



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Grado en Maestro en Educación Primaria

**La brecha de género en Educación Física
en Educación Primaria.**

Trabajo fin de estudio presentado por:	Miguel Fco. Robles Palomo
Tipo de trabajo:	Programación Didáctica de Aula
Área:	Educación física en Primaria
Director/a:	JOEL MANUEL PRIETO ANDREU
Fecha:	28/06/2024

Resumen

Viviendo en una sociedad que aun discrimina por género, que este hecho afecte a la práctica deportiva y la actividad física de las niñas y mujeres es evidente, siendo un problema que hay que abordar desde los primeros años de formación. Podemos constatar que aún hay una brecha de género en la Educación Física en el ámbito educativo y desde este trabajo pretendo arrojar algo de luz sobre los motivos que pueden estar fomentándola y cómo podemos actuar para reducirla o eliminarla. Cuestiones como la motivación, la adaptación de las actividades, conocer las inquietudes de los alumnos, así como realizar una serie de modificaciones al vocabulario, los recursos y a la diversidad de propuestas didácticas, se antojan fundamentales para nuestro objetivo. Debemos fomentar la práctica deportiva, la educación en las cualidades físicas y la percepción y concepción del propio cuerpo, pero teniendo en cuenta todas las peculiaridades de nuestros alumnos, promoviendo la diversidad, el respeto y la comprensión de la diferencia y empezar a preparar desde la primaria a nuestros alumnos para ser ciudadanos activos e inclusivos, sin importar su género. En definitiva, tenemos que conseguir que la coeducación esté siempre presente y que sea una práctica consolidada y de futuro.

Palabras clave: genero, igualdad, coeducación, actividad física

Agradecimientos

A mi mujer, por apoyarme en estos años de trabajo y estudios buscando un futuro mejor para todos, llevando ella sola la casa y los niños para delante, mientras yo ocupaba las pocas horas libres que me quedaban en estudiar y hacer tareas y proyectos.

A mis hijos por entender que papá tiene que estudiar y no puede quedarse jugando o viendo la tele junto a ellos.

A mis amigos y compañeros por entender mi ausencia y perderme los planes que quieren hacer conmigo.

Y por último a mis tutores, tanto del curso como en este TFG, han conseguido que todo sea un poco más fácil y llevadero.

Índice de contenidos

1.	Introducción	8
2.	Objetivos del trabajo	9
3.	Marco Teórico	10
3.1.	Brecha de género en la Educación.	10
3.2.	Percepción de género y actividad física.	12
3.3.	Estrategias coeducativas en Educación Física.	16
4.	Contextualización	20
4.1.	Características del entorno.....	20
4.2.	Descripción del centro.....	21
4.3.	Características del alumnado	21
5.	Propuesta de programación didáctica de aula.	21
5.1.	Título.....	22
5.2.	Fundamentación legislativa curricular	22
5.3.	Destinatarios.....	22
5.4.	Objetivos didácticos	22
5.5.	Saberes básicos.....	23
5.6.	Competencias clave y competencias específicas	24
5.7.	Metodología	25
5.8.	Temporalización	26
5.9.	Sesiones y/o actividades.....	27
5.10.	Organización de espacios de aprendizaje	33
5.11.	Recursos humanos y materiales.....	33
5.12.	Medidas de atención a la diversidad e inclusión.....	34
5.13.	Sistema de Evaluación	34

5.14. Criterios de evaluación	35
5.14.2. Instrumentos de evaluación.....	37
6. Conclusiones.....	38
7. Consideraciones finales.....	39
8. Referencias Bibliográficas	40
9. Anexo.....	43

Índice de figuras

Figura 1. Pirámide de Maslow	16
Figura 2. Saberes básicos. elaboración propia	23
Figura 3. Temporalización	26
Figura 4. SdA 1	27
Figura 5. SdA 2	28
Figura 6. SdA 3	29
Figura 7. SdA 4	30
Figura 8. SdA 5	32

Índice de tablas

Tabla 1. Criterios de evaluación	35
Tabla 2. Instrumentos de evaluación y evidencias.....	37

1. Introducción

Con el presente trabajo, pretendemos analizar y proponer diferentes actuaciones y actividades coeducativas para disminuir la brecha de género en la Educación Física escolar y fomentar que nuestros alumnos y alumnas sean activos en su día a día y en su vida adulta.

Desde hace un tiempo, tras la experiencia en diferentes ámbitos de la docencia en centros privados de educación, he podido apreciar que las niñas presentan desde edades muy tempranas, un grado de desinterés y falta de motivación muy alto hacia la actividad física, incluso en los primeros cursos de primaria, donde el juego es un motor fundamental de clase y las actividades tienen un sentido lúdico y participativo.

Además, conforme vamos avanzando en los cursos, se va incrementando esta situación, hasta el punto de que, en la educación secundaria, la gran mayoría de alumnas dejan de hacer cualquier tipo de deporte, lo que se traduce en el aula de educación física en numerosos problemas, llegando a generar rechazo y frustración.

Los motivos pueden ser muy diversos; antecedentes familiares, ejemplos negativos de su entorno familiar y social, redes y medios de comunicación; pero también concepciones erróneas por parte del profesorado y los propios compañeros de género masculino, así como de las adaptaciones curriculares y de las propias emociones y motivaciones personales.

Con el presente trabajo, queremos presentar como las diferentes situaciones de aprendizaje, metodologías y concepciones coeducativas utilizadas fomentarán la enseñanza igualitaria y completa, sin diferenciar por género. Integraremos el ritmo, expresión corporal y la música en clase, como parte importante de las sesiones y ejercicios. Algunas de las técnicas activas como el Aula Invertida y Gamificación apoyarán nuestro trabajo, además la inclusión de deportes colectivos y alternativos, con un gran componente de equipo y de igualdad de funciones para todos, ayudarán a consolidar esta programación.

2. Objetivos del trabajo

- **Objetivo Principal.** Diseñar 5 propuestas de Situaciones de Aprendizaje (SdA) coeducativas e integradoras para cualquier género en Educación Física en Primaria.
- **Objetivos Específicos**
- 1.Exponer los factores y condiciones que fomentan la brecha de género en Educación Primaria.
- 2.Analizar las propuestas curriculares y coeducativas en la actividad física escolar.
- 3.Definir actuaciones para modificar las concepciones erróneas y reducir la brecha de género.
- 4.Presentar 16 sesiones, repartidas en 5 situaciones de Aprendizaje diferentes, adaptadas a criterios coeducativos, que resulten más interesantes y diversos para todos los géneros.

3. Marco Teórico

El presente trabajo tiene como objetivo tratar la coeducación y la brecha de género en la Educación Física y diseñar una programación didáctica donde se trabajen estas cuestiones fomentando la inclusión, sin importar el género o las cualidades físicas.

3.1. Brecha de género en la Educación.

Como se argumenta en el trabajo de Piedra y otros (2014), en materia de leyes, el gobierno, en estos años ha lanzado diferentes propuestas, como la registrada en el BOE nº 71 del 3/2007, con relación a la igualdad de oportunidades. Siendo la más destacada la Ley de Igualdad Efectiva entre Hombres y Mujeres. Cómo es obvio, la educación es uno de los puntos que la forman. Defendiendo que la igualdad ha de estar presente en los centros educativos, borrando estereotipos, incentivando que las mujeres sean partícipes y que el principio fundamental que es la igualdad esté más presente en proyectos y su difusión.

Uno de los puntos fundamentales en la ley española desde 2006 hace referencia a la **igualdad**, el cual busca fomentar en nuestro entorno escolar la coeducación, modificando el currículum para incluir la igualdad como tema de estudio.

Las leyes de los últimos años están incentivando diferentes actuaciones y su desarrollo, ya que la formación en igualdad es una circunstancia de suma importancia, creemos que no se está implementando ni dando la importancia necesaria en el ámbito educativo, ya que la propia formación previa y continua del profesorado, así como del propio currículo escolar, requieren de actuaciones más directas y profundas de las presentes en la actualidad.

3.1.1 Brecha de género en la sociedad. Conceptos clave

Los avances de las últimas décadas en el reconocimiento del género como una construcción social han subrayado la importancia de la sociedad, en lugar de las diferencias biológicas, para desarrollar una visión más crítica y adecuada sobre las desigualdades de género. Tomemos algunas ideas de la teoría de "*Doing Gender*". Esta teoría, desarrollada por West y Zimmerman (1987), sostiene que el género no puede ser comprendido como un conjunto de características ni como una variable o atributo personal, sino que surge de interacciones

sociales que producen el orden social de género. El género proporciona un marco para interpretar diferentes acciones y es, en última instancia, una forma de opresión y discriminación socialmente aceptada. El individuo, en sí mismo, no existe para los otros individuos; es la sociedad la que lo configura.

En la actualidad, el género se concibe desde diferentes niveles, Crawford y Chaffin (1997) nos dicen que podemos destacar como más importantes los siguientes:

·Sociocultural: afecta a los recursos, al acceso a diferentes estratos sociales y de poder, genera diferentes modelos y condiciones. Históricamente esta concepción ha diferenciado entre hombre y mujer y ha asignado una posición socialmente reconocida y admitida a cada uno, que se sigue perpetuando, aunque en diferente medida, en la actualidad. De sobra son conocidos los términos de patriarcado social y cómo afecta a la sociedad actual.

·Interactivo y de relación: en definitiva, como el género define lo que representa ser un hombre o una mujer y como se construye en las relaciones e interacciones personales de cada uno en la vida diaria. Aquí podemos destacar los roles de género, los cuales limitan la concepción y construcción en libertad de los jóvenes, ya que, abandonar la línea marcada de un cierto comportamiento o actitud socialmente aceptada para un género determinado está mal visto y es rechazado.

·Personal: terminamos por aceptar estas distinciones, tanto hombres como mujeres, reproduciendo esos modelos de rasgos, conductas y roles que se toman como norma para su sexo en su cultura de origen. En este nivel, el género se manifiesta como una faceta de la identidad personal, abarcando expectativas, intereses, fantasías, deseos, entre otros aspectos. Esta percepción subjetiva del género tiende a ser, en la práctica, una reacción casi automática a las presiones sociales, con cada persona actuando según lo que los contextos sociales patriarcales favorecen (Crawford y Chaffin, 1997).

Por lo tanto, es importante tener en cuenta que, desde la propia concepción de género, pasando por los estratos sociales, las interacciones personales y la propia conciencia personal, la cuestión de género está firmemente marcada y estructurada y que, desde nuestra labor docente, debemos trabajar para moldear y modificar estos conceptos e igualarlos en la medida de lo posible en nuestra práctica de la actividad física, reduciendo y eliminando esas barreras impostadas personal y socialmente a nuestros alumnos.

3.1.2 Antecedentes en la brecha de género en la formación del profesorado de EF

La Educación Física es una de las primeras materias que tuvo en cuenta la inclusión de la perspectiva de género en la investigación educativa, el profesor de Educación Física es parte importante y está implicado en la educación integral del alumno, trabajando para que estos alcancen la igualdad de oportunidades. El profesor de Educación Física debe trabajar para variar estas creencias, cambiar la actitud de sus alumnos y evitar la reproducción de modelos donde un género se imponga a otro, buscando la igualdad y la resistencia a perpetuar un patrón de desigualdad de género.

Es fundamental considerar que la formación de los docentes en perspectiva de género debe ser esencial y un requisito básico para su desarrollo. Un dato esclarecedor e importante es el que referencia a las diferencias en la cantidad de personas de cada género en los estudios de Grado. En el ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, un estudio conjunto realizado por las Universidades de Barcelona y del País Vasco en 2018 analizó las diferencias en el acceso a los estudios de CAFD, examinando los datos de matriculación y preinscripción desde la creación de estos estudios (1986-2016), considerando el número de chicas y chicos matriculados. Los datos revelan que, en total, se inscriben un 27% de chicas y un 73% de chicos, y logran matricularse un 30% de chicas y un 70% de chicos. Esta notable diferencia nos lleva a cuestionar si la actividad física no debería ser parte del marco de las STEAM.

3.2. Percepción de género y actividad física.

Partimos de lo expuesto por Delmoro (2022) en su tesis doctoral, donde nos muestra como en los niveles educativos superiores, a partir de los cambios hormonales de la adolescencia, los estudiantes perciben que ciertas actividades físico-deportivas están asociadas a determinados géneros. Para el género femenino en concreto, las actividades de tipo competitivo, así como más exigentes físicamente e intensas son consideradas masculinas y no muestran interés alguno en estas.

Tajfel (1981) aporta una visión importante al destacar cómo los estereotipos de género están vinculados a concepciones sociales que se reflejan en patrones de conducta y actitud hacia el deporte y la actividad física en chicos y chicas. Estos estereotipos influyen en la percepción de las habilidades físicas y en la motivación para participar en diferentes

actividades. Se ha demostrado que antes de la pubertad, no existe una diferencia hormonal, que indique variaciones significativas en el posible rendimiento físico entre niñas y niños, debido a los bajos niveles de testosterona y estrógeno presentes en el organismo.

Así, los estereotipos de género influyen en las creencias y oportunidades relacionadas con el deporte y la actividad física, perpetuando desigualdades en el ámbito escolar. Las perspectivas sociales y culturales impactan en la participación de los estudiantes en la actividad física y deportiva, manteniendo diferencias en el desarrollo y la diferenciación de género (Bussey y Bandura, 1999).

Estudios sobre los estereotipos de género en la actividad física, como los realizados por Crawford y Unger (2004), han identificado dos rasgos marcados: los **rasgos instrumentales**, asociados con la masculinidad, y los **rasgos afectivos y expresivos**, relacionados con la feminidad. Los rasgos instrumentales están vinculados con la capacidad del hombre para manipular el entorno, mientras que los rasgos afectivos se asocian con la capacidad de la mujer para dedicarse a los demás. Esta dicotomía ha llevado a la formación de estereotipos que ven al hombre como físicamente activo y a la mujer como físicamente pasiva.

3.2.1 Estereotipos de género y concepción del profesorado

El profesorado de Educación Física es responsable de educar en igualdad y trabajar para alcanzar esta igualdad, confrontando sus creencias y prejuicios en su actuación como docente.

Podemos tener en cuenta tres actitudes de los y las docentes hacia la igualdad de género:

-Actitud de bloqueo y negación, donde se mantiene esta concepción de diferenciación por género y se acepta las propuestas institucionales impuestas y aceptadas socialmente.

-Actitud adaptativa, donde se aceptan y se legitima el contexto dominante en materia de género, pero se busca adaptar y modificar las situaciones preestablecidas como norma.

-Actitud coeducativa, donde el profesorado no sigue a la imposición social y los estereotipos propuestos, no aceptando la disposición por género y practicando alternativas más coherentes.

Los profesores pueden mantener una postura en la cuestión de género que variará, según sus creencias y actitudes, entre la reproducción de modelos que se basen en lo que impera en la sociedad y la resistencia a los mismos.

En definitiva, la forma en la que los docentes abordan la cuestión del género va a influir directamente en lo que se va a ver reflejado en sus actividades y en lo que transmitirán a los discentes y por ende, en lo que ellos y ellas van a recibir y a interiorizar. Educar sin tener el sexo en cuenta sigue hoy en día suponiendo un problema y un reto para numerosos profesores de Educación Física, en especial en el género masculino. (Piedra y Otros, 2014)

Un mejor planteamiento, teniendo en cuenta las diferencias y las adaptaciones que podamos llevar a cabo serán fundamentales en cualquier asignatura y en la implicación de todos en la misma.

Una de las principales características que deberemos tener en cuenta en nuestra metodología será siempre el de igualdad. No solo desde el género, sino también en la concepción de las propuestas de actividades, metodología de aplicación, uso de materiales, vocabulario y métodos de evaluación.

Para ello, deberemos abordar ciertos cambios funcionales y estructurales que parten desde la adecuación de materiales didácticos, la formación del profesorado en pedagogías de coeducación, e incluso cambios físicos y estructurales en los propios centros escolares. Pero esto no queda solo en algo que el centro escolar deba hacer, las familias deben ser partícipes del proceso y serán parte fundamental de su continuación.

Bosada (2018) nos habla de la evolución de los alumnos desde el periodo de Infantil a Primaria y de los diferentes motivos que afectan a estos estereotipos de género desde la experiencia directa y la imitación en las primeras etapas. Posteriormente en la primaria, nos encontramos con situaciones en las que niñas de 6 años ya se consideran menos inteligentes que los niños. Imaginar cómo influye esto en las aspiraciones educativas y profesionales de estas niñas es algo muy duro.

Brown (2002) especifica que en esta concepción, no solo se incluye el apartado académico o intelectual, sino que también las actitudes y cualidades físicas se ven afectadas y que estas ideas vienen desde la propia cultura y sociedad.

Teniendo en cuenta estos precedentes, se hace aún más necesario el trabajo desde la coeducación y el uso de políticas educativas de equidad de género y su implantación en los centros educativos. Debemos formar y educar en condiciones de igualdad, sin límites en el aprendizaje, siendo el objetivo fundamental superar las desigualdades sociales y culturales entre niños y niñas.

3.2.2 Currículo escolar y práctica deportiva según género

La EF es fundamental para el aprendizaje de competencias de los niños y niñas para su vida, pero también para que adquieran estilos de vida activos y saludables y se comprometan a practicar deporte y así crear gusto por el deporte.

Sin olvidar que es completamente necesaria para que adquieran valores y conocimientos y que comprendan los beneficios de esta; actitudes que serán fundamentales en su desarrollo como adultos.

Gambau (2015) indica que los currículos deben ser flexibles y siempre han de adaptarse para poder incluir a los alumnos que procedan de grupos marginales o que presentan algún tipo de necesidad especial o discapacidad y en el ámbito de la educación física debemos asegurarnos una adaptación de calidad, pertinente y que no se centre en la competitividad o el rendimiento.

Esto que para todos se ve como algo lógico, también debería aplicarse a las cuestiones de género. Si consultáramos a nuestros estudiantes, siempre preferirán algo que para ellos sea significativo, que sea relevante y que se relacione con sus inquietudes o estilo de vida.

Son muchos los estudios que demuestran que la actitud de los estudiantes, especialmente en el género femenino, se está deteriorando en relación a la Educación Física, sobre todo si esta está dominada por los deportes colectivos o de rendimiento competitivo.

Debemos identificar los intereses de nuestros alumnos, como ya hemos visto y trabajar en consonancia de todos y no de unos pocos. Ampliar las propuestas curriculares para que la formación sea igualitaria e integral, evitando la repetición de patrones en la programación y temporalización y haciendo uso de las nuevas tecnologías y propuestas innovadoras de metodología.

3.3.Estrategias coeducativas en Educación Física.

Lo que entendemos como coeducación no es solo educar en igualdad a niños y niñas, también debemos incluir que deben tener las mismas oportunidades. No solo hay que tratar de cuidar nuestro lenguaje y las actitudes en el aula, sino que debemos reflejar todo esto en nuestra programación didáctica. Esto es lo que se conoce como el **currículo oculto**. En nuestra asignatura debemos tener en cuenta que nuestro vocabulario, la propia organización de la clase, las interacciones y formas de expresarnos e incluso el uso del material son parte de este currículo oculto y es fundamental tenerlo presente para trabajar en la coeducación, ya que en nuestras clases de Educación Física es donde nos encontramos mayores interacciones directas de profesor y alumno y entre ambos sexos y donde los estereotipos son más evidentes. Debemos tener en cuenta que nuestra asignatura y el entorno educativo donde se produce es donde alumnos y alumnas se sienten más libre de expresarse verbal y físicamente y donde la motivación está muy presente.

Esto nos lleva a una de las principales cuestiones a tratar: las necesidades de nuestros alumnos y que les motiva. En su tesis doctoral De Francesco (2011) propone revisar las



Maslow para motivar a nuestros alumnos y fundamentar nuestro trabajo de preparación de nuestras clases. Maslow (1943) defiende que las necesidades sociales de estima, interacción social, la conexión con los demás, la autoestima y el respeto por los demás son

fundamentales para los seres humanos y una vez cubiertas las necesidades básicas de la pirámide, buscaremos cubrir el resto.

Las motivaciones y necesidades de nuestros alumnos han de ser consideradas en el proceso de su formación y de esta forma, implicaremos y motivaremos a todos. Además, deberemos prestar especial atención a lo referente a conexión y respeto por los demás, cuestiones que son fundamentales para el buen devenir de la asignatura y de la propia motivación de nuestros alumnos. Tenemos que escuchar a nuestros alumnos y alumnas e intentar cubrir sus motivaciones y expectativas.

3.3.1 Cambios en las actitudes y actividades para trabajar la coeducación

La actividad física presenta innumerables beneficios, que no solo se resumen en el tema físico, sino también en el aprendizaje de herramientas y valores útiles en la sociedad, la percepción de uno mismo, confianza, relaciones personales y sociales y autoestima. Tenemos que desechar el concepto de que solo consiste en jugar, sin enseñar, sino en formar mediante el juego, enseñar jugando. No podemos ignorar la importancia que tiene en una educación integral y la importancia de la práctica de actividades deportivas y actividad física dentro y fuera del aula y que la motivación y el juego son esenciales.

Tendremos que considerar al grupo completo de nuestros alumnos participantes según Cansino (2016) a lo hora de tomar decisiones y realizar las modificaciones necesarias a las actividades propuestas y a las evaluaciones necesarias, brindando actividades de calidad, sin importar grado de discapacidad o género. Además, tenemos que eliminar cualquier papel que tradicionalmente se ha atribuido a uno u otro sexo (mujer frágil, pasiva y hombre rudo y activo).

La inclusión de todos los estudiantes no es una tarea sencilla y se traduce en un reto constante para el profesorado, en especial para el de Educación Física. El trabajo con actividades igualitarias y adaptadas puede ser arduo. En lo referente a los contenidos curriculares en cuestión de sexo, tendremos que realizar un análisis profundo. Debemos incluir ciertos valores que se atribuyen a las mujeres y que no son tan reconocidos socialmente, como por ejemplo la ternura o la intuición y fomentar su inclusión en el género

masculino; y viceversa, trasladar y trabajar ciertas atribuciones masculinas a la formación femenina para una coeducación adecuada.

Tenemos que estimular la participación de nuestras alumnas de forma activa en las clases, esto favorecerá su formación en aspectos sociales, intelectuales y también en su futuro profesional, aportándoles seguridad y confianza en sí mismas e integrándolas en la sociedad. Al formar parte de un grupo dinámico de aprendizaje, activo y colaborativo que promueva la adquisición de forma competencial de estas habilidades, lograremos esta formación integral y que así sean conscientes de sí mismas, de lo que les rodea y al mismo tiempo respeten y comprendan las diferencias, tanto culturales como individuales. Debemos evitar mensajes que hagan referencia a estereotipos de género y darles conciencia de la igualdad de derechos y oportunidades. También el uso de espacios y materiales es importante y un reparto equitativo de los mismos.

3.3.2 Propuestas coeducativas en Educación Física

La educación integral es aquella que proporciona a los estudiantes las herramientas necesarias para desarrollar de manera óptima sus aspectos cognitivos, emocionales y habilidades físicas. Esta forma de educación busca un equilibrio entre el conocimiento académico, el bienestar emocional y la capacidad física, asegurando que los estudiantes se formen de manera holística y estén preparados para enfrentar los desafíos de la vida en todas sus dimensiones. Asegurar en nuestro entorno escolar la sensación de igualdad y de entornos confortables para todo el alumnado deben ser objetivos fundamentales en propuestas coeducativas.

Debemos generar un impacto en los/as alumnos/as en nuestra práctica educativa, para motivarles a practicar ejercicio físico en nuestras clases y también fuera de la escuela, logrando unos hábitos saludables. Los discentes deberán formarse en todas las etapas de educación en sus actitudes físicas y motrices, para llegada la vida adulta, perpetuar la práctica de la actividad física.

Otro cambio que implementar es valorar el proceso y no los resultados, buscar la mejora personal y no plantear objetivos exclusivos de victoria y resultados, o solo la obtención de

marcas personales. El equipo debe ser lo importante y valorar el trabajo en conjunto una opción de evaluación consistente.

Los avances tecnológicos actuales, están abriendo nuevas vías metodológicas, las cuales requieren de una formación continua y rápidas actualizaciones del profesorado para aprovechar su gran potencial y que nos van a ayudar a plantear nuestro trabajo coeducativo.

El uso de las TIC, trabajar incluyendo en las actividades la música, ritmo, expresión corporal y no solo cuando se trabaje este apartado de forma específica en la programación. También trabajar con materiales adaptados, incluir trabajo cooperativo y colaborativo, donde se valoren y apoyen entre sí sin discriminación de sexo.

Desde su aparición en el planeta, el ser humano, según nos presenta Carriedo y otros (2020) *“comenzó a expresar ideas, sentimientos y emociones a través de las posibilidades motrices de su cuerpo”* y actualmente contamos con infinidad de posibilidades de mostrar esa expresión y compartirla y desde la Educación Física tenemos que fomentar el uso de la expresión corporal como medio de comunicación y servirnos del uso de la tecnología para este medio, aunando la competencia Digital al proceso.

El desarrollo de sus capacidades cognitivas y motoras a lo largo de su vida será fundamental para afrontar con éxito las numerosas situaciones motrices que encontrarán, al igual que aquellas situaciones afectivo-motivacionales en sus relaciones interpersonales y sociales.

Deberemos organizar nuestras clases y sesiones respetando estos criterios coeducativos, prestando atención a los tipos de agrupaciones, los deportes a tratar, actividades variadas y renovadas, sin relegar a un segundo plano cualidades tan importantes como la expresión corporal, el ritmo o la danza.

Reducir la práctica de los deportes más habituales, como pueden ser fútbol, baloncesto o atletismo y que fomentan aún más las diferencias físicas entre alumnos, al estar basados en la fuerza y la velocidad y promover la práctica de deportes alternativos y más igualitarios.

4. Contextualización

En la presente Programación didáctica buscaremos métodos para adaptar las actuaciones en el aula y así minimizar las diferencias entre géneros, centrándonos en la coeducación. Desde el principio tendremos en cuenta los intereses de nuestros alumnos y nos preocuparemos de conocerlos e incluir los máximos posibles en nuestras propuestas.

Además realizaremos una mayor variedad de actividades donde la música, la expresión corporal y los deportes colectivos colaborativos tomen un papel más importante y de esta forma incluir las diferentes inquietudes de los alumnos y lograr introducir cualidades comunes en ambos géneros. Cuidaremos el uso del lenguaje y también los materiales y espacios a utilizar en nuestra práctica para hacerlos más diversos, saltando de un espacio a otro durante todo el curso y evitando la repetición de esquemas ya obsoletos. Aplicaremos diferentes estrategias para enriquecer la experiencia formativa con el uso de metodologías variadas que motiven al alumnado, evitando métodos repetitivos y normalizados con mando directo o expositivos, fomentando Situaciones de Aprendizaje inclusivas y atractivas donde el alumnado y el trabajo en clase tomen la importancia que deben tener y no la repetición de modelos estandarizados.

Desde siempre los bloques de Juegos y actividades deportivas y Habilidades motrices han tenido un peso en nuestra asignatura más alto y desde nuestra propuesta, queremos darles la misma importancia a otros bloques como el de Actividades físicas artístico-expresivas o El cuerpo: imagen y percepción, normalmente relegados a un segundo plano.

4.1. Características del entorno

Trabajaremos en la comunidad de Andalucía, en una capital de provincia como es Málaga, con un clima templado la mayoría del curso escolar y con bastantes días de sol, que permitirán hacer uso del patio y el trabajo en exterior la mayor parte del curso.

El centro se situará en las afueras, cercano a la costa, en una zona residencial de clase media, con edificios alrededor, jardines y una zona de aparcamiento cercana. Estará a pocos kilómetros de entornos naturales como son la Desembocadura del Guadalhorce y los Pinos de Alhaurín, zonas de gran valor medioambiental.

4.2. Descripción del centro

Centro de enseñanza pública de Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía. Con dos líneas por curso, disponiendo de cursos desde Infantil a 6º de primaria, con patios separados.

El patio de primaria tendrá pistas polideportivas, incluyendo 2 canchas de baloncesto, equipadas con canastas, pista de fútbol sala y balonmano, con 2 porterías y 2 pistas de voleibol, equipadas con redes

Dispondremos de gimnasio para práctica en interior, con espacio suficiente para trabajar con un grupo completo de alumnos y con material como colchonetas, espaldaderas, bancos y algunos espejos en la pared. Equipo de sonido portátil y pantalla con proyector.

También contará con árboles y zonas ajardinadas con sombra natural. Además de una zona con tejado cubierta, pero abierta por los laterales, para poder trabajar los días de mucho calor al aire libre.

4.3. Características del alumnado

Contaremos con alumnos de diferentes etnias y culturas, que comprenderán el castellano y el inglés, algo común en la Costa del Sol.

Grupos de alumnos con diferente condición social, pero en su mayoría de clase media, sin riesgo de exclusión social o situación desfavorecida.

El curso pasado la mayoría de las niñas y algunos niños tuvieron calificaciones más bajas en E. Física.

5. Propuesta de programación didáctica de aula.

Nuestra propuesta constará de 5 Situaciones de Aprendizaje integradas en el curso en diferentes períodos, como se verá en el cronograma. La duración de cada SdA será de entre 3 y 5 sesiones, para un total de 16 sesiones repartidas a lo largo del curso. El orden elegido para cada SdA responde a las variaciones de la programación docente y a una progresión establecida de contenidos.

5.1. Título

Diversidad y diversión en la actividad física.

5.2. Fundamentación legislativa curricular

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, LOMLOE para Educación Primaria. Área de Educación Física.

Decreto BOJA nº90 Ordenación y Currículo de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

5.3. Destinatarios

Segundo Ciclo de Educación Primaria. Cuarto curso, alumnos de entre los 9 y 10 años. Dos líneas por curso, con unos 24-26 alumnos de entre los cuales, un alumno por curso presentará NEAE. Habrá un balance entre alumnos y alumnas, 11-13 y 12-14 respectivamente, sin predominancia destacable de un sexo sobre el otro. Tendremos 2 alumnos diagnosticados con necesidades educativas especiales, uno con movilidad reducida leve en miembro superior derecho y otro con trastorno del espectro autista afectación leve.

5.4. Objetivos didácticos

1. Mejorar las habilidades motrices básicas (equilibrio, coordinación, fuerza y flexibilidad).
2. Desarrollar la creatividad artística, la imaginación y la sensibilidad y la expresión corporal.
3. Fomentar el trabajo en equipo, la colaboración y la comprensión entre iguales.
4. Desarrollar rutinas de calentamiento rítmico y musical utilizando la música y la coreografía.
5. Mejorar la percepción corporal, la coordinación y la expresividad.
6. Promover la igualdad de oportunidades y la coeducación.
7. Conocer y comprender las reglas básicas de los deportes colectivos alternativos.
8. Desarrollar habilidades motrices básicas como correr, saltar, golpear, lanzar y atrapar.

5.5.Saberes básicos

Dispondremos de diferentes saberes básicos, cuyo contenido completo está disponible en la LOMLOE. De todos ellos, hemos seleccionado los siguientes para este trabajo.

Figura 2. Saberes básicos. elaboración propia

A. Vida Activa y Saludable	a.1 Salud física, educación postural y cuidado del cuerpo a.2 Salud mental, aceptación y autoconocimiento
B. Resolución de problemas en acciones motrices	b.1 Toma de decisiones, ubicación en el espacio e interacción con un móvil. b.2 Capacidades perceptivo-motrices b.3 Habilidades y destrezas motrices básicas b.4 Creatividad motriz
C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.	c.1 Gestión emocional en experiencias motrices c.2 Concepto de deportividad c.3 Conductas contrarias, discriminación, abordaje y evitación
D. Manifestación de cultura motriz	d.1 Usos comunicativos de la corporalidad d.2 Actividades rítmico-musicales con carácter expresivo d.3 Deporte y perspectiva de género.

5.6. Competencias clave y competencias específicas

Competencias clave:

- Competencia personal, social y de aprender a aprender
- Competencia en conciencia y expresión culturales

Competencias específicas:

1- Mantener un estilo de vida activo y saludable, realizando con frecuencia actividades físicas, recreativas y deportivas, así como comportamientos que favorezcan la salud física, mental y social. Asimismo, adoptar medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, con el fin de integrar y establecer hábitos de actividad física regular que promuevan el bienestar.

2- Adaptar los elementos del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, además de las habilidades y destrezas motrices, aplicando correctamente los procesos de percepción, decisión y ejecución de acuerdo con la lógica interna y a los objetivos de diversas situaciones, para responder a las demandas de proyectos motores y prácticas motrices con distintos fines en contextos de la vida diaria.

3- Fomentar procesos de autorregulación e interacción durante la práctica motriz, con una actitud empática e inclusiva, empleando habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, sin importar las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los distintos espacios de participación.

4- Reconocer y practicar diferentes formas lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su impacto y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices utilizadas habitualmente en la vida cotidiana.

5.7. Metodología

Siempre se buscará un alumno activo, tomándolo como el centro del aprendizaje y el profesor actuará como un guía y facilitador de los conocimientos a aplicar en la práctica didáctica. La idea es trabajar integrando las propuestas coeducativas en la programación didáctica a lo largo de todo el curso.

Entre las metodologías que usaremos estarán:

-Clase invertida. Pondremos a disposición de los alumnos materiales online para el trabajo más teórico y la consulta de actividades desde casa y poder centrar la práctica en el trabajo presencial de clase.

-Gamificación. Motivando la práctica con objetivos diversos que hagan a los alumnos interesarse por alcanzar más logros, mientras trabajan y se divierten.

-Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP). Dándoles un objetivo final del proceso, con la presentación de una producción propia en equipo y la representación grupal de los objetivos alcanzados durante el proceso.

Los alumnos trabajarán con diferentes agrupaciones, que irán desde el trabajo individual, por parejas, tríos y grupos de 4 o más miembros.

Debemos tener siempre en consideración los conocimientos previos de nuestros alumnos y sus inquietudes y de esta forma, construir su aprendizaje sobre esos conocimientos previos y motivaciones. Para ello, prepararemos un **cuestionario**, que responderán de manera anónima al inicio del curso, en el que deberán plasmar sus gustos con relación a la actividad física, el ocio y los hábitos saludables. (Anexo 1)

Entre las principales propuestas a incluir en el resto de las situaciones de aprendizaje, que no forman parte directa de la propuesta estarán:

- Revisar la programación, reorganizar, reprogramar y ordenar las propuestas para adecuarlas y poder atender a la mayor diversidad de actividades, teniendo presente la información recogida en el documento inicial que respondieron los alumnos. Siempre dentro de los parámetros permitidos por el currículo y las propuestas de centro.

-Usaremos la música en diferentes sesiones y situaciones de aprendizaje y no solo en las que especifiquemos a tal fin, buscando motivar con la música, marcar el ritmo motriz, tenerla como fondo en clase o simplemente acompañar las actividades.

-Prestaremos especial atención a los agrupamientos, favoreciendo la diversidad en los grupos y evitando discriminar o dividir por sexo o cualidades deportivas.

-Variaremos los espacios de trabajo, haciendo uso de la mayoría de las instalaciones de las que dispondremos para la práctica de nuestras actividades.

Bloques: vida activa y saludable, organización y gestión de actividad física, resolución de problemas en situaciones motrices y autorregulación emocional.

5.8.Temporalización

Figura 3. Temporalización

PROUESTA	2023					2024					
	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	
Calentamos con ritmo		■	■	■							
Colpol				■	■						
Somos acrobáticos						■	■				
Ultimate frisbee								■	■	■	
El Circo Creativo									■	■	■

5.9. Sesiones y/o actividades

CALENTAMOS CON RITMO. Primera Situación de Aprendizaje 1

Previa: Durante las primeras dos sesiones se trabajó el concepto de calentamiento usando la metodología de aula invertida y se vieron alternativas a los ejercicios propuestos.

Figura 4. SdA 1

Título	Nos coordinamos, calentar y música	
Objetivos didácticos	1,2,3 y 4	
Competencias específicas	Criterios de Evaluación	Saberes básicos
1 y 2	1.1, 1.2 y 2.2	a.1, b2 y b.4
Temporalización	Agrupamiento	Nº sesiones
4 horas	Grupos de 4 o más	4 sesiones (1 hora por sesión)
Recursos	Música, gimnasio o patio	
Actividades	<p>Sesión 1</p> <p>Actividad 1. Agruparemos a los alumnos en grupos de 4 o 5 miembros mixtos según nuestro criterio. Los alumnos deberán, usando música, idear por grupos unos pasos de baile o movimientos rítmicos de expresión corporal, que se puedan usar en un calentamiento y que cumplan los requisitos vistos en sesiones anteriores. Mantendremos música sonando todo el tiempo para ayudarles en la composición y el ritmo.</p> <p>Sesiones 2 y 3</p> <p>Actividad 2. Se desarrollará en 2 sesiones y en ellas los alumnos seguirán trabajando y realizando las coreografías para prepararlas para su exposición en la última sesión. Revisaremos y retroalimentaremos con valoraciones, para asegurarnos que cumplan lo que se les pide.</p> <p>Sesión 4</p> <p>Actividad 3. Sortearemos el orden de actuación de los grupos. Los que no bailan respetan y atienden a los compañeros. Todos participan. El profesor grabará para poder compartirlo y crear una base de datos de calentamientos, con la intención de usarlos como calentamientos en clase durante el curso. Rúbrica en anexo</p>	
Medidas de inclusión	<p>Crear grupos heterogéneos que permitan a los alumnos aprender unos de otros y apoyarse mutuamente.</p> <p>Adaptar las actividades de acuerdo con sus capacidades individuales.</p>	

Evaluación	Tipo de evaluación. Observación y rúbrica
	Rubrica y producción de vídeo

COLPBOL. Segunda Situación de Aprendizaje 2

Deporte ideado para ser practicado mixto por reglamentación, tras las primeras sesiones donde se explican las mecánicas de juego básicas y las habilidades de juego, pasamos a las sesiones de juego en equipo.

Figura 5. SdA 2

Título	Trabajo en equipo, situaciones de juego.	
Objetivos didácticos	3,6,7 y 8	
Competencias específicas	Criterios de Evaluación	Saberes básicos
3 y 4	3.1, 4.2, 6.1, 6.2, 7.1 y 7.2	b.1, c.2, c.3 y d.3
Temporalización	Agrupamiento	Nº sesiones
2 horas	Grupos de 4, 5, 8 y mitad de clase	2 sesiones (1 hora por sesión)
Recursos	Petos, balones, campo de balonmano/fútbol sala	
Actividades		
Sesión 1	<p>Actividad 1. Rondo por grupos. Dividimos la clase en 2 grupos mixtos. Cada grupo hará un círculo y pondrá 2 jugadores en el centro, el resto fuera, golpeamos para evitar a los del centro. Si un jugador del centro toca la pelota, cambia con el último de fuera que la golpeó.</p> <p>Actividad 2. Prepartido, dividimos la clase en 4 grupos mixtos, dos grupos en cada medio campo. 6 atacan, 6 defienden, sin portero, si la defensa recupera, se para y van al centro para cambiar roles. Practicamos también desde las bandas y por último con un portero y cada equipo usando 3 ataques consecutivos antes de cambiar.</p>	
Sesión 2	<p>Actividad 3. Partidos de Colbol, organizamos 3 equipos mixtos de 8 miembros cada uno, que jugarán partidos de 12 minutos todos contra todos, contando cada equipo con un cambio. El equipo que no juega, arbitra el partido.</p>	
Medidas de inclusión	Adaptar las actividades de acuerdo con sus capacidades individuales.	

	Ajustar las reglas o las actividades Crear grupos heterogéneos que permitan a los alumnos aprender unos de otros y apoyarse mutuamente.
Evaluación	Tipo de evaluación observación y rúbrica
	Instrumentos de evaluación desempeño y respuesta por escrito

SOMOS ACROBÁTICOS. Super Mario Bros. Tercera Situación de Aprendizaje 3

Para esta situación de aprendizaje, nos basamos en una gamificación de super Mario, donde los alumnos ganarán “Estrellas”, moneda para intercambiar por los premios al final de la SdA. Previa a las sesiones que aquí presentamos, se han trabajado 4 sesiones donde hemos explicado técnicas de gimnasia como las volteretas, ruedas y equilibrios de manos, junto a ejercicios de expresión libre con música, expresión dirigida, mimética y dramatización.

Figura 6. SdA 3

Título	Misiones finales, el Castillo de Bowser.	
Objetivos didácticos	1,2 y 3	
Competencias específicas	Criterios de Evaluación	Saberes básicos
1 y 2	1.2, 2.1 y 2.2	b.2, b.3, d.1 y d.2
Temporalización	Agrupamiento	Nº sesiones
5 horas	Individual y por equipos de 5	5 sesiones (1h cada una)
Recursos	cronómetro, gimnasio, bancos, cuerdas, sillas, picas, aros, espalderas y colchonetas	
Actividades		
Sesión 1	<p>Actividad 1. Crearemos un circuito en el gimnasio siguiendo la idea del popular juego de "El Suelo es lava". Los alumnos ayudarán en su construcción y después probarán el circuito, mientras vamos explicando la ejecución correcta de cada parte. Transcurrido un tiempo (sobre 15 minutos), haremos un reto donde cada alumno individualmente tendrá que realizar el circuito, sin pisar la lava y pasando cada obstáculo de forma correcta. Daremos varios intentos a cada uno. Ganarán "estrellas" todos, pero los más originales pasando obstáculos, los más habilidosos, los que logren completar el circuito sin fallo y los más rápidos tendrán un extra.</p>	
Sesión 2	<p>Actividad 1. Seleccionaremos 5 alumnos, que serán aquellos con más estrellas conseguidas desde</p>	

el inicio de la gamificación. Estos elegirán compañeros por turnos alternos. Una vez formados los equipos, cada equipo podrá elegir una de las habilidades vistas en clase y después el resto de las habilidades serán sorteadas, para que así cada equipo tenga un total de 3 habilidades que obligatoriamente deberán usar en su coreografía gimnastica.

Actividad 2. Ahora podrán hacer uso de todas las estrellas que entre todos acumulen para comprar ayudas de juego para la actividad. Entre las opciones está: obtener ayuda extra del profesor, tiempo extra de ensayo, elegir el orden de actuación, seleccionar una canción especial, usar materiales extra e incluso copiar un paso a otro equipo entre otros.

Sesión 3. Práctica de la coreografía

Sesión 4. Práctica de la coreografía

Sesión 5. Representación de las coreografías trabajadas en clase. Los equipos que lo hayan seleccionado podrán actuar más tarde y seguir practicando durante las actuaciones de los demás.

Medidas de inclusión	Modificación de las habilidades motrices según las capacidades de los alumnos. Proporcionar apoyos físicos, como colchonetas adicionales o ayuda de un compañero. Crear grupos heterogéneos que permitan a los alumnos aprender unos de otros y apoyarse mutuamente.
Evaluación	Tipo de evaluación Observación y lista de cotejo
	Instrumentos de evaluación puntuación en gamificación y producciones artísticas

ULTIMATE FRISBEE. Situación de aprendizaje 4

Deporte alternativo, que combina diferentes estilos deportivos y donde el contacto no está permitido. Tras las primeras sesiones donde se practican los lanzamientos, recepciones y defensas, pasamos a las sesiones de trabajo en grupos y equipos.

Figura 7. SdA 4

Título	Y ahora competimos y nos divertimos	
Objetivos didácticos	6, 7 y 8	
Competencias específicas	Criterios de Evaluación	Saberes básicos
3 y 4	3.1, 4.1, 4.2, 6.2, 7.1 y 7.2	b.1, c.2 y d.3
Temporalización	Agrupamiento	Nº sesiones
4 horas	4, 5 y equipos	4 sesiones (de 1 hora)

Recursos	5 o 6 discos, petos, campo de baloncesto y campo de fútbol sala
Actividades	<p>Sesión 1</p> <p>Actividad 1. <u>Pillamos a la liebre</u>. Un jugador escapa del resto de la clase que, para pillarle, deben estar en posesión del disco. Nos limitamos al campo de fútbol sala. No podemos movernos si tenemos el disco, así que debemos pasarlo rápido. El jugador que atrapa pasa a ser la liebre</p> <p>Actividad 2. <u>Que o caiga</u> Por grupos de 4, debemos avanzar con el disco de un lado al otro del campo de fútbol sin que este caiga y evitando andar cuando estamos en posesión del disco. Todos deben participar, si cae, el equipo debe ir hasta la portería más lejana lo más rápido posible y volver a empezar.</p> <p>Actividad 3. <u>Carrera de velocidad</u>, tendremos que separar el equipo ocupando las 4 esquinas de medio campo de fútbol, el objetivo es hacer que el disco vaya y vuelva lo más rápido posible sin caer. 2 equipos en cada medio campo, usamos discos de colores diferentes y petos para diferenciarnos.</p> <p>Actividad 4. La mitad de la clase será un equipo y la otra mitad el otro. Debemos completar 10 pases sin que le otro equipo atrape el disco o se nos caiga. Si eso pasa, perdemos el disco y volveremos a contar desde 0 cuando lo recuperemos.</p>
Sesión 2	<p>Actividad 1. Partidos de Ultimate balonmano. 3 equipos, dos en juego y uno arbitra. Usando las reglas del juego, añadimos el área de balonmano y las porterías, nuestro objetivo será anotar en la portería contraria. Podemos jugar con o sin porteros</p>
Sesión 3	<p>Actividad 1. Partidos de Ultimate Básquet. 4 equipos, dos en juego en cada pista. Usando las reglas del juego, nos trasladamos a la pista de baloncesto, los puntos se consiguen acertando al tablero. Si logramos anotar, ganamos el partido inmediatamente. No está permitido saltar con el disco para anotar.</p>
Sesión 4	<p>Actividad 1. Partido de Ultimate Frisbee. 3 equipos, dos en juego y uno arbitra. Usando las reglas del juego original, anotando en la zona de puntuación, situada a cada extremo del campo.</p>
Medidas de inclusión	<p>Ajustar las reglas o las actividades</p> <p>Crear grupos heterogéneos que permitan a los alumnos aprender unos de otros y apoyarse mutuamente.</p> <p>Involucrar a todos los alumnos en las actividades, independientemente de sus habilidades o nivel de forma física.</p>
Evaluación	<p>Tipo de evaluación Observación y rúbrica</p> <p>Instrumentos de evaluación respuestas por escrito y desempeño en clase</p>

EL CIRCO CREATIVO Situación de aprendizaje 5

En esta propuesta final, retomaremos las calidades del movimiento y la expresión corporal, añadiremos actividades a las ya vistas anteriormente en la gamificación de gimnasia, como por ejemplo el cuento motor. En las primeras sesiones practicaremos con los alumnos juegos de malabares y equilibrio.

Figura 8. SdA 5

Título	El gran espectáculo de la expresión		
Objetivos didácticos	1,2, 3 y 5		
Competencias específicas	Criterios de Evaluación		Saberes básicos
1, 2 y 3	1.2, 2.1, 2.2 y 3.2		a.2, c.1, c.2, d.1 y d.2
Temporalización	Agrupamiento		Nº sesiones
4 sesiones	Equipos de 5		4 sesiones (1 hora)
Recursos	Gimnasio, música, colchonetas, cuerdas, bancos, sillas, aros y pelotas de tenis.		
Actividades			
Sesión 1	<p>Actividad 1. Cuento motor y dramatización. Iremos seleccionando alumnos y deberán ir interpretando en grupo lo que vayamos contando como parte del cuento. Después vendrá el turno de la dramatización, aquí daremos una temática y ellos tendrán que interpretarla sin las indicaciones del profesor</p> <p>Actividad 2. Creación de los equipos y elección de personajes. Agruparemos por papeles que cada uno quiere desempeñar del circo y haremos los equipos para trabajar las coreografías. Estos serán payasos, domadores, trapecistas, equilibristas y animales</p>		
Sesión 2	<p>Actividad 1. Trabajo con cada grupo, de forma individual para guiar la práctica sobre su actuación, algunos, como los domadores y animales y puede que equilibristas, funcionarán con un cuento motor, donde el profesor, que será el jefe de pista, narrará lo que están haciendo y guiará la práctica. Los otros papeles funcionarán dramatizando su actuación, de forma más libre, pero coordinando su trabajo.</p>		
Sesión 3	<p>Actividad 1. Continuamos con los ensayos.</p>		
Sesión 4.	<p>Actividad 1. Presentación final del circo. Actuación de todos ante las familias. Se pedirá la colaboración de las familias para crear el vestuario y la escenografía.</p>		
Medidas de inclusión	Involucrar a todos los alumnos en las actividades, independientemente de sus habilidades o nivel de forma física.		

	Modificación de las habilidades motrices según las capacidades de los alumnos. Crear grupos heterogéneos que permitan a los alumnos aprender unos de otros y apoyarse mutuamente.
Evaluación	Tipo de evaluación Observación
	Instrumentos de evaluación producción final

5.10. Organización de espacios de aprendizaje

Gimnasio del centro. Dispondrá de espacio suficiente para trabajar con hasta dos grupos de alumnos (50-52 alumnos) y disponer de material como espalderas, bancos, colchonetas y algún espejo de pared como los que se usan en balé y actividades de danza. Los techos deberán ser relativamente altos para permitir lanzamientos. Aquí desarrollaremos dos de las cinco Situaciones de Aprendizaje propuestas.

Patio. Amplio, que permita a los alumnos correr y desplazarse sin problemas, con dos canchas de baloncesto, una pista de fútbol (pista polideportiva) y una zona de sombra (natural o artificial) para proteger a los alumnos del sol en las épocas de más calor. Se desarrollarán tres de las cinco Situaciones de Aprendizaje propuestas.

5.11. Recursos humanos y materiales

Materiales que aportar el centro.

- Equipo de sonido portátil
- Petos o camisetas de colores
- 6-8 discos de espuma (frisbee)
- 10 aros, 10 picas y 20 conos
- 10-12 balones de Copibol o en su defecto de vóleibol
- 4 bancos suecos
- Espalderas
- 4-5 cuerdas de entre 1 metro y 1,5 metros
- 10 pelotas de tenis
- 6 sillas de plástico (pequeñas y poco pesadas)
- 2 porterías

- 2 canastas de minibasket
- 12 colchonetas de espuma o material acolchado

Materiales que aportar el alumnado.

- Dispositivos de grabación y sonido (móviles, tabletas o cámaras)
- Dispositivos informáticos para trabajar desde casa
- Ropa o disfraces para la representación final

Recursos humanos.

- Profesor de la asignatura
- Alumnos
- Familiares (representación final)

5.12. Medidas de atención a la diversidad e inclusión/ Diseño Universal para el Aprendizaje

Adaptaciones para alumnos con dificultades:

- Adaptar las actividades de acuerdo con sus capacidades individuales.
- Proporcionar apoyos físicos, como colchonetas adicionales o ayuda de un compañero.
- Involucrar a todos los alumnos en las actividades, independientemente de sus habilidades o nivel de forma física.
- Ajustar las reglas o las actividades para alumnos con necesidades especiales o discapacidades.
- Crear grupos heterogéneos que permitan a los alumnos aprender unos de otros y apoyarse mutuamente.
- Modificación de las habilidades motrices según las capacidades de los alumnos.

5.13. Sistema de Evaluación

Realizaremos una evaluación continua teniendo en cuenta todas las características trabajadas en cada situación de aprendizaje. La Heteroevaluación, Coevaluación y autoevaluación

- Observación. Se usará una lista de cotejo con los resultados que esperamos que los alumnos alcancen en las diferentes actividades.
- Rubricas. Coevaluación y autoevaluación. Tanto los compañeros como ellos mismo deberán evaluar las actividades.
- Cuestionarios para valorar: gusto de los alumnos, lo trabajado en las sesiones y lo aprendido en las mismas.
- Recuento de méritos (Estrellas) 1 estrella al cumplir los mínimos, 3 por hacerlo con soltura y 5 por dominar. Extra de 5 estrellas a los que demuestren esfuerzo, interés y habilidades extra.
- Producción de coreografías y grabación de vídeos (proyectos)

5.14. Criterios de evaluación

Tabla 1. Criterios de evaluación

Objetivos Didácticos 1	Competencias específicas	Saberes básicos	Descriptores perfil salida
Mejorar las habilidades motrices básicas	1 y 2	a.1 y b.3	CPSAA3.
Criterios de evaluación			
1.1 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable.			
1.2 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad			
Objetivos Didácticos 2	Competencias específicas	Saberes básicos	Descriptores perfil salida
Desarrollar la creatividad artística	2 y 4	a.2, d.1 y d.2	CCEC3.
Criterios de evaluación			
2.1 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo			
2.2 Reproducir distintas combinaciones de movimientos o coreografías individuales			
Objetivos Didácticos 3	Competencias específicas	Saberes básicos	Descriptores perfil salida
Fomentar el trabajo en equipo	1 y3	c.1, c.3 y d.3	CPSAA3.
Criterios de evaluación			
3.1 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego			
3.2 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás			
Objetivos Didácticos 4	Competencias específicas	Saberes básicos	Descriptores perfil salida

Desarrollar rutinas de calentamiento rítmico y musical	2 y 3	a.1, b.3 y b.4	CCEC4.
		Criterios de evaluación	
Mejorar la precepción corporal	2 y 3	4.1 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo 4.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo,	
		Criterios de evaluación	
Promover la igualdad de oportunidades y coeducación	3 y 4	5.1 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente 5.2 Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación	
		Criterios de evaluación	
Conocer y comprender reglas básicas de deportes colectivos alternativos	1 y 3	6.1 Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación 6.2 Asumir una visión abierta del deporte	
		Criterios de evaluación	
Desarrollar habilidades motrices básicas, correr, saltar, golpear, lanzar y atrapar	2 y 4	7.1 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego 7.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable	
		Criterios de evaluación	
Objetivos Didácticos 5	Competencias específicas	Saberes básicos	Descriptores perfil salida
Objetivos Didácticos 6	Competencias específicas	Saberes básicos	Descriptores perfil salida
Objetivos Didácticos 7	Competencias específicas	Saberes básicos	Descriptores perfil salida
Objetivos Didácticos 8	Competencias específicas	Saberes básicos	Descriptores perfil salida

5.14.2. Instrumentos de evaluación

En la siguiente tabla se presentan los instrumentos utilizados en la evaluación y las evidencias que se tendrán en cuenta a tal efecto.

Tabla 2. Instrumentos de evaluación y evidencias

Instrumento de evaluación	Tipo de evidencia
Observación	Desempeño en clase
Lista de cotejo	Respuestas por escrito
Rúbrica	Producciones artísticas
Grabaciones	Puntuación en gamificación

6. Conclusiones

Durante la elaboración del presente trabajo, el objetivo siempre fue demostrar que existe una brecha de género en la enseñanza de la Educación Física y que se pueden realizar actuaciones para mitigarla o eliminarla completamente. Hemos podido certificar que los factores que afectan a esta concepción de género son muy diversos y sobre el que hemos actuado con mayor intensidad es el correspondiente al propio profesorado y los alumnos.

En el trabajo vemos que la sociedad ha tenido un papel importante en esta diferenciación, otorgando una serie de cualidades al femenino y otras al masculino, lo que ha propiciado que ambos asuman esa visión y la tomen como propia, limitando tanto a unos como a otros en su desarrollo físico y emocional. Las familias y el propio entorno de los alumnos tampoco han ayudado en este sentido, perpetuando unos modelos que ha quedado claro que están desfasados. Además, certificamos que desde edades muy tempranas estas ideas erróneas están muy presentes en el pensamiento de niños y niñas.

También quedó de manifiesto que nos movemos por una serie de motivaciones y que lograr satisfacerlas es fundamental para nuestro desarrollo, por lo tanto y como así lo tratamos en el trabajo y sus sesiones, conocer los gustos y necesidades de nuestros alumnos es parte fundamental y necesaria de nuestra actuación docente. También hemos reafirmado que motivar a los alumnos a la práctica deportiva y a ser activos en su vida diaria es básico para su implicación y su correcta formación, no solo física, sino mental.

Cuando trasladamos todo al aula, los primeros problemas llegaron con las concepciones erróneas del profesorado, primero desde su formación y las diferencias en el número de hombres y mujeres que se forman como profesores de la especialidad. Después vimos que todo afecta en nuestro trabajo, desde nuestro lenguaje y actitud, hasta cómo disponemos el espacio y los materiales a usar en las clases, relacionando todo al currículo oculto, tan importante como el que aplicamos en nuestra programación.

Y ya en la aplicación práctica pudimos comprobar que tenemos que cambiar nuestra mentalidad, los objetivos y las metodologías, ya que en la educación actual, debemos implicar técnicas activas, trabajar con las nuevas tecnologías y valorar el proceso más que los resultados o la competición.

7. Consideraciones finales

Como profesores siempre debemos velar por nuestros alumnos, somos una parte fundamental en su formación y también en su desarrollo, les aportamos valores, los educamos y cultivamos y todas nuestras actuaciones les afectan y se ven reflejadas en ellos. No podemos seguir ignorando un problema que lleva tiempo acompañándonos como es este de la brecha de género y sobre el que hemos tratado durante todo el presente Trabajo de Fin de Grado.

Tras investigar a diferentes autores y artículos de educación, pudimos comprobar que esta situación no es nueva y que se lleva trabajando sobre ella desde hace tiempo, lo que aún nos hacia preguntarnos con más preocupación el porqué se seguía actuando de esta forma y cómo no se había llegado aún a una fórmula para resolverlo.

Esto deja aún más claro que las propuestas de Situaciones de Aprendizaje que presentamos no servirán de nada si no afrontamos el cambio de actitud y de mentalidad que es necesario en nuestra asignatura y en la mayoría de las materias, sin el cual, por mucho que queramos enriquecer la práctica, el fondo será el mismo. Debemos trabajar la coeducación, es un requisito fundamental en la escuela y enseñanzas actuales, sin él no se concibe una educación integral y completa.

Centrándonos en las actividades, el objetivo fundamental fue siempre el de aportar propuestas reales como alternativa a las tradicionales y enriquecer la práctica deportiva y la mejora de las cualidades físicas con sesiones y deportes que se alejan de los pre establecidos y que serán más valiosos en experiencias y actitudes que los que fomentan la competitividad y el trabajo intenso. Siempre hemos intentado que las propuestas sean realistas, posibles de llevar al aula de casi cualquier centro escolar y con alumnos diversos, sin importar género o condición física, así como cualquier necesidad educativa especial.

Finalmente, pese a que se podría haber profundizado más en ciertos aspectos, la extensión es la correcta y estoy contento con el resultado final y creo que el mensaje es claro y las propuestas adecuadas, útiles y que el balance del proceso y producción es positivo .

8. Referencias Bibliográficas

- Blández, J. Fernández, E. Sierra, M A. (2007) *"Estereotipos de género, actividad física y escuela: La perspectiva del alumnado."* UCM. Revista Profesorado. Vol. 11, núm. 2. ISSN: 1138-414X
- Bosada, M. (2018-2022) *"Propuestas para educar en igualdad de género desde la Educación Infantil y Primaria".* EDUCAWEB
<https://www.educaweb.com/noticia/2018/06/26/propuestas-educar-igualdad-genero-educacion-infantil-primaria-18509/>
- Brown, D. y Rich, E. (2002). *"Gender positioning as pedagogical practice in physical education."* En D. Penney (ed.), *Gender and Physical Education: contemporary issues and future directions* (pp. 80-97). London: Routledge.
- Bussey, K. y Bandura, A. (1999). *"Social Cognitive Theory of Gender Development and Differentiation."* Psychological Review, 106, 676-713.
- BOE 71. Ley de igualdad efectiva para mujeres y hombres 3/2007 del 22 de marzo.
<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2007-6115>
- BOJA 90. Decreto 101/2023 de 9 mayo por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
https://www.juntadeandalucia.es/boja/2023/90/BOJA23-090-00026-8470-01_00283499.pdf
- Carriero, A. Méndez, A. Fernández, J. Cecchini, J. (2020) *"Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: internet y los retos virales."* Oviedo. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN Edición Web: 1988-2041.
- Crawford, M. y Chaffin, R. (1997). *"The meanings of difference: cognition in social and cultural context."* En P. Caplan, M. Crawford, J.S. Hyde y J. Richardson (eds.), *Gender differences in human cognition* (pp. 81-130). Oxford: Oxford University Press.
- Crawford, M. y Unger, R. (2004). *"Women and Gender."* Mc Graw Hill, New York, 4^a ed.

- Curriculum LOMLOE. “Áreas y competencias específicas de la Etapa. Educación Física.” Primaria. <https://educagob.educacionfpydeportes.gob.es/curriculo/curriculo-lomloe/menu-curriculos-basicos/ed-primaria/areas/educacion-fisica.html>
- De Francesco, G. (2011). “Motivación extrínseca: fuente de estimulación y mejora en el rendimiento deportivo de los alumnos en las clases de Educación Física.” Universidad Abierta Interamericana. Legajo 31497
- Delmoro, A.R. (2022). “Educación física y género. La distribución de roles sexo-género de los estudiantes en las clases de educación física mixtas de nivel secundario de la provincia de Buenos Aires”. Universidad de San Andrés. Tesis de Maestría.
- Fernández, J. Calderón, A. Hortigüela, D. Pérez, A, Aznar, M. (2016) “Modelos pedagógicos en Educación Física: consideraciones teórico-prácticas para docentes.” REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES -REEFD-ISSN: 1133-6366 y ISSNe: 2387-161X. Número 41.
- Gambau, V. (2015) “Las problemáticas actuales de la educación física y el deporte escolar en España”. Universidad de la Coruña. Revista Española de Educación Física y Deportes – REEFD- ISSN: 1133-6366.
- Gray, B; Elcoroaristazabal, E; Vizcarra, M; Prat, M Serra, P y Soler S. (2018) “¿Existe sesgo de género en los estudios de ciencias de la actividad física y el deporte?”. Retos, 34 (150-154). Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF) ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (www.retos.org)
- Instrucción 12/2022 de 23 de junio, Consejería de Educación y Deporte, Junta de Andalucía. https://www.juntadeandalucia.es/sites/default/files/2022-08/04082022_20220623_instrucion_organizacion_educacion_primaria_2022_2023.pdf
- Piedra, J.; García-Pérez, R.; Fernández-García, E. y Rebollo, M.A. (2014). “Brecha de género en educación física: actitudes del profesorado hacia la igualdad”. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 14 (53) pp. 1-21. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista53/artbrecha438.htm>

- Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte “*Brecha de género en Educación Física: Actitudes del profesorado hacia la igualdad*”
Rev.int.med.cienc.act.fís. deporte- vol. 14 - número 53 - ISSN: 1577-0354
- Tajfel, H. (1981). “*Human groups and social categories.*” Cambridge University Press,
Cambridge. Traducido al castellano como Grupos humanos y categorías sociales por
Herder, Barcelona, 1984.
- Vázquez, B., Fernández-García, E., y Ferro, S. (2000). “*Educación Física y género. Modelos para la observación y el análisis del comportamiento del alumnado y el profesorado*”.
Madrid: Gymnos.
- West, C., y Zimmerman, D. (1987). “*Doing Gender. Gender and Society,*” 1, 125-151.
https://www.gla.ac.uk/0t4/crcees/files/summerschool/readings/WestZimmerman_1987_DoingGender.pdf

9. Anexo

CUESTIONARIO INICIAL DEL CURSO.

Actividades deportivas que te gustan	Indica 3
Actividades que haces en tu tiempo libre	Indica 3
Hábitos saludables que practicas	Indica 3
Música que te gusta (estilos, cantantes, canciones)	Indica 3
¿Qué esperas de las clases de Educación Física? Puedes continuar detrás si lo necesitas.	

RUBRICA DE EVALUACIÓN COREOGRAFÍA DEL CALENTAMIENTO

Criterio	1 - Necesita Mejorar	2 - Aceptable	3 - Bueno	4 - Excelente
Originalidad	Poco creativa y repetitiva	Tiene algunos elementos creativos	Es creativa y muestra originalidad	Es muy original e innovadora
Coordinación	Coordinación deficiente, con movimientos desordenados	Coordinación adecuada en algunos momentos, pero con varios fallos	Bien coordinados la mayor parte del tiempo, con pocos fallos	Completamente sincronizados durante toda la coreografía
Tema Elegido	El tema es poco apropiado o no está claro en la coreografía	Tema adecuado pero no se desarrolla claramente	Tema claro y se desarrolla de manera consistente en la coreografía	Tema apropiado, se desarrolla de manera creativa y consistente
Utilidad	Tiene poca utilidad para el calentamiento,	Incluye algunos movimientos útiles para el calentamiento	Es útil para el calentamiento, con movimientos adecuados que preparan bien el cuerpo	Es muy útil para el calentamiento, con variedad de movimientos

USO: Escribe el número de cada grupo en el recuadro que creas que valora mejor cada criterio. Ejemplo de Evaluación: Escribir el número 1 en los recuadros.

Originalidad: 3

Coordinación de los Participantes: 4

Tema Elegido: 3

Utilidad de la Composición: 4

Puntuación Total: 14/16

*Puedes incluir comentarios en la parte trasera de la hoja.

RUBRICA DE AUTOEVALUACIÓN COLPBOL/ULTIMATE FRISBEE

Nombre del alumno: _____ Curso: _____.

Criterio	1 - Necesito Mejorar	2 - Aceptable	3 - Bueno	4 - Excelente
Habilidades de Pase	Mis pases son inexactos y dificultan el juego.	Mis pases son a veces inexactos pero mejoran con la práctica.	Mis pases son generalmente precisos y efectivos.	Mis pases son siempre precisos, rápidos y facilitan el juego.
Habilidades de juego	Mis acciones son débiles o imprecisas	Mis acciones son a veces ineficaces pero muestran mejora con la práctica.	Mis acciones son generalmente fuertes y precisas.	Mis acciones son fuertes, precisas y permiten un desarrollo óptimo del juego.
Juego en Equipo	Participo poco en el juego de equipo, con escasa comunicación y cooperación.	Participo en el juego de equipo de manera irregular, con comunicación y cooperación ocasionales.	Participo activamente en el juego de equipo, comunicándome y cooperando la mayor parte del tiempo.	Participo de manera destacable en el juego de equipo, comunicándome y cooperando eficazmente en todo momento.
Compañerismo	Muestro poco compañerismo, con actitudes negativas o poco apoyo hacia mis compañeros.	Muestro compañerismo de forma irregular, con algunas actitudes positivas hacia mis compañeros.	Muestro buen compañerismo, apoyando y animando a mis compañeros la mayor parte del tiempo.	Muestro un excelente compañerismo, siempre apoyando, animando y teniendo actitudes positivas hacia todos mis compañeros.

Cuestionario -Por favor, responde las siguientes preguntas de manera honesta:

¿Te ha resultado interesante este deporte?

Sí / No (porqué)

¿Te gustaría practicar más deportes alternativos?

Sí / No (porqué)

¿Qué es lo que más y lo que menos te ha gustado?

LISTA DE COTEJO PARA EVALUAR HABILIDADES EN EDUCACIÓN FÍSICA

Nombre del Estudiante: _____ Fecha: _____

Grado/Nivel: _____ Actividad: _____

1. Trabajo en Equipo

Criterio	1	2	3	4
Colabora efectivamente con sus compañeros.				
Participa activamente en actividades grupales.				
Muestra respeto y apoyo hacia los demás miembros del equipo.				

2. Asimilación de Contenidos

Criterio	1	2	3	4
Comprende y aplica las instrucciones y reglas de las actividades.				
Demuestra conocimiento de las técnicas y conceptos enseñados.				
Participa en discusiones y aporta ideas relevantes.				

3. Aplicación Práctica

Criterio	1	2	3	4
Aplica correctamente las técnicas aprendidas en situaciones prácticas.				
Realiza ejercicios y actividades con buena técnica y precisión.				
Adapta las habilidades aprendidas a diferentes contextos y escenarios.				

4. Capacidad Expresiva

Criterio	1	2	3	4
Expresa sus ideas y opiniones de manera clara y coherente.				
Utiliza el lenguaje corporal de forma efectiva durante las actividades.				
Comunica sus necesidades y emociones adecuadamente.				

5. Sentido Rítmico

Criterio	1	2	3	4
Realiza movimientos y ejercicios siguiendo el ritmo de la música.				
Muestra coordinación en actividades rítmicas y coreografías.				
Mantiene el ritmo durante actividades grupales y de baile.				

Comentarios Adicionales:
