 2. 18-2-11 Sesión 3. 28-3-11 Sesión 4. 3-3-11 Sesión 5. 9-3-11 Sesión 6. 16-3-11	Unidad didáctica confeccionada finalmente (Anexo 3) Ficha evaluación de la unidad didáctica (Anexo 4)	26 de mayo de 2011

#### 4. Síntesis del proceso de evaluación utilizado a lo largo del Proyecto.

Vamos a realizar la síntesis del proceso de evaluación en función del cumplimiento de las hipótesis planteadas en el proyecto inicial.

Debemos recordar que las medidas tomadas en el proyecto han sido la primera durante el primer trimestre (momento 1) y la segunda al final del curso (momento 2).

##### 1. El programa de intervención con los docentes de educación física de ESO del IES Sierra de Guara, mejorará la percepción de autonomía del alumnado receptor de la intervención.

Como podemos ver en la tabla 2, el programa ha sido eficaz en la variable percepción de autonomía, ya que hay un incremento en la puntuación desde el momento 1 al momento 2.

Tabla 2. Puntuación de la percepción de autonomía del momento 1 al momento 2 del estudio en el alumnado de 2º de la ESO.

	Media	N	Desviación típ.
Media factor de autonomía (momento 1)	2,90	63	1,057
Media factor de autonomía (momento 2)	3,06	63	,994

##### 2. El programa de intervención con los docentes de educación física de ESO del IES Sierra de Guara, mejorará la percepción de competencia del alumnado receptor de la intervención.

Como podemos ver en la tabla 3 la percepción de competencia ha disminuido ligeramente tras la intervención.

Tabla 3. Puntuación de la percepción de competencia del momento 1 al momento 2 del estudio en el alumnado de 2º de la ESO.

	Media	N	Desviación típ.
Media factor de competencia (momento 1)	4,04	64	,797
Media factor de competencia (momento 2)	3,99	64	,869

**3. El programa de intervención con los docentes de educación física de ESO del IES Sierra de Guara, mejorará la percepción de diversión del alumnado receptor de la intervención.**

En la tabla 4 podemos ver como la percepción de la diversión ha disminuido levemente tras la intervención.

Tabla 4. Puntuación de la diversión del momento 1 al momento 2 del estudio en el alumnado de 2º de la ESO.

	Media	N	Desviación típ.
Diversión (momento 1)	4,21	63	,581
Diversión (momento 2)	4,10	63	,634

**4. El programa de intervención con los docentes de educación física de ESO del IES Sierra de Guara, mejorará la relación con los demás del alumnado receptor de la intervención.**

Como se puede observar en la tabla 5 la intervención ha incrementado la media en el valor de la importancia que el alumnado da a la relación con los demás.

Tabla 5. Puntuación de la importancia de la relación con los demás del momento 1 al momento 2 del estudio en el alumnado de 2º de la ESO.

	Media	N	Desviación típ.
Relación con los demás (momento 1)	4,00	63	,774
Relación con los demás (momento 2)	4,27	63	,532

**5. El programa de intervención con los docentes de educación física de ESO del IES Sierra de Guara, mejorará la motivación del alumnado receptor de la intervención.**

La aplicación del programa de intervención no ha tenido incidencia en la motivación del alumnado. (ver tabla 6).

Tabla 6. Puntuación de la motivación del momento 1 al momento 2 del estudio en el alumnado de 2º de la ESO.

	Media	N	Desviación típ.
Media motivación intrínseca (momento 1)	5,60	64	,859
Media motivación intrínseca (momento 2)	5,10	64	,886
Media motivación extrínseca (momento 1)	4,98	61	1,043
Media motivación extrínseca (momento 2)	4,96	61	1,033
Media desmotivación (momento 1)	2,09	65	1,070
Media desmotivación (momento 2)	2,68	65	1,221

**7. El programa de intervención con los docentes de educación física de ESO del IES Sierra de Guara, mejorará los niveles de práctica física del alumnado objeto de la intervención.**

Como criterio de calidad de los datos, hemos tomado solamente al alumnado que tiene registrado al menos 12 horas de trabajo durante tres días durante la semana y al menos 12 en un día del fin de semana.

Esta hipótesis la dividimos en tres análisis. El primero con los niveles de actividad física moderada-vigorosa del alumnado en el total de la semana (tabla 7). El segundo con los niveles de actividad física moderada-vigorosa entre semana (tabla 8). El tercero con los niveles de actividad física moderada-vigorosa durante el fin semana (tabla 9).

Tabla 7. Niveles de actividad física moderada-vigorosa del alumnado en el total de la semana.

	Media	N	Desviación típ.
Par 1 Tiempo MVPA media total momento 1	25,5276	31	14,04011
Tiempo MVPA media total momento 2	35,8041	31	20,58825



Tabla 8. Niveles de actividad física moderada-vigorosa entre semana.

		Media	N	Desviación típ.
Par 2	Tiempo MVPA entre semana momento 1	26,5645	31	14,95321
	Tiempo MVPA entre semana momento 2	35,6452	31	19,54391

Tabla 9. Niveles de actividad física moderada-vigorosa en fin semana.

		Media	N	Desviación típ.
Par 3	Tiempo MVPA fin de semana momento 1	22,9355	31	20,39270
	Tiempo MVPA fin de semana momento 2	36,2016	31	36,81997

Como podemos ver en los datos tanto de la tabla 2, 3 y 4, el programa de intervención ha tenido éxito, ya que ha aumentado en varios puntos la actividad moderada y vigorosa tanto en su totalidad, como durante la semana, como durante el fin de semana.

## 5. Conclusiones.

El proyecto que presentamos, se trata de un programa de intervención, centrado en el estilo docente que ponen en marcha los docente de educación física, para poner en marcha soluciones concretas de promoción de la actividad física. El programa de intervención se entra en la capacidad del docente de educación física para tomar decisiones acertadas, tanto en los aspectos instruccionales (tareas de aprendizaje), como en los interactivos (discurso docente). La metodología utilizada ha sido el análisis de la Práctica Docente y la Supervisión reflexiva durante 16 sesiones de trabajo desde enero a mayo de 2011.

En este proyecto ha conseguido con el alumnado de segundo de la ESO del centro estudiado, haya mejorado sus niveles de actividad física (totales, entre semana y los fines de semana), la percepción de autonomía y la relación con los demás.

## 6. Listado de profesores/as participantes con indicación del nombre con los dos apellidos y D.N.I.

Por parte del Departamento Universitario

<b>APELLIDOS, NOMBRE</b>	<b>NIF</b>	<b>DEPARTAMENTO</b>
Murillo Pardo, Berta		Expresión Musical, Plástica y Corporal
Generelo Lanaspá, Eduardo		Expresión Musical, Plástica y Corporal
Zaragoza Casterad, Javier		Expresión Musical, Plástica y Corporal
Aibar Solano, Alberto		Expresión Musical, Plástica y Corporal
García Gonzalez, Luis		Expresión Musical, Plástica y Corporal

Por parte del centro escolar

<b>APELLIDOS, NOMBRE</b>	<b>NIF</b>	<b>ESPECIALIDAD</b>
Tierz Gracia, Paz		Educación Física
Nasarre Aguas, Fernando		Educación Física
Giménez Banzo, Beatriz		Educación Física

## 7. MATERIALES ELABORADOS.

ANEXO 1  
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

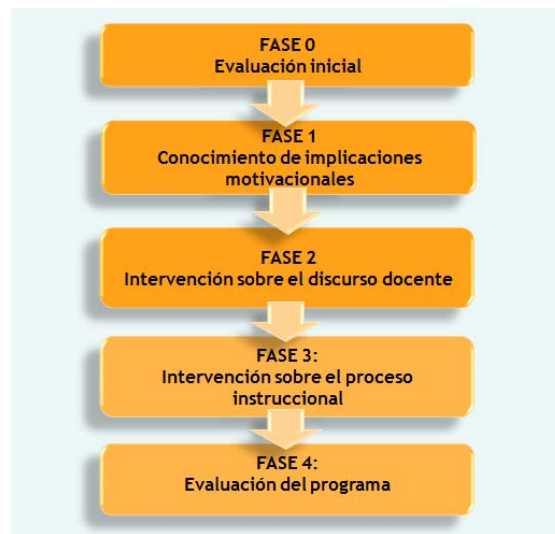
Programa de intervención en el área de Educación Física para mejorar el estilo docente del profesorado relacionado con las competencias básicas y valorar las repercusiones que tiene sobre la motivación, los niveles de actividad física y la docencia diaria.

IES SIERRA DE GUARA  
FEBRERO-MAYO DE 2011

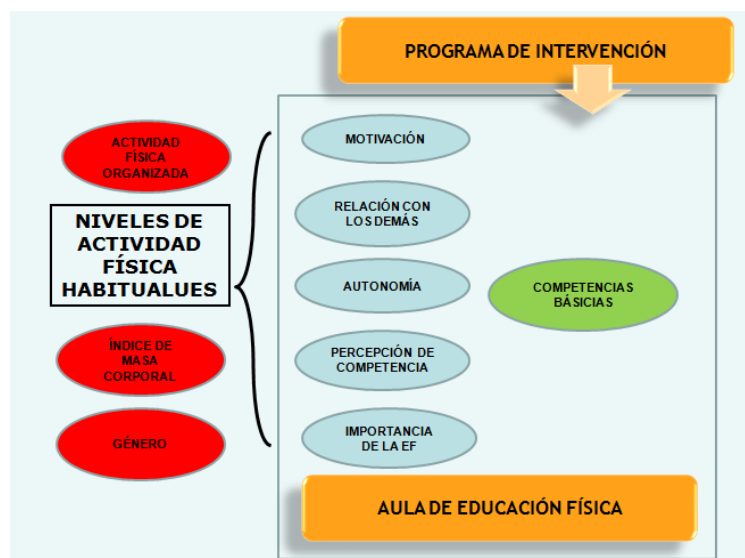
Documento 1

Sesión 1. 2 de febrero de 2011

## Fases de la investigación educativa en el IES Sierra de Guara.



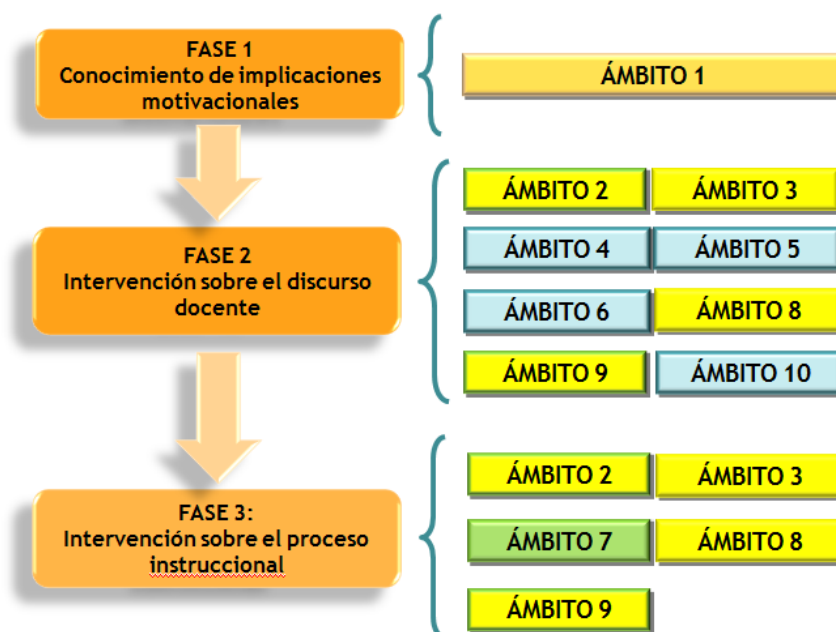
FASES	FASE 0. Evaluación inicial	FASE 1. Conocimiento de las teorías	FASE 2. Discurso docente	FASE 3. Diseño del proceso instruccional.	FASE 4. Evaluación
Fechas	Enero	Febrero	Marzo	Abril-Mayo	Junio
Estrategias formativas para el profesorado	Información sobre el resultado de la medición de las variables de estudio.	2 sesiones de trabajo de 2 horas explicando las teorías y su relación con las competencias básicas.	3 sesiones de trabajo incidiendo sobre el discurso verbal. Visualización de sesiones de clase.	6 sesiones de trabajo incidiendo sobre el proceso instruccional. Trabajo de elaboración de materiales curriculares para las unidades didácticas abordadas.	Información sobre el resultado de la medición de las variables de estudio y comprobación de la eficacia del programa de intervención. Entrevista.



**Figura 1.** Ámbitos de la intervención didáctica y estrategias básicas en el área de educación física para una implicación óptima motivación del alumnado.

Ámbito de la intervención didáctica.		Estrategias básicas en el área de Educación Física.
1	Estrategias para transmisión de climas motivacionales tarea y el desarrollo de la motivación autodeterminada del practicante.	- Conocer las teorías motivaciones y de las implicaciones para el alumnado, a partir de la actuación del docente de Educación Física.
2	Estrategias para el diseño de las tareas.	- Informar sobre los objetivos a conseguir a diferentes niveles. - Diseñar prácticas variadas en el programa de enseñanza. - Diseñar sesiones basadas en la variedad. - Diseñar tareas orientadas al proceso. - Diseñar tareas que promuevan el reto. - Estructurar la información en las sesiones.
3	Estrategias para desarrollar la percepción de competencia motriz.	- Focalizar la información en los elementos controlables por el alumnado. Reglas de acción y la implicación cognitiva. - Establecer diferentes niveles de práctica. - Mejorar el nivel a través del aprendizaje.
4	Estrategias para desarrollar las competencias emocionales.	- Desarrollar una conciencia emocional. - Fomentar la regulación emocional. - Impulsar la autonomía emocional. - Estimular la competencia social. - Promover habilidades para la vida y el bienestar.
5	Estrategias para fomentar la implicación participativa del alumnado.	- Implicar a los participantes en los estilos de liderazgo. - Dar posibilidad de elección en las actividades. - Implicar a los participantes en las decisiones. - Ayudar a los participantes a utilizar técnicas de auto-control y auto-dirección. - Combinar diferentes modelos disciplinarios durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.
6	Estrategias para promover el reconocimiento en el practicante.	- Reconocer el progreso individual y de la mejora. (atención, perseverancia, etc.) - Utilizar recompensas antes que castigos. - Centrarse en el auto-valor de cada participante. - Asegurar las mismas oportunidades para la obtención de recompensas.
7	Estrategias organizativas del grupo de practicantes.	- Posibilitar diferentes formas de agrupamiento. - Hacer agrupaciones flexibles y heterogéneas. - Asumir diferentes roles de trabajo.
8	Estrategias de evaluación centradas en el proceso.	- Utilizar criterios relativos al progreso personal y al dominio de la tarea. - Diseñar evaluaciones diagnósticas que permitan al alumnado establecer necesidades de aprendizaje concretas. - Implicar al participante en su evaluación. - Utilizar evaluaciones privadas y significativas.
9	Estrategias para el aprovechamiento del tiempo de práctica.	- Establecer reglas y rutinas con el grupo-clase. - Posibilitar oportunidades y tiempo para el progreso. - Ayudar a los practicantes a programar la práctica. - Adaptar el tiempo de práctica según la edad y las características de los participantes.
10	Estrategias para generar responsabilidad, relaciones y ayudas entre los participantes.	- Fomentar las relaciones sociales entre los participantes. - Desarrollar la responsabilidad social. - Reforzar la búsqueda de ayuda. - Cuidar los mensajes hacia el grupo.

Figura 2. Fases del proceso formativo para integrar los ámbitos de la intervención didáctica.



En la figura 2 hemos establecido esa distinción por ámbitos de intervención didáctica. Evidentemente la **fase 1** del trabajo estaría destinada al ámbito 1. La **fase 2** donde se focaliza la atención sobre el discurso docente, estaría relacionada con los ámbitos 4, 5, 6 y 10 (en azul) y 2, 3, 8 y 9 (en amarillo); Por último la **fase 3** relacionada con la intervención sobre el proceso instruccional, estaría relacionada con el ámbito 7 (en verde) y 2, 3, 8 y 9 (en amarillo). Los ámbitos 2, 3, 8 y 9 (en amarillo) comparten estrategias vinculadas a una y otra fase.

Para dejar claro a qué fase pertenece cada estrategia, hemos elaborado la figura 4 para concretar su correcta ubicación, donde F2 hace referencia a las estrategias vinculadas al discurso docente y F3 a las relacionadas con el diseño de tareas. (Ver figura 3).

La conclusión que se establece con los contenidos de la investigación, es que debemos de tener claro que para influenciar en los aspectos motivacionales de nuestro alumnado, hay que poner el acento en tres aspectos. El primero en el **conocimiento de las teorías** que nos dan una explicación de cómo se producen los **procesos motivacionales** en el aula de educación física. El segundo en la importancia que tienen los aspectos derivados del **discurso docente** para influenciar en implicación motivacional óptima. Y el tercero y que necesita más tiempo para conseguir efectos positivos y evidentes, es la importancia del **buen diseño del proceso instruccional**.

**Figura 3.** Ámbitos de la intervención didáctica, estrategias básicas en el área de educación física y su vinculación con las fases de trabajo (I)

Ámbito de la intervención didáctica.		Estrategias básicas en el área de Educación Física.	Fase
2	Estrategias para el diseño de las tareas.	- Informar sobre los objetivos a conseguir a diferentes niveles.	F2
		- Diseñar prácticas variadas en el programa de enseñanza. - Diseñar sesiones basadas en la variedad.	F3
		- Diseñar tareas orientadas al proceso.	F2
		- Diseñar tareas que promuevan el reto.	F3
		- Estructurar la información en las sesiones.	F2
3	Estrategias para desarrollar la percepción de competencia motriz.	- Focalizar la información en los elementos controlables por el alumnado. Reglas de acción y la implicación cognitiva.	F2
		- Establecer diferentes niveles de práctica.	F3
		- Mejorar el nivel a través del aprendizaje.	F2
4	Estrategias para desarrollar las competencias emocionales.	- Desarrollar una conciencia emocional. - Fomentar la regulación emocional. - Impulsar la autonomía emocional. - Estimular la competencia social. - Promover habilidades para la vida y el bienestar.	F2
5	Estrategias para fomentar la implicación participativa del alumnado.	- Implicar a los participantes en los estilos de liderazgo. - Dar posibilidad de elección en las actividades. - Implicar a los participantes en las decisiones. - Ayudar a los participantes a utilizar técnicas de auto-control y auto-dirección. - Combinar diferentes modelos disciplinarios durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.	F2



**Figura 3.** Ámbitos de la intervención didáctica, estrategias básicas en el área de educación física y su vinculación con las fases de trabajo (II)

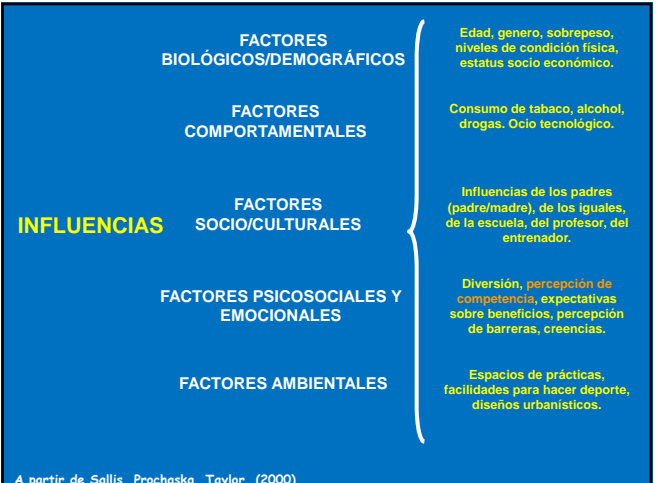
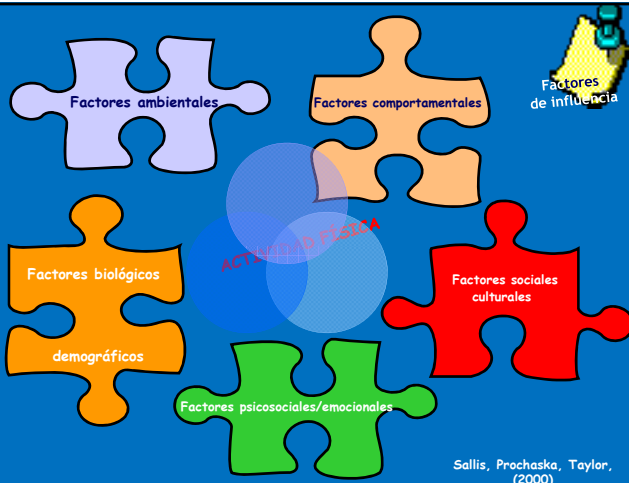
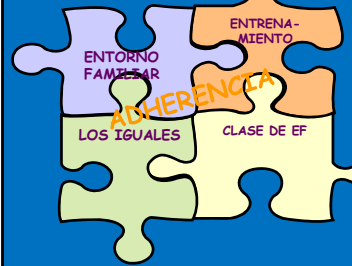
Ámbito de la intervención didáctica.		Estrategias básicas en el área de Educación Física.	Fase
6	Estrategias para promover el reconocimiento en el practicante.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocer el progreso individual y de la mejora. (atención, perseverancia, etc.)</li> <li>- Utilizar recompensas antes que castigos.</li> <li>- Centrarse en el auto-valor de cada participante.</li> <li>- Asegurar las mismas oportunidades para la obtención de recompensas.</li> </ul>	F2
7	Estrategias organizativas del grupo de practicantes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posibilitar diferentes formas de agrupamiento.</li> <li>- Hacer agrupaciones flexibles y heterogéneas.</li> <li>- Asumir diferentes roles de trabajo.</li> </ul>	F3
8	Estrategias de evaluación centradas en el proceso.	- Utilizar criterios relativos al progreso personal y al dominio de la tarea.	F2
		- Diseñar evaluaciones diagnósticas que permitan al alumnado establecer necesidades de aprendizaje concretas.	F3
		- Implicar al participante en su evaluación.	F3
		- Utilizar evaluaciones privadas y significativas.	F2
9	Estrategias para el aprovechamiento del tiempo de práctica.	- Establecer reglas y rutinas con el grupo-clase.	F2
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posibilitar oportunidades y tiempo para el progreso.</li> <li>- Ayudar a los practicantes a programar la práctica.</li> <li>- Adaptar el tiempo de práctica según la edad y las características de los participantes.</li> </ul>	F3
10	Estrategias para generar responsabilidad, relaciones y ayudas entre los participantes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar las relaciones sociales entre los participantes.</li> <li>- Desarrollar la responsabilidad social.</li> <li>- Reforzar la búsqueda de ayuda.</li> <li>- Cuidar los mensajes hacia el grupo.</li> </ul>	F2

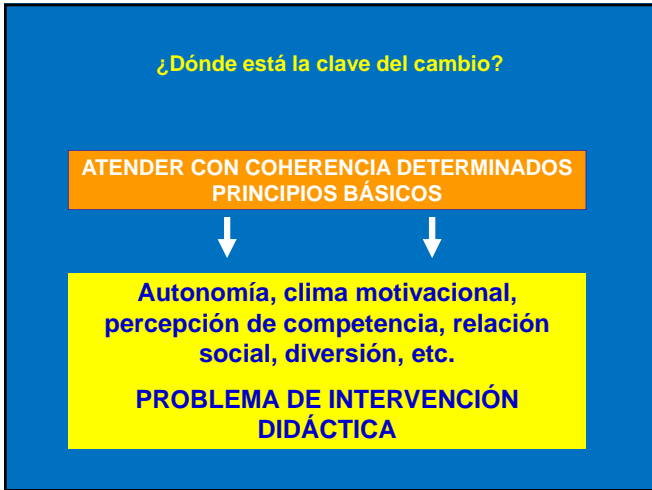
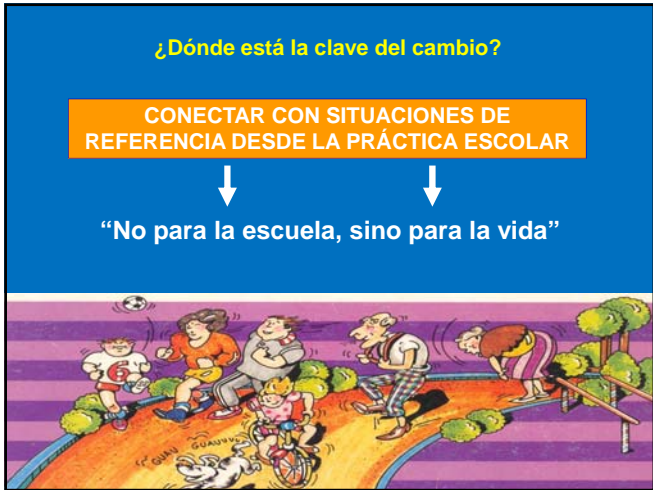
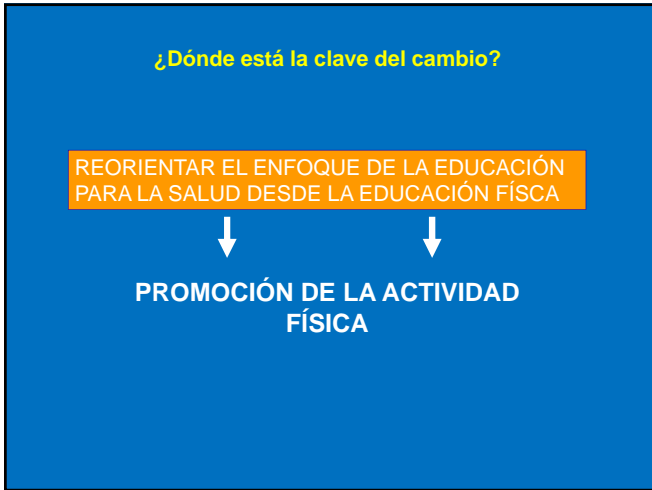
ANEXO 2  
PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

**IES SIERRA DE GUARA  
FEBRERO-MAYO DE 2011**

Implicaciones y apreciaciones acerca de la motivación en el aula de Educación Física.

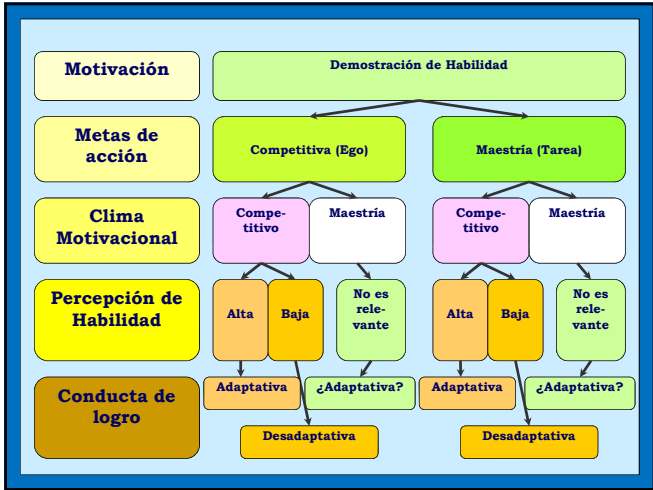
**LA  
EXPERIENCIA  
VIVIDA**





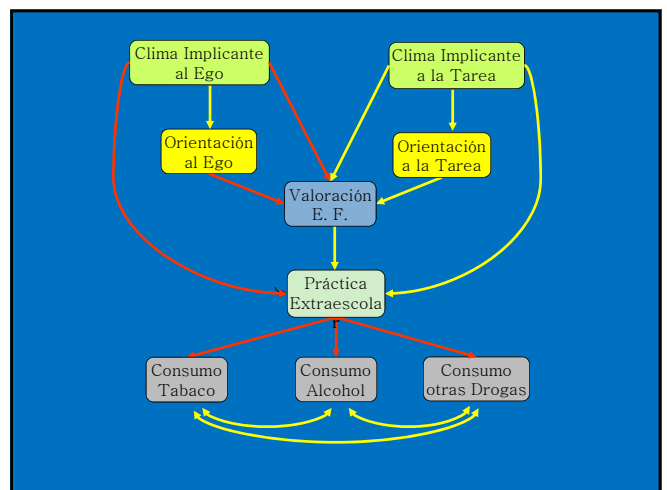
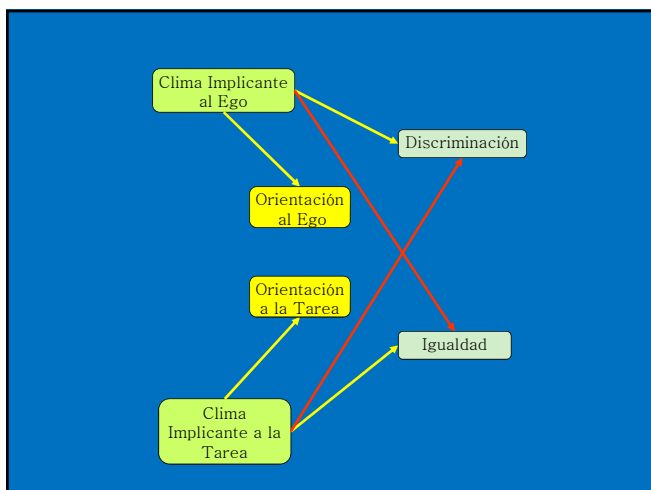
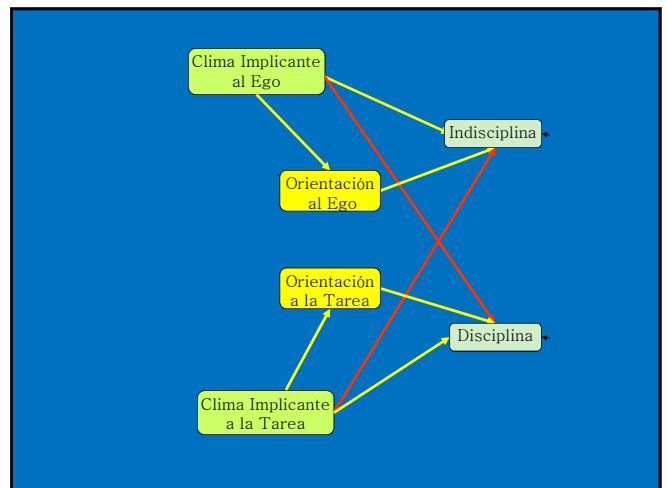
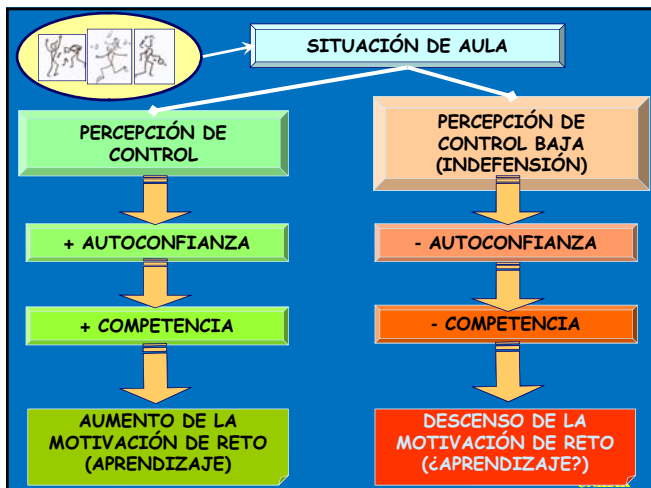
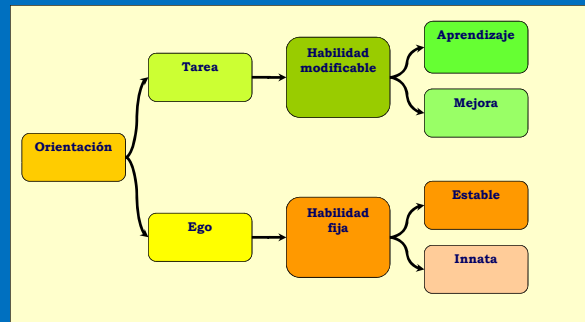
	UNIDAD 1.1	UNIDAD 2.1	UNIDAD 3.1	UNIDAD 4.1	UNIDAD 5.1	UNIDAD 6.1
	UNIDAD 1.2	UNIDAD 2.2	UNIDAD 3.2	UNIDAD 4.2	UNIDAD 5.2	UNIDAD 6.2
	UNIDAD 1.3	UNIDAD 2.3	UNIDAD 3.3	UNIDAD 4.3	UNIDAD 5.3	UNIDAD 6.3
	UNIDAD 1.4	UNIDAD 2.4	UNIDAD 3.4	UNIDAD 4.4	UNIDAD 5.4	UNIDAD 6.4
	UNIDAD 1.5	UNIDAD 2.5	UNIDAD 3.5	UNIDAD 4.5	UNIDAD 5.5	UNIDAD 6.5

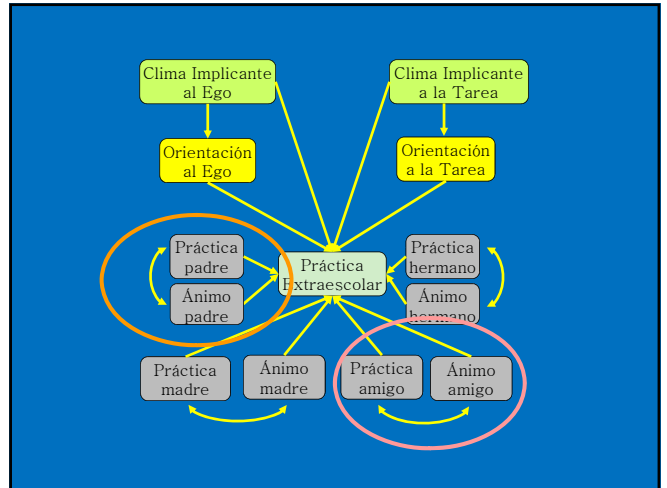
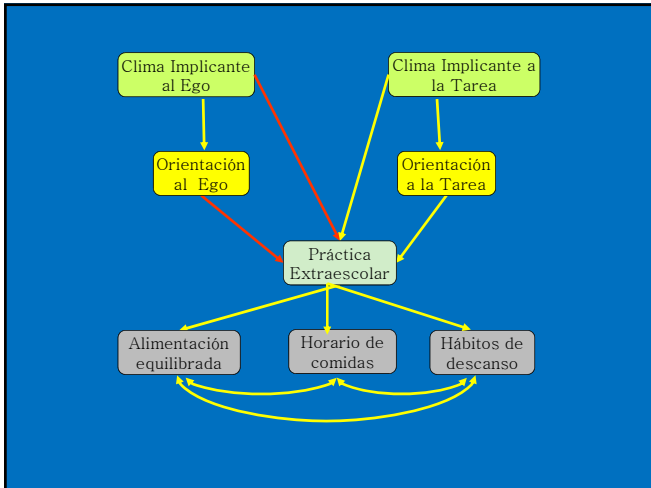
Teoría de Metas de Logro aplicada a la Educación Física.



## Proceso dinámico de la motivación. Patrones conductuales asociados.

(Cervelló, 2001)





La teoría de la autodeterminación.

**TEORÍA DE LA AUTODETERMINACIÓN**  
(Deci y Ryan, 1985, 2000, 2007)

**MACRO-TEORÍA** motivacional para la comprensión de la conducta humana.

Aproximación teórica que recientemente está siendo aplicada al ámbito de la EF para poder explicar la conducta intencionada del alumnado en las clases.

Estudiar los perfiles motivacionales y saber cómo intervenir para **MAXIMIZAR** las potencialidades del alumnado.

**Fundamento 1:**

Las personas precisan satisfacer 3 necesidades psicológicas innatas básicas (y no verlas frustradas):

1. **AUTONOMÍA**
2. **COMPETENCIA**
3. **RELACIONES SOCIALES**

**AUTONOMÍA**

Necesidad de comenzar y regular las propias acciones.

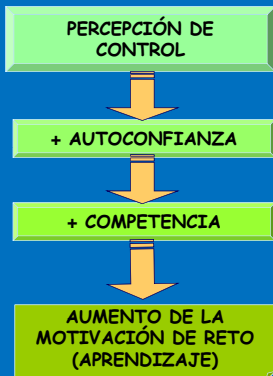
Percepción de posibilidades de elección ("Yo puedo elegir")

Hacer una situación de aprendizaje con una directrices claras, que le lleve a realizar con éxito el objetivo propuesto.

Les puedo dejar solos y el alumnado hace lo que se ha dicho en clase, que hay que hacer.

Explicar las consecuencias que tiene **NO CUMPLIR LO ESTABLECIDO**. (NO castigo, SÍ para los otros)

## COMPETENCIA



Necesidad de mostrar resultados de conductas y comprender el proceso para llegar a ellos.

("Yo puedo hacerlo")

Corrección específica (FB)

(Acción-Reflexión)

## RELACIONES SOCIALES

Necesidad de tener relaciones satisfactorias con los demás y con el orden social en general.

"Yo puedo tener éxito en el ámbito social"

"Necesito de los otros para poder realizar con éxito, las actividades que me proponen"

## MODELO JERÁRQUICO

(Vallerand, 1997, 2001)

Necesidad de estudiar la motivación en todas sus dimensiones

### NIVEL GLOBAL

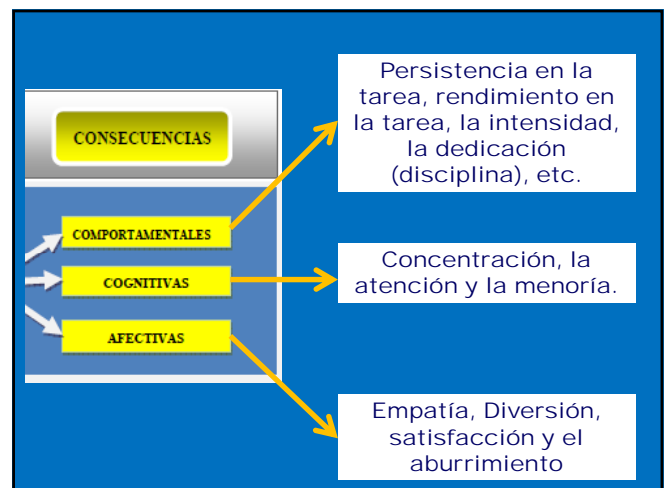
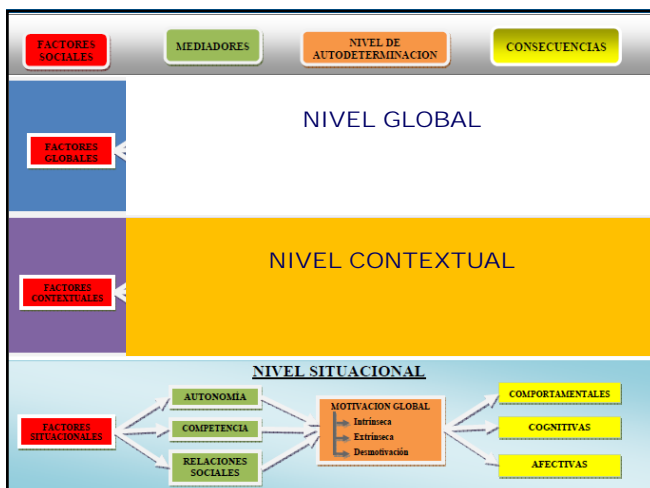
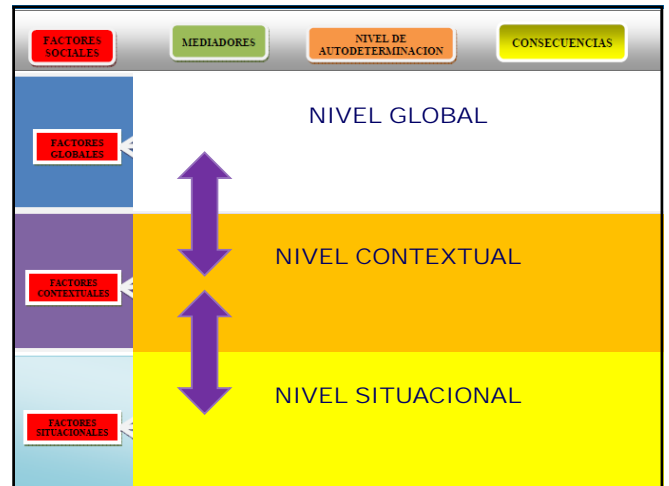
(Cómo uno se siente adoptando un estilo de vida activo. Actitudes, creencias, filosofía de vida)

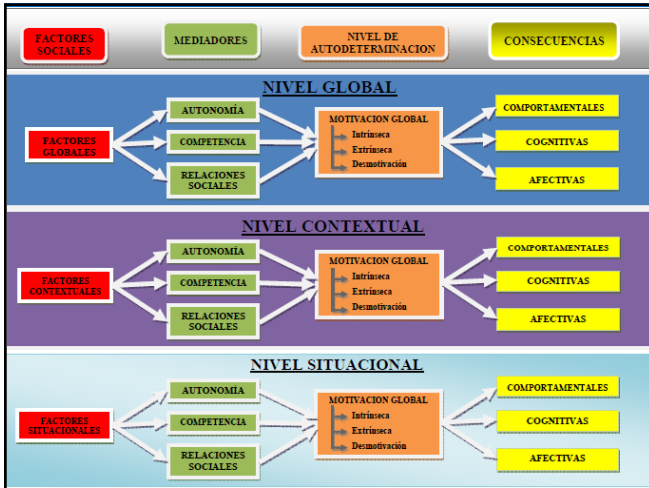
### NIVEL CONTEXTUAL

(Cómo uno se siente con relación a la EF en general)

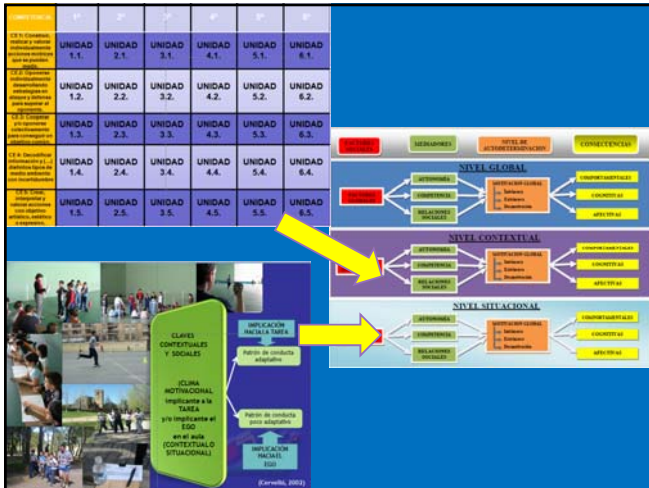
### NIVEL SITUACIONAL

(Cómo uno se siente con relación a las actividades de una U.D. en las que está implicado/a en ese momento)





¿QUÉ RELACIÓN TIENEN AMBAS TEORÍAS?



¿QUÉ ESTRATEGÍAS PODEMOS APLICAR Y CÓMO INTEGRARLAS EN NUESTRO ESTILO DOCENTE?

DESCRIPTORES DE LAS ÁREAS	ESTRATEGÍAS
TAREA	✓ VARIEDAD Y RETO ✓ OBJETIVOS A CORTO PLAZO
AUTORIDAD	✓ IMPLICAR EN LAS DECISIONES ✓ TÉCNICAS DE AUTODIRECCIÓN
RECONOCIMIENTO	✓ PROGRESO Y MEJORA INDIVIDUAL ✓ ASEGURAR LAS MISMAS OPORTUNIDADES PARA RECOMPENSAS
AGRUPACIÓN	✓ FLEXIBLE Y HETEROGÉNEA ✓ MÚLTIPLES FORMAS
EVALUACIÓN	✓ PROGRESO PERSONAL Y DOMINIO DE LA TAREA ✓ AUTOEVALUACIÓN ✓ PRIVADA Y SIGNIFICATIVA
TIEMPO	✓ POSIBILITAR OPORTUNIDADES Y TIEMPO PARA PROGRESAR ✓ ESTABLECER TRABAJO Y PROGRAMACIÓN PRÁCTICA





## ANEXO 3

Unidad didáctica confeccionada

**U.D: “TU CUERPO HABLA”**

SESIONES	1	2	3	4	5	6-7	8
CONTENIDO	CUERPO	OBJETOS	ESPACIO	TIEMPO	RELACIONES	PREPARACIÓN	PRODUCCIÓN
DIMENSIÓN VIVENCIAL	Tensión/ relajación Partes corporales Sensaciones	Texturas-ropa, olores	Descubrimiento sensorial del espacio Kinesfera, ejes, dimensiones	Ritmo personal Ritmos corporales	Mirada del otro Responsabilidad Confianza	Sensación de pertenencia Aportaciones	Satisfacción Nerviosismo
COMUNICACIÓN NO VERBAL	Calidades del movimiento Signos y emblemas		Distancias Distribuciones	Turnos en el diálogo no verbal Contrastes rápido/lento	Significado de los contactos Diálogos no verbales	Con los miembros de su grupo Con el público	Con los miembros de su grupo Con el público
DIMENSIÓN ESCÉNICA	Personajes Cuerpos imaginarios	Significados Utilidades transformaciones	Espacios imaginarios composiciones	Composiciones: simultáneas, alternas, consecutivas ...	Marionetas	Composición*	Composición valoración

\*Composición: Grupos de 4-6 personas/ 4 fotogramas a partir de una situación inicial propuesta/ hilo conductor: silla-s/

ANEXO 4  
FICHA DE EVALUACIÓN

## FICHA DE CALIFICACIÓN UNIDAD DE DANZA CREATIVA

Grupo de observadores:

Grupo observado:

ELEMENTOS	Tacha lo que proceda									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Participación	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Siempre los mismos intervienen					todos participan con intención				
Ajuste del tiempo pactado (entre 2' y 2'30")	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	No se ajustan al tiempo					se ajustan al tiempo				
Ajuste de la danza al ritmo de la música	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Muy poca relación			Relación buena en ocasiones				Mucha relación		
Uso del espacio (trayectorias, alturas, giros, saltos...)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Muy fácil		fácil		normal		difícil		Muy difícil	
Espacio escénico	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Dan la espalda y sin continuidad				No dan la espalda pero es poco continuo o al revés			Siempre de cara público y muy continuo		
Uso del cuerpo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Se les ve muy cortados					se les ve muy sueltos				
Utilización de las relaciones	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	No ayudan a transmitir la historia, emociones...						Si ayudan a transmitir la historia, emociones			

- Debes ser responsable a la hora de calificar a tus compañeros / as, ya que han tenido las mismas dificultades que tú y han dedicado tiempo y esfuerzo. Recuerda que no eres un público normal sino que eres un **COREOGRAFO - PÚBLICO EXPERTO**.
- La nota debe ser consensuada por todo el grupo. Es responsabilidad de todos.