



INVESTIGACIÓN PARA LA MEJORA DE LAS PRÁCTICAS EDUCATIVAS DESDE UNA PERSPECTIVA HOLÍSTICA

BLANCA BERRAL ORTIZ
JOSÉ ANTONIO MARTÍNEZ DOMINGO
CARMEN ROCÍO FERNÁNDEZ FERNÁNDEZ
JUAN JOSÉ VICTORIA MALDONADO



Centro de Estudios Andaluces
Consejería de la Presidencia, Interior,
Diálogo Social y Simplificación Administrativa



INVESTIGACIÓN PARA LA MEJORA DE LAS PRÁCTICAS EDUCATIVAS DESDE UNA PERSPECTIVA HOLÍSTICA

Blanca Berral Ortiz

José Antonio Martínez Domingo

Carmen Rocío Fernández Fernández

Juan José Victoria Maldonado

A stylized logo for 'Dykinson, S.L.' featuring a circular emblem on the left and the company name in a script font on the right.

Todos los derechos reservados. Ni la totalidad ni parte de este libro, incluido el diseño de la cubierta, puede reproducirse o transmitirse por ningún procedimiento electrónico o mecánico.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47)

© Copyright by
Los autores
Madrid, 2024
Editorial DYKINSON, S.L. Meléndez Valdés, 61 - 28015 Madrid
Teléfono (+34) 91 544 28 46 - (+34) 91 544 28 69
e-mail: info@dykinson.com
<http://www.dykinson.es>
<http://www.dykinson.com>
Consejo Editorial véase www.dykinson.com/quienessomos

Los editores del libro no se hacen responsables de las afirmaciones ni opiniones vertidas por los autores del mismo. La responsabilidad de la autoría corresponde a cada autor, siendo responsable de los contenidos y opiniones expresadas.

El contenido de este libro ha sido sometido a un proceso de revisión y evaluación por pares ciegos y pertenece a la colección de Investigación e Innovación Educativa.

Cofinanciado con fondos públicos, mediante convocatoria en concurrencia competitiva del Centro de Estudios Sociales Andaluces (CENTRA) vinculado a informes de investigación y transferencia investigadora de distintos proyectos.

ISBN: 978-84-1070-507-4



205. La Toma de decisiones. LA IDENTIDAD de carrera A TRAVÉS DEL MODELO CCP	
Ana Fernández-García, María Fe Sánchez-García, Magdalena Suárez-Ortega y Carolina Romero-García	2483
206. EPISTEMOLOGÍA NECESARIA PARA ENSEÑAR A INVESTIGAR EN EDUCACIÓN. UNA PROPUESTA DOCENTE	
Emelina López-González y Cristian Molla Esparza	2493
207. LA TOMA DE DECISIONES. IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES DE DESARROLLO PROFESIONAL Y PERSONAL A TRAVÉS DEL MODELO CCP	
Ana Fernández-García, María Fe Sánchez-García, Magdalena Suárez-Ortega y María Inés García-Ripa	2507
208. HERRAMIENTAS DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL PARA ALUMNADO CON NEAE	
Alba Ginés Mendoza, José Miguel Delgado García, María de los Ángeles Domínguez-González y Manuel Reina-Parrado	2519
209. ECONOMÍA PARA NO ECONOMISTAS: APRENDIZAJE POR PROYECTOS VINCULADO A REDES SOCIALES	
David Trillo, Nuria Alonso, Lucía Vicent y Iván Ayala	2533
210. APLICACIÓN DE DEPORTES ALTERNATIVOS DESDE EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA PARA LA MEJORA DE LA COMPETENCIA MOTRIZ	
Eduardo Melguizo Ibáñez, José Manuel Alonso Vargas, Rafael Caracuel Cáliz y Pilar Puertas Molero	2543
211. TECNOPEDAGOGÍA EN LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DE APRENDIZAJES DIFERENCIADOS	
Carlos Guadalupe González-Cardona y Angélica Vences-Esparza	2553
212. PATRONES Y TIPOLOGÍA DE OCIO EN FUNCIÓN DE LA EDAD	
Laura Ruiz Soriano	2565
213. LA BANDA SONORA DE NUESTRA VIDA: EL POP Y EL REGUETÓN COMO PUNTO DE PARTIDA PARA EDUCAR EN VALORES	
Inmaculada Boyero Gálvez	2577
214. RESEÑAS DE LITERATURA INFANTIL Y JUVENIL EN PODCASTS Y LA RED X: UNA EXPERIENCIA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA EN LA FORMACIÓN DE FUTUROS DOCENTES	
Nuria Anaya Reig, Vicente Calvo Fernández, Antonio Huertas Morales y Tania Martos Arrojo	2589
215. IMPLEMENTACIÓN DEL PORTAFOLIO COMO INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN AUTÉNTICA EN LAS CIENCIAS QUÍMICAS.	
Carolina Muñoz Martínez, Daniela Gutiérrez Toledo y Héctor Mellado López	2601
216. PROMOVENDO LA LECTURA: WATTPAD, BIOLOGÍA Y LITERATURA	
Fabiana Méndez Hernández y Gabriela Lais Puppi.....	2613
217. POTENCIAL DEL MICROVIDEO EDUCATIVO EN LA EDUCACIÓN EN CONTEXTOS NO FORMALES	
Adriana Arango Correa y Holmes Rodríguez Espinosa	2623
218. MEDIACIÓN PEDAGÓGICA PARA ACREDITAR EDUCACIÓN MEDIA BÁSICA: PERCEPCIONES Y REFLEXIONES	
Lorena Cousillas, Alicia Dambrauskas, Marcelo Morales y Laura Ruiz	2633

219. EXPLORACIÓN DEL MERCADO LABORAL DE LA TRADUCCIÓN CIENTÍFICO-TÉCNICA: ENTREVISTAS A PROFESIONALES DEL SECTOR	
María del Mar Martínez-Rosa, Dmytro Daniuk y Juan Rojas-García	2647
220. Estudio de habilidades digitales de quienes no acreditan ciclo básico en Uruguay	
Lorena Cousillas, Marcelo Morales, Leonel Rivero y Laura Ruiz	2659
221. EL POTENCIAL EDUCATIVO DE LA NATURALEZA: TURISMO ACTIVO COMO MOTOR DE LA MOTIVACIÓN Y EL APRENDIZAJE	
Rosa Ayuso Moreno, Iván Ramírez Bravo, Rut Lozano Gironda y Ana Rubio Morales .	2673
222. el aula como escuela de vida.Cine, holocausto E INTEGRACIÓN	
Igor Barrenetxea Marañón	2687
223. OPTIMIZANDO EL RENDIMIENTO ACADÉMICO: EXPLORANDO LA INTERCONEXIÓN ENTRE DESCANSOS ACTIVOS Y HABILIDADES COGNITIVAS EN ENTORNOS EDUCATIVOS	
Rafael Francisco Caracuel Cáliz, Pilar Puerta Molero, Eduardo Melguizo Ibáñez y José Manuel Alonso Vargas.....	2701
224. SOSTENIBILIDAD CON PERSPECTIVA DE GÉNERO EN EDUCACIÓN PRIMARIA: UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA	
Carmen María Caeiro Rodríguez y Sara Piñeiro Lago	2713
225. EL APRENDIZAJE BASADO EN JUEGOS EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA	
Pablo Ramírez Espejo, Teresa Martínez Redecillas, Manuel J. De la Torre Cruz y Sara Suarez Manzano	2729
226. NUEVAS ESTRUCTURAS FAMILIARES Y ESTILOS EDUCATIVOS en PERSPECTIVA HISTÓRICA	
Laura Sánchez Blanco	2737
227. STIMULATING PROFESSIONAL AND PERSONAL DEVELOPMENT OF TEACHER EDUCATION STUDENTS THROUGH DIGITALLY SUPPORTED INTERNATIONAL MOBILITY: ONLINE PORTFOLIO WORK USING LAIK	
Peter Grüttner, Elena Reichelt y Norman Sträßer	2745
228. CARACTERÍSTICAS Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL PROFESOR DE HISTORIA EN EDUCACIÓN PRIMARIA	
Leticia Galán Melero, Rocío Jiménez-Palacios y José María Cuenca-López	2759
229. IMPACTO DE UN PROGRAMA DE FORMACIÓN DEPORTIVA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL EN LA CALIDAD DE VIDA	
Elena Pérez-Calzado, Evelia Franco, Adolfo Rocuant y Carmen Ocete	2769
230. PERSPECTIVA DE LOS ODS Y SU IMPACTO EN CONTEXTOS EDUCATIVOS	
José Carlos Anillo de la Torre, Fortes Rivero, Antonio, Inmaculada Gómez Jaranay y María de la Paz Pozo Muñoz	2781
231. APOYO PSICOEDUCATIVO Y SEGUIMIENTO EN EL TRATAMIENTO DE ALUMNOS CON CONDUCTAS AUTOLESIVAS EN SECUNDARIA	
Luisa María Cervantes Duarte	2795
232. CENTROS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD: PROCESOS DE ACOMPAÑAMIENTO EN LA EDUCACIÓN TERCIARIA	
Andrea Figueroa-Vargas y Marco Antonio Gutiérrez-Berzosa	2805
233. ¿Cómo ES EL PROFESORADO DE LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA EN ARAGÓN?: EXPLORACIÓN DE SU PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO	
Lucía Hernández-Heras, Diana Muela-Bermejo y Rosa Tabernero-Sala	2817

OPTIMIZANDO EL RENDIMIENTO ACADÉMICO: EXPLORANDO LA INTERCONEXIÓN ENTRE DESCANSOS ACTIVOS Y HABILIDADES COGNITIVAS EN ENTORNOS EDUCATIVOS

Rafael Francisco Caracuel Cáliz¹

Pilar Puerta Molero²

Eduardo Melguizo Ibáñez²

José Manuel Alonso Vargas²

1. INTRODUCCIÓN

En las últimas dos décadas, se han propuesto diversas estrategias para incorporar la actividad física en el plan de estudios, inspiradas en programas de intervención de actividad física diseñados para mejorar la salud física y cognitiva (Daly-Smith et al., 2018). Dos enfoques notables incluyen las clases físicamente activas y los descansos activos. En este contexto, se examina específicamente la táctica de los descansos activos, que implica intervalos breves de actividad física estructurada dentro del entorno de la clase. Estas actividades pueden relacionarse con los contenidos curriculares o actuar como pausas en el proceso de aprendizaje.

A pesar de que investigaciones previas han revelado los posibles efectos perjudiciales de la falta de actividad física en la salud a lo largo de la vida, los estudiantes universitarios suelen adoptar un estilo de vida sedentario. En la educación superior, los estudiantes dedican la mayor parte del día a estar sentados, aproximadamente 8 horas, debido a las demandas académicas y el entorno universitario. En este escenario, los descansos activos en el aula surgen como una

¹ Universidad Internacional de La Rioja – Universidad Internacional de Valencia

² Universidad de Granada