



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Trabajo Fin de Máster

Optimización de los procesos de enseñanza-aprendizaje y de la preparación holística del alumno-deportista de alto rendimiento en la enseñanza secundaria

Presentado por: David Albericio Gallardo.
Tipo de TFM: Propuesta de intervención.
Director/a: Profesora Nuria Calet Ruiz.
Ciudad: Zaragoza.
Fecha: 16 de enero de 2015.

ÍNDICE

RESUMEN-ABSTRACT

1. INTRODUCCIÓN-PRESENTACIÓN. LA EDUCACIÓN PERSONALIZADA EN EL ESTUDIANTE-DEPORTISTA.....	7
2. JUSTIFICACIÓN. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA. ANÁLISIS DEL ESTADO DE LA CUESTIÓN. ¿POR QUÉ UN TUTOR DEPORTIVO PERSONALIZADO?	8
3. CONTEXTUALIZACIÓN.....	9
3.1. BASE LEGISLATIVA Y NORMATIVA	9
3.2. OBJETO DE ESTUDIO	9
3.3. SITUACIÓN Y ENTORNO DE APLICACIÓN	10
4. OBJETIVOS. ¿PARA QUÉ UN SISTEMA EDUCATIVO PERSONALIZADO?	11
5. METODOLOGÍA.....	12
5.1. PARTICIPANTES	12
5.2. MEDIOS E INSTRUMENTOS	13
5.3. ACTIVIDADES.....	13
6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	15
6.1. PLANIFICACIÓN SISTÉMICA	15
6.1.1 <i>Evaluación diagnóstica inicial.....</i>	16
6.1.2 <i>Objetivos</i>	17
a) Objetivos de resultado o de rendimiento.....	18
b) Objetivos de desarrollo personal y de descubrimiento del sentido de la vida	19
c) Objetivos competenciales	20

6.1.3 Factores de rendimiento. Contenidos y actividades. Secuenciación.	
<i>Microestructuración</i>	24
a) Criterios para la construcción de un morfociclo patrón.....	26
b) Actividades de enseñanza-aprendizaje según las dimensiones y estructuras de la persona.....	26
6.1.4 Ejes metodológicos.	28
6.1.5 Control y evaluación	30
6.2. OPTIMIZACIÓN DE LA PREPARACIÓN HOLÍSTICA DEL ALUMNO-DEPORTISTA A TRAVÉS DE LAS TAREAS DE APRENDIZAJE.	32
6.2.1 ¿Qué entendemos por tarea de aprendizaje o de entrenamiento?	32
6.2.2 Sobre objetivos, correcciones y feedback	33
6.2.3 Sobre el diseño, planificación y control de las tareas dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.	34
6.2.4 Parámetros de interacción entre las diferentes dimensiones y estructuras del sistema dinámico y complejo, el alumno-deportista.	34
6.2.5 Sobre la motivación en nuestras tareas para mejorar el rendimiento.	34
.....	40
6.3. EL TUTOR-DEPORTIVO COMO FIGURA CLAVE EN EL PROCESO DE EDUCACIÓN PERSONALIZADA.	43
6.3.1 Diferencias y semejanzas con el profesor-tutor.	43
6.3.2 Descripción del perfil de un tutor-deportivo.	43
6.3.3 Funciones y tareas del tutor deportivo.	44
7. ANÁLISIS, RESULTADOS Y VALORACIONES DE LA INTERVENCIÓN	45
8. CONCLUSIONES Y REFLEXIONES FINALES	46
9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍCAS	49
ANEXOS	50

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Instrumentos de evaluación	13
Tabla 2. Instrumentos de evaluación diagnóstica inicial según las dimensiones de la persona.....	16
Tabla 3. Tipos de objetivos competenciales.....	20
Tabla 4. Objetivos de rendimiento	21
Tabla 5. Objetivos de desarrollo personal.	22
Tabla 6. Objetivos competenciales.	23
Tabla 7. Planificación microestructurada personalizada. Morfociclo patrón.	25
Tabla 8. Actividades de enseñanza-aprendizaje según las dimensiones de la persona.	26
Tabla 9. Evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje.	31
Tabla 10. Interrelación de objetivos necesaria en el diseño de tareas. Tarea 1.	33
Tabla 11. Ficha sobre el diseño de las tareas de aprendizaje teniendo en cuenta los parámetros necesarios para una adecuada planificación.....	35
Tabla 12. Interrelación entre objetivos y variantes metodológicas de la Tarea 1.	46

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Interrelaciones abiertas y dinámicas entre los diferentes principios fundantes del sistema hipercomplejo denominado persona y sus distintas dimensiones y estructuras que lo configuran.	10
Figura 2. Fases de la enseñanza (Ramírez, 2001).	15
Figura 3. Hipótesis y expectativas del proyecto de intervención.	17
Figura 4. Aportaciones de la educación personalizada (Bernardo et al. 2011).....	19
Figura 5. Ejes metodológicos a seguir durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.	29
Figura 6. Zona en flujo (Csikszentmihályi, 1990).....	41
Figura 8. Repercusión del estado en flujo en las capacidades del alumno. Modificado de J. Egbert (2003).....	47
Figura 9. Evolución en las necesidades de intervenciones pedagógicas.	48

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo I. Evaluación diagnóstica inicial. Cuestionario inicial.	51
Anexo II. Evaluación diagnóstica inicial. Test de condición física.	52
Anexo III. Evaluación diagnóstica inicial. Ficha de autoevaluación.	53

RESUMEN

El presente proyecto pretende exponer y llevar a la práctica una propuesta de intervención sobre la planificación sistémica de la preparación holística de un alumno-deportista de alto rendimiento en el contexto de su grupo escolar de enseñanza secundaria durante el curso académico.

Para ello se propone la figura del Tutor Deportivo, clave en el proceso de educación personalizada del alumno, asesorando y guiando en todo momento al mismo. Vínculo de unión entre el tutor académico, la familia y el centro deportivo o federación.

A lo largo del trabajo se analizará el contexto de aplicación concreto en el que el alumno participante desarrolla su actividad a nivel tanto de club deportivo, de centro educativo, de entorno familiar y personal. Seguidamente, tras una evaluación diagnóstica inicial, se delimitan los diferentes objetivos de aprendizaje y de entrenamiento así como los de rendimiento, tanto escolar y académico como deportivos y personales a alcanzar. Estos objetivos que determinarán el resto del proyecto y la planificación a llevar a cabo. A partir de aquí nos centraremos en el desarrollo de los principales factores implicados en el correcto desarrollo de los procesos de enseñanza-aprendizaje y de entrenamiento por medio de métodos personalizados. Además se expondrá el sistema de planificación y secuenciación y se indicarán los métodos de evaluación y control a seguir durante todo el proceso.

Por último, se presentará la valoración y las conclusiones alcanzadas a lo largo del desarrollo del proyecto y la aplicación de dicha planificación.

Palabras Clave

Optimización; preparación holística; educación personalizada; planificación sistemática; microestructuración; tutor-deportivo; naturaleza humana; estado en flujo.

ABSTRACT

This project aims to expose and implement an intervention proposal on systemic planning holistic development of a student-athlete high performance in the context of their school group of high school during the academic year.

For this figure Tutor Deportivo, key in the process of personalized education student advising and guiding at all times is proposed. Link between the academic tutor, family and sports center or federation.

Throughout the work the concrete application context in which the participating student operates at both sports club, school, family and personal environment will be discussed. Then, after an initial diagnostic evaluation, different learning objectives and training as well as performance, both formal and academic and sporting and personal delimiting reach. These objetivos that will determine the rest of the project and planning to carry out. From here we will focus on the development of the main factors involved in the proper development of the teaching-learning and training through personalized methods. Besides the planning system and sequencing will be discussed and methods of evaluation and control continue throughout the process are indicated.

Finally, assessment and conclusions reached during project development and implementation of such planning is presented.

Keywords

Optimization; holistic preparation; personalized education; systemic planning; microstructuring; sport-advisor; human nature; flow state.

1. INTRODUCCIÓN-PRESENTACIÓN. LA EDUCACIÓN PERSONALIZADA EN EL ESTUDIANTE-DEPORTISTA

La exigencia demandada a aquellos jóvenes que desean practicar un deporte de alto nivel, al mismo tiempo que el deber de rendir adecuadamente en su formación académica durante su etapa escolar, hace necesaria la intervención psicopedagógica de manera personalizada.

Deporte y educación son dos ámbitos que, además de aportar a la sociedad multitud de valores éticos y morales muy positivos, implican aprendizaje y/o entrenamiento constante. Para ello, se deben facilitar desde las administraciones los recursos e instrumentos necesarios que permitan atender con garantías a la diversidad de aquellos alumnos que por diferentes circunstancias practican deporte de alto rendimiento, de élite o profesional, siendo reconocidos y calificados como tal.

Durante décadas, el deporte de alto rendimiento le ha supuesto al joven deportista la necesidad de abandonar los estudios para dedicarse por completo a los entrenamientos y competiciones, con las consecuencias negativas que eso supone para el futuro del mismo a causa de la falta de formación en las diferentes dimensiones y ámbitos personales.

La educación personalizada nos ofrece evidencias más que notables para responder con éxito a las necesidades y requerimientos de la persona durante este bonito periodo como defiende su precursor García Hoz (1988), estableciendo las medidas oportunas durante los procesos de enseñanza-aprendizaje y alcanzar así un desarrollo integral del alumno-deportista.

Autores como Seirul-lo (2002) también han aportado elementos para una planificación necesaria que atienda y desarrolle las diferentes estructuras y dimensiones que constituyen a la persona deportista.

Por último, mantener una elevada motivación a lo largo de todo el proceso será fundamental para finalizarlo exitosamente. Así, Csikszentmihalyi (1990) establece cómo podemos conseguirlo a través de las tareas de enseñanza-aprendizaje o de entrenamiento.

2. JUSTIFICACIÓN. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA. ANÁLISIS DEL ESTADO DE LA CUESTIÓN. ¿POR QUÉ UN TUTOR DEPORTIVO PERSONALIZADO?

En la actualidad, desde nuestro conocimiento, no existen propuestas de intervención de similares características en el territorio español. Si bien es cierto que debemos diferenciar entre alumnado que se encuentra cursando la educación secundaria obligatoria o bachillerato en el sistema educativo tradicional o, por otro lado, alumnado que está cursando estudios universitarios. Es en este último nivel donde sí hay varias universidades que plantean la necesidad de atender con especial atención a este tipo de alumnado. Sin embargo, en las etapas anteriores no existen todavía hasta el momento proyectos piloto que permitan comprobar la eficacia de los mismos sobre los alumnos-deportistas.

Aún así, las diferentes órdenes reglamentarias que pretender aproximarse a la cuestión establecen medidas exclusivamente de tipo burocrático o administrativo. Tanto el Consejo Superior de Deportes, encargado de establecer la base legislativa al respecto, como el resto de administraciones que tienen competencias en la materia, contemplan medidas todas ellas referidas a las posibilidades de acceso a los diferentes estudios en los distintos niveles, a la exención de la materia de educación física, o al reconocimiento como deportistas de alto nivel o alto rendimiento con las ventajas que eso pueda conllevar a nivel de conciliación de horarios, fechas de exámenes y otros. Pero nunca y en ningún caso con una intervención pedagógica y formativa que ayude al aprendiz a progresar según sus peculiaridades.

Así, resulta necesaria la estructuración por parte de las diferentes administraciones educativas de las posibles acciones para este tipo de alumnado con necesidades específicas de atención educativa.

Para ello, se planteará a lo largo del trabajo la figura del tutor deportivo no como un mero secretario y resoluto de trámites burocráticos sino como un guía-asesor y orientador que acompañará al alumno-deportista a lo largo de todo el transcurso de su tarea educativa.

3. CONTEXTUALIZACIÓN

3.1. Base legislativa y normativa

En primer lugar, es necesario tener en cuenta los diferentes textos que recogen la base reglamentaria que rige al respecto.

A nivel estatal.

- Real Decreto 971/2007, de 13 de julio, sobre deportistas de alto nivel y alto rendimiento. Se determinan los aspectos necesarios y requisitos por parte de éstos para su calificación y nombramiento como tal.
- Corrección de errores del Real Decreto 971/2007, de 13 de julio, sobre deportistas de alto nivel y alto rendimiento, relativa a la anterior.

A nivel autonómico.

- Resolución 10 de marzo por la que se autoriza el programa de apoyo al joven deportista aragonés y se dictan instrucciones para su desarrollo. Texto legislativo que facilita la creación de éste programa educativo y que posibilita la figura del tutor-deportivo, sobre la que se señalan las funciones y tareas a realizar y que nos ayudarán a comprenderla.

3.2. Objeto de estudio

El presente trabajo de intervención pretende actuar sobre las diferentes dimensiones y estructuras que configuran el complejo sistema que supone lo que conocemos como persona, determinada ésta por los principios fundantes de la naturaleza humana.

Así, como se muestra en la Figura 1, se considerará la persona como un compendio de múltiples y posibles interrelaciones que de manera abierta, aleatoria y dinámica suceden en cada persona de un modo distinto y sobre las que podemos actuar, eso sí, tras un conocimiento y comprensión exhaustiva y rigurosa de las mismas.

De este modo y aplicando diferentes métodos y estrategias que más adelante se detallan podremos optimizar los procesos de enseñanza-aprendizaje y mejorar la preparación holística de un alumno-deportista, del cual se espera un alto rendimiento no solo deportivo sino también académico.

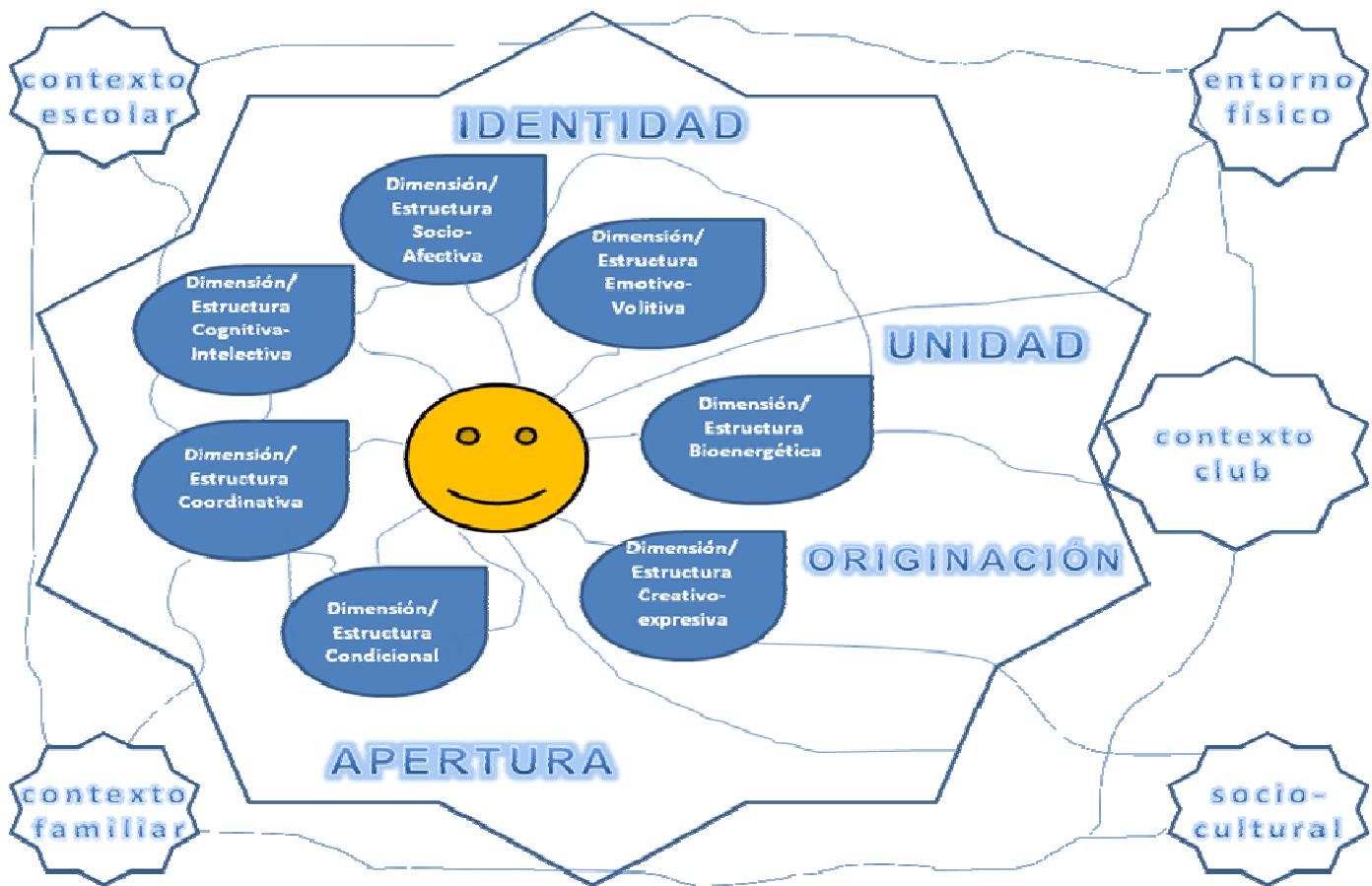


Figura 1. Interrelaciones abiertas y dinámicas entre los diferentes principios fundantes del sistema hipocomplejo denominado persona y sus distintas dimensiones y estructuras que lo configuran.

3.3. Situación y entorno de aplicación

La propuesta se va a poner en práctica con un alumno-deportista de 16 años. Estudiante que se encuentra cursando el primer curso de bachillerato en el Instituto de Enseñanza Secundaria Obligatoria Goya de la misma ciudad. Entrenamientos de mañana e incluso de tarde y clases de noche, son la tónica general y que más adelante conoceremos en detalle.

Además, la interacción con otro tipo de contextos como son el de su familia, su novia y sus amigos también serán motivo de estudio y análisis.

Todo con el objetivo de optimizar la preparación holística del alumno-deportista y conseguir un desarrollo integral del mismo a través de la educación personalizada.

4. OBJETIVOS. ¿PARA QUÉ UN SISTEMA EDUCATIVO PERSONALIZADO?

Teniendo en cuenta la finalidad del aprendizaje y las competencias a desarrollar y a adquirir a lo largo del proceso educativo en la etapa de bachillerato por un lado y, atendiendo a las expectativas que se tienen sobre la hipótesis objeto de estudio planteada por otro lado, podemos diferenciar dos tipos de metas a alcanzar con la puesta en práctica de ésta propuesta educativa personalizada en el contexto anteriormente descrito:

Objetivos generales:

- Adquirir los conocimientos y competencias que se pretenden en la etapa de bachillerato.
- Alcanzar los objetivos de rendimiento planteados tanto a nivel colectivo e individual como a nivel académico y deportivo.
- Mostrar una conducta ejemplar para otros adolescentes que quieren luchar por algo a través del esfuerzo, el respeto y la humildad.
- Valorar la posibilidad de tener éxito tanto deportivo como personal al mismo tiempo y la necesidad de ser responsable para ello.
- Elaborar la planificación sistémica y sus elementos fundamentales para el correcto desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Objetivos específicos:

- Ayudar a organizar el día a día de un adolescente con más responsabilidades de lo normal.
- Facilitar estrategias y métodos de aprendizaje eficaces teniendo en cuenta las características del contexto de aplicación.
- Mejorar las calificaciones a nivel académico respecto al año pasado con la aplicación de las medidas que se proponen.
- Colaborar con asociaciones y entidades que ayuden a adolescentes que estén en situaciones desfavorecidas y promover el estudio y los hábitos saludables entre los mismos.

5. METODOLOGÍA

Los métodos, estrategias y recursos educativos expuestos se dirigen a las tres áreas de actuación propuestas para un proyecto TFM de intervención.

1. Quehacer del profesor en el aula: a través de una propuesta muy clara y definida de cómo mantener una alta motivación e implicación por parte del alumno en cada tarea de aprendizaje que repercuta posteriormente de manera positiva en el proceso de aprendizaje.
2. Acción de orientación: en este caso por medio de la figura del tutor-deportivo, facilitando todo lo necesario para el crecimiento del alumno-deportista en todas las dimensiones y estructuras de su persona.
3. Dirección, organización y gestión del centro educativo: en lo referente al cumplimiento de lo previsto en las diferentes programaciones didácticas y proyectos tanto de centro educativo como en este caso del club deportivo y el equipo. Al mismo tiempo que facilitar los recursos pedagógicos a través de la propuesta que aquí se recoge para el cumplimiento de los objetivos planteados.

5.1. Participantes

Como se ha descrito anteriormente la propuesta de intervención está destinada exclusivamente a un alumno-deportista de alto rendimiento. Se trata de un joven de 16 años, natural de Zaragoza, jugador profesional en el Real Zaragoza SAD, equipo de la 2^a División española. Además, milita como jugador de la Selección Española de Fútbol Sub-18, así como en la Selección Aragonesa. Al mismo tiempo, es estudiante que se encuentra cursando el primer curso de bachillerato en el Instituto de Enseñanza Secundaria Obligatoria Goya de la misma ciudad. Realiza entrenamientos de mañana e incluso de tarde y clases por la noche. Tiene novia de su misma edad y grupo de amigos con los que comparte algunos ratos libres.

5.2. Medios e instrumentos

Para valorar el transcurso de la planificación y el proceso de enseñanza-aprendizaje así como el de entrenamiento contamos con diferentes medios e instrumentos que se muestran en la Tabla 1.

Tabla 1. Instrumentos de evaluación.

EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA INICIAL (EDI)	EVALUACIÓN CONTINUA (EC)	EVALUACIÓN FINAL (EF)
<ul style="list-style-type: none"> - Pruebas de evaluación diagnóstica inicial de las diferentes asignaturas. - Test iniciales sobre la condición física y técnico-táctica. - Cuestionario inicial. - Autoevaluación. - Informe de evaluación diagnóstica inicial. 	<ul style="list-style-type: none"> -Resultados académicos trimestrales. -Cuadro de estadísticas deportivas individuales y colectivas trimestrales. -Informes académicos trimestrales. -Test técnico-tácticos y de condición física según planificación deportiva. -Autoevaluación. -Entrevista psicopedagógica semanal. -Tutorización permanente. 	<ul style="list-style-type: none"> -Resultados finales de curso. - Resultados de fin de temporada deportiva. - Resultados del curso y temporada pasada. - Cuestionario final y autoevaluación. - Informes de evaluación final: entrenador, profesores, tutor-académico, psicólogo y tutor-deportivo.

5.3. Actividades

Todas las actividades que se plantean están destinadas a actuar en cada uno de los contextos en los que desarrolla su actividad nuestro alumno-deportista objeto de estudio y en cada una de las dimensiones o estructuras de la persona configuradoras de la misma y sus principios fundantes: identidad, apertura, originación y unidad (García Hoz, 1988).

A través de una secuenciación semanal o microestructuración (Seirul-lo, 2002) se presentarán las tareas y actividades a desarrollar. Así, se podrá establecer un morfociclo patrón similar todas las semanas con actividades diversas, diferenciando si hay una o dos competiciones deportivas. Así, distinguiremos:

- Actividades para la dimensión cognitiva-intelectiva: encaminadas a desarrollar el intelecto, favorecer los procesos de aprendizaje y la adquisición de conocimientos.
- Actividades para la dimensión socio-afectiva: destinadas al fomento de las relaciones personales y el manejo de las habilidades sociales.
- Actividades para la dimensión emotivo-volitiva: capacidades que llevan a la persona a existir, buscar el sentido de la vida y a actuar por algo. El trabajo con las emociones, los sentimientos y sensaciones de la persona se presenta como trabajo de inteligencia emocional o inteligencia de inteligencias.
- Actividades para la dimensión bioenergética: hacen referencia a todas aquellas tareas encargadas de atender a las características tanto genéticas como propias de la naturaleza humana: nutrición, funciones vitales, descanso u otras.
- Actividades para la dimensión creativo-expresiva: definitorias de cada persona, su carácter, forma de ser, de relacionarse y en definitiva de culturizarse.
- Actividades para la dimensión corpórea: son todas aquellas destinadas al tratamiento del cuerpo y desarrollo de unos hábitos saludables, tanto a nivel de su estructura condicional como de la coordinativa.

Por último, todas las tareas se plantearán con el objetivo de buscar la máxima implicación por parte del alumno-deportista generando así una alta motivación que repercuta posteriormente de manera positiva en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Csikszenmihalyi, 1990).

6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

6.1. Planificación Sistémica

A lo largo de todo el proceso de enseñanza vamos a tener que tomar múltiples e importantes decisiones como docentes. Atendiendo a Ramírez (2001), en la Figura 2 podemos distinguir tres fases:

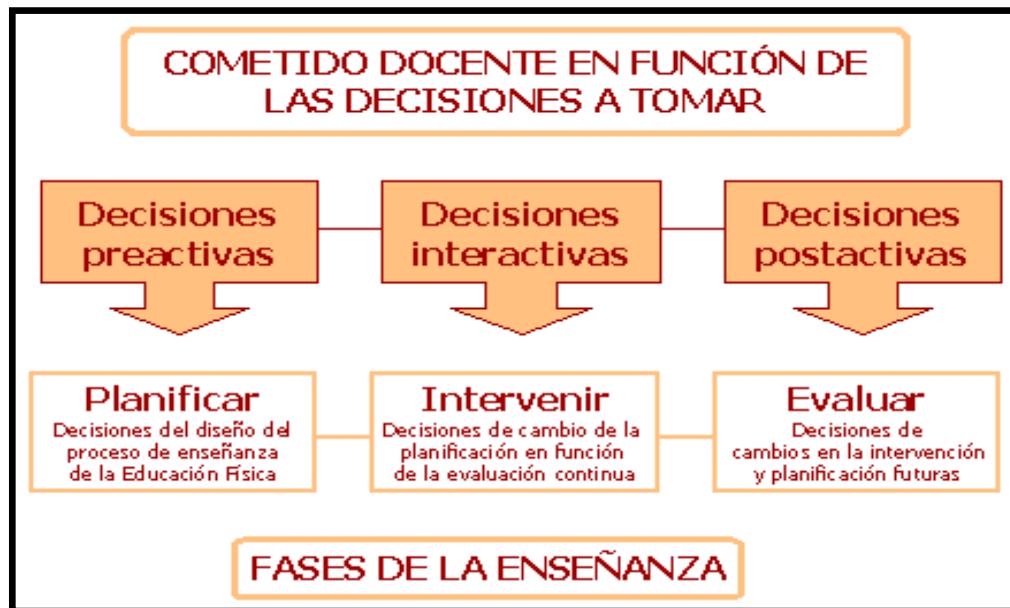


Figura 2. Fases de la enseñanza (Ramírez, 2001).

Así, las acciones y decisiones que a continuación se muestran corresponden con esta primera fase del proceso, la de planificación y diseño, y fundamentalmente se resumen en:

1. Determinar el nivel inicial y los conocimientos previos.
2. Establecer objetivos y metas a alcanzar.
3. Fijar los contenidos y actividades de enseñanza-aprendizaje, factores de rendimiento que nos permitirán conseguir los objetivos propuestos. Presentar el modelo de planificación-programación y su secuenciación.
4. Dar a conocer la metodología a emplear.
5. Establecer los métodos de evaluación.

6.1.1 Evaluación diagnóstica inicial

En este caso se pretende conocer el punto de partida, determinar los conocimientos previos del alumno-deportista y su nivel.

No debemos olvidar que no nos centraremos exclusivamente en el análisis de la dimensión cognitiva-intelectiva, como es normal en el sistema educativo tradicional, sino que estudiaremos todas las dimensiones y estructuras de la persona.

Así pues, en la Tabla 2 distinguimos los instrumentos de evaluación atendiendo a cada dimensión de la persona de manera concreta.

Tabla 2. Instrumentos de evaluación diagnóstica inicial según las dimensiones de la persona.

EVALUACIÓN DIGANÓSTIVA INICIAL		
DIMESIÓN/ESTRUCTURA	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	
Cognitiva-intelectiva.	Pruebas de E.D.I de las diferentes asignaturas.	
Socio-afectiva.		
Emotivo-volitiva.	Cuestionario inicial.	
Bioenergética.	Autoevaluación.	
Creativo-expresiva.		
D. Corpórea:	Test iniciales sobre la condición física y	
E. Condicional y E. Coordinativa	habilidades técnico-tácticas.	Informe de evaluación

En los anexos I, II y III se pueden observar detenidamente y de manera íntegra cada uno de los tres instrumentos de evaluación específicos que aquí se citan, al margen de los utilizados por cada docente para su asignatura: un cuestionario que se le entrega al alumno-deportista al inicio del curso para conocer diferentes aspectos sobre éste y obtener información sobre algunas dimensiones de su persona, una ficha de autoevaluación estándar hasta la fecha y el documento para el registro de los resultados obtenidos en las pruebas destinadas a conocer el nivel de aptitud físico-motriz.

6.1.2 Objetivos

Como hemos indicado anteriormente, las metas a alcanzar y que nos guiarán en todo momento durante el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje pueden clasificarse en tres ámbitos:

- a) Objetivos de resultado o de rendimiento.
- b) Objetivos de desarrollo personal y descubrimiento del sentido de la vida.
- c) Objetivos competenciales.

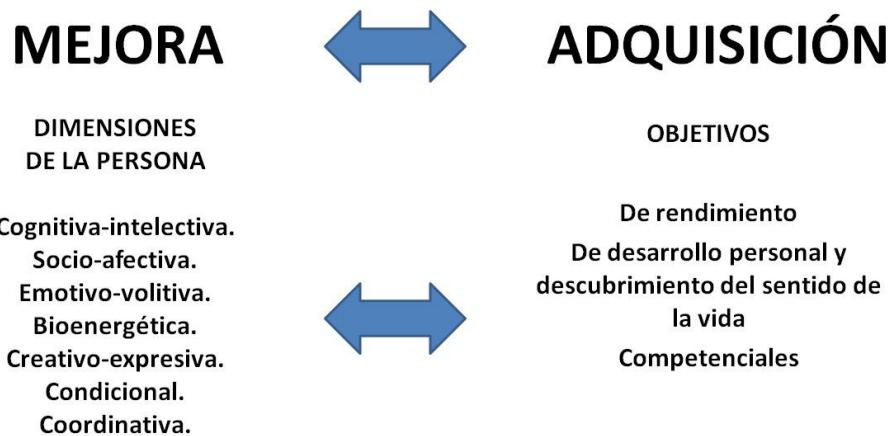


Figura 3. Hipótesis y expectativas del proyecto de intervención.

Así esperamos que, a través de la metodología propuesta y mejorando en cada dimensión de la persona de manera integral, se adquieran los objetivos que se pretenden (Figura 3).

a) Objetivos de resultado o de rendimiento

En primer lugar, las expectativas por parte de todos los agentes implicados en el proceso educativo guardan relación con la mejora en el rendimiento deportivo así como en el académico por parte del alumno-deportista, aumentando éstos fundamentalmente a nivel individual con respecto a las temporadas anteriores.

Atendiendo a García Hoz (1988) podemos categorizar el rendimiento utilizando criterios externos o internos. De manera interna supondría que el rendimiento puede ser satisfactorio o insatisfactorio según los procesos de autoevaluación del propio alumno-deportista en relación a sus expectativas y capacidades personales. De otro modo, externamente, supondría determinar si el rendimiento o logro alcanzado ha sido suficiente o insuficiente según lo establecido por las diferentes programaciones o currículos. Es decir, analizaremos cuatro categorías de objetivos referidas al rendimiento, tanto de manera externa o heteroevaluación como de manera interna o autoevaluación.

- Alumnos con un rendimiento suficiente y satisfactorio.
- Alumnos con un rendimiento suficiente e insatisfactorio.
- Alumnos con un rendimiento insuficiente y satisfactorio.
- Alumnos con un rendimiento insuficiente e insatisfactorio.

b) Objetivos de desarrollo personal y de descubrimiento del sentido de la vida

Además, se desea que las sensaciones, sentimientos, emociones y percepción subjetiva del alumno sea adecuada, alcanzando un estado de salud y bienestar óptimo que le permita llevar a cabo con energía, vigor y entusiasmo las tareas del día a día a nuestro deportista-estudiante.

El desarrollo y perfeccionamiento personal continuo y pleno, el sentido de la vida y la búsqueda de la felicidad, vendrán determinados por el mantenimiento de una adecuada autoestima, una elevada motivación y el desarrollo de los procesos de autorregulación, y al fin y al cabo, el potenciamiento del desarrollo de las inteligencias múltiples o inteligencia emocional. Estos objetivos se pueden alcanzar mediante las aportaciones de la educación personalizada según plantea Bernardo et al. (2011) en la Figura 4.

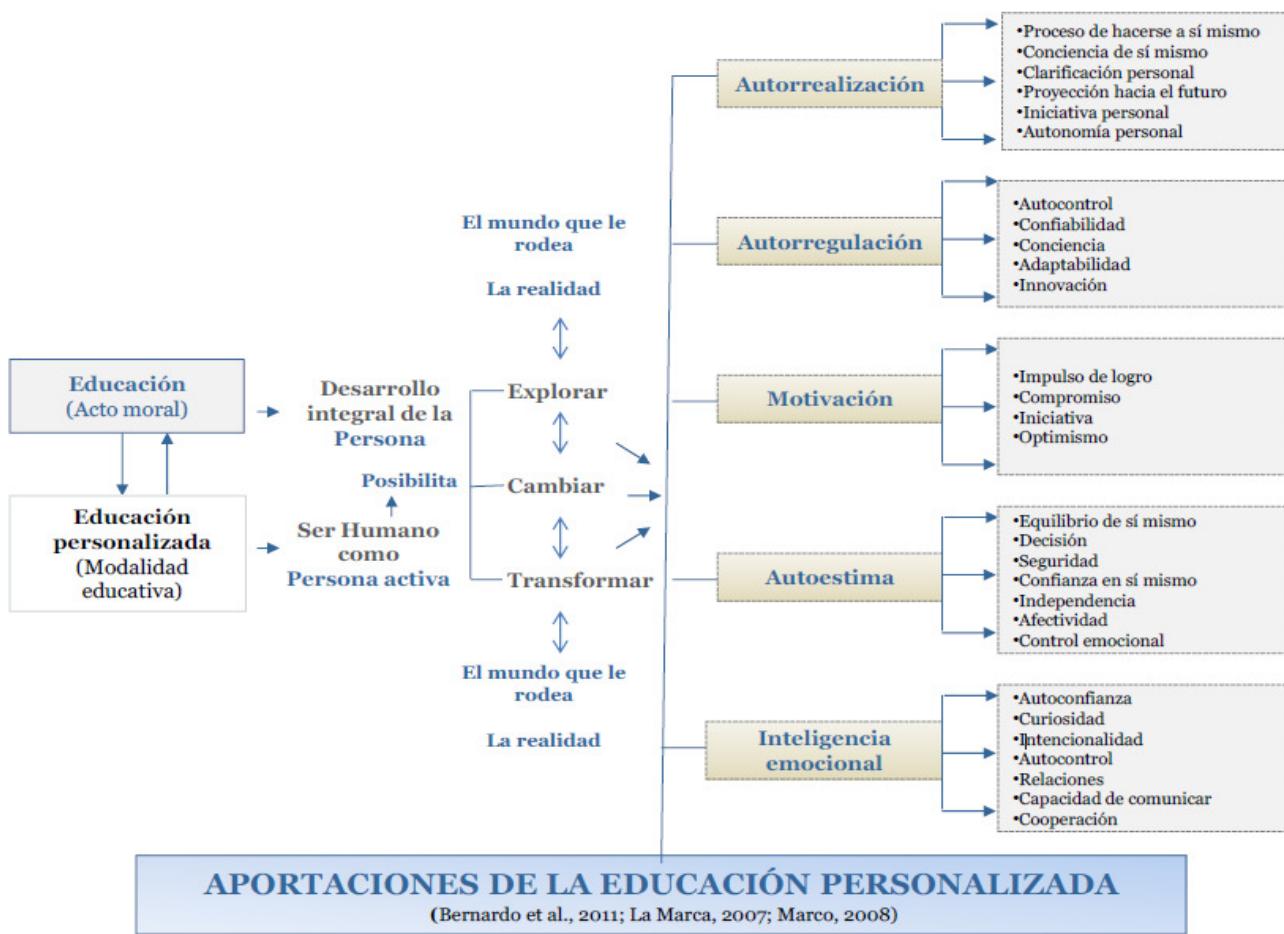


Figura 4. Aportaciones de la educación personalizada (Bernardo et al. 2011).

c) Objetivos competenciales

Por último, mediante la puesta en práctica del presente proyecto y el correcto desarrollo de los procesos de enseñanza-aprendizaje y de entrenamiento a través de las tareas y metodología propuesta, se espera que nuestro alumno-deportista alcance diferentes objetivos competenciales en los ámbitos y niveles que a continuación se muestran en la Tabla 3 según Bernardo et al. (2011).

Tabla 3. Tipos de objetivos competenciales.

OBJETIVOS COMPETENCIALES			
Exigencia	Nivel		Ámbito
Comunes De equipo / grupo de clase	De entrenamiento /aprendizaje	Generales	Saber
			Saber hacer
			Saber ser
	Terminales	Cerrados	Saber
			Saber hacer
			Saber ser
Individuales Alumno/ deportista	De entrenamiento /aprendizaje	Concretos operativos	Saber
			Saber hacer
			Saber ser
	Abiertos	Abiertos	Saber
			Saber hacer
			Saber ser

Fuente: *Adaptado de Bernardo et al. (2011).*

A continuación se exponen en las tablas 4, 5 y 6 los diferentes objetivos a alcanzar con la presente propuesta por parte de nuestro alumno-deportista.

Tabla 4. Objetivos de rendimiento.

OBJETIVOS DE RENDIMIENTO			
Exigencia	Nivel	Criterio de evaluación	
Resultado	Comunes. De equipo / grupo de clase	Rendimiento suficiente y satisfactorio.	<ul style="list-style-type: none"> - Ascender a primera división - Ser uno de los 3 equipos menos goleado - “jugar la final” con el resto de grupos de 1º de Bachillerato - Ser el grupo con menos incidencias: conductuales y formales
		Rendimiento suficiente e insatisfactorio.	<ul style="list-style-type: none"> - Ascender a primera división en una liga con menos de 40 puntos - Ser uno de los 3 menos goleados pero no de los 3 más goleadores - “jugar la final” con el resto de bachilleratos con menos de 7,45 - Ser el grupo con menos incidencias pero tener muchas
		Rendimiento insuficiente y satisfactorio.	<ul style="list-style-type: none"> - No ascender a primera división jugando el play off hasta el final - No ser uno de los 3 equipos menos goleado pero si goleadores - No “jugar la final” con el resto de bachilleratos por decimas - No ser el grupo con menos incidencias pero haberlas reducido 40%min.
		Rendimiento insuficiente e insatisfactorio.	<ul style="list-style-type: none"> - Luchar por otro objetivo que no sea el ascenso - Ser uno de los 3 equipos más goleados - No “jugar la final” con el resto de grupos de 1º de Bachillerato - No ser el grupo con menos incidencias: conductuales y formales
	Individuales. Alumno/ deportista	Rendimiento suficiente y satisfactorio.	<ul style="list-style-type: none"> - Ser jugador clave: titular en más del 50% y siempre convocado - Ser uno de los 3 defensores con menor ratio de tarjetas - Tener una nota media superior a 7,5 - No tener ninguna incidencia conductual y justificar todas las formales
		Rendimiento suficiente e insatisfactorio.	<ul style="list-style-type: none"> - Ser jugador clave pero no tener buenas actuaciones técnico-tácticas - Tener ratio bajo de tarjetas pero haber sido expulsado más de 3 - Tener una nota media superior a 7,5 pero no sobresaliente en EF - No tener ninguna incidencia conductual pero faltar mucho a clase
		Rendimiento insuficiente y satisfactorio.	<ul style="list-style-type: none"> - No ser jugador clave pero tener buenas actuaciones técnico-tácticas - No ser uno de los defensores con menor ratio pero no haber sido expul. - No tener una nota media superior a 7,5 pero sobresaliente en EF y +6,5 - Tener incidencias formales pero justificarlas todas
		Rendimiento insuficiente e insatisfactorio.	<ul style="list-style-type: none"> - No ser jugador clave y no tener buenas actuaciones t-t. - No ser un jugador con ratio bajo y tener expulsiones - Tener una nota media inferior a 6,5 y no tener sobresaliente en EF - Tener incidencias conductuales y no justificadas las formales

Optimización de los procesos de enseñanza-aprendizaje del alumno-deportista.

Tabla 5. Objetivos de desarrollo personal.

OBJETIVOS DE DESARROLLO PERSONAL				
Exigencia	Nivel	Ámbito	Criterio de evaluación	
Descubrimiento del sentido de la vida	Individuales. Alumno/ deportista	Explorar - Cambiar - Transformar	Autorregulación Inteligencia emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Autocontrol. Controlar la efusividad ante las victorias y logros y el decaimiento ante las derrotas, tanto en lo que se refiere a lo deportivo (partidos, errores téc-tác) como en lo académico (exámenes, ejercicios) - Estrés y ansiedad. Regular el estrés y la ansiedad utilizando técnicas de relajación aprendidas tanto en exámenes como ante competiciones - Equilibrio emocional. Ser regular en todos los ámbitos y dimensiones de la vida, asistiendo a los entrenos y las clases, disfrutando con la familia, amigos y compañeros y teniendo buenos hábitos de salud.
				<ul style="list-style-type: none"> - Tareas. Realizar al máximo de las posibilidades cada tarea, cada ejercicio, cada aprendizaje, todo a la máxima intensidad. También disfrutar a la máxima intensidad. - Objetivos. Recordar siempre los objetivos antes de cada partido y/o examen así como en los momentos difíciles. - Disfrutar. Compartir los buenos momentos con la familia, amigos y compañeros.
				<ul style="list-style-type: none"> - Seguridad y confianza. No tener nunca la sensación de ser inferior o no ser capaz de hacerlo. No tener miedo. Tener la fuerza mental de querer superar todo y en todo momento. - Afectividad. Dejarse apoyar por los seres queridos y los profesionales que te rodean. Agradecer en todo momento su disposición. - Solidaridad. Ser solidario con los colectivos desfavorecidos a través de acciones y gestos que ayuden a los mismos.

Tabla 6. Objetivos competenciales.

OBJETIVOS COMPETENCIALES				
Exigencia	Nivel	Ámbito	Criterio de evaluación	
Entrenamiento /aprendizaje	Comunes	Generales	Saber	Adquirir los conocimientos programados en las distintas asignaturas. Conocer los principios fundamentales del juego en ataque, defensa y estrategia.
			Saber hacer	Poner en práctica lo aprendido en las diferentes materias. Llevar a cabo las acciones necesarias para cumplir con los principios del juego en ataque, defensa y estrategia.
			Saber ser	Valorar el compañerismo ofrecido por otros estudiantes al prestar apuntes, apuntar deberes, etc. Considerar la necesaria labor conjunta del equipo a la hora de defender y atacar para tener éxito en el campo.
	De equipo / grupo de clase	Terminales	Saber	Adquirir las bases de un nuevo idioma: alemán. Conocer las acciones tácticas a desarrollar en ataque, defensa y estrategia.
			Saber hacer	Poner en práctica lo aprendido en alemán en períodos vacacionales. Ejecutar las acciones tácticas requeridas en situación competitiva.
			Saber ser	Agradecer y tener gestos con los compañeros que facilitan las tareas educativas. Ser solidario a la hora de realizar las transiciones ataque-defensa.
Alumno/ deportista	Individuales	Concretos operativos	Saber	Ir a clase de alemán una vez por semana. Saber cómo actuar tanto en el 1-4-3-3 como en el 1-4-4-2 como central.
			Saber hacer	Conversar en alemán una vez a la semana con nativos. Ejecutar acciones técnicas relativas a los sistemas de referencia (golpeo cabeza, etc.)
			Saber ser	Quedarse cada semana con un compañero de clase cada fin de semana y facilitar asistir a partidos. Animar y motivar al resto del equipo en cada transición ataque-defensa.
	Alumno/ deportista	Abiertos	Saber	Viajar a Alemania y conocer in situ su cultura, gastronomía a la vez que el idioma. Reconocer los errores y aciertos atendiendo a las acciones necesarias en el 1-4-3-3
			Saber hacer	Leer libros, revistas, artículos en alemán. Visionar las acciones técnico-tácticas individuales en el 1-4-4-2 y 1-4-4-3 y reconocer aciertos y errores
			Saber ser	Ser crítico con los errores y aciertos individuales y que repercuten en el grupo. Reflexionar sobre la repercusión de mi solidaridad y la buena relación con los compañeros del equipo/clase a la hora de conseguir los objetivos.

6.1.3 Factores de rendimiento. Contenidos y actividades. Secuenciación.

Microestructuración

Entendemos por factores de rendimiento aquellos conocimientos y disciplinas que van a ser determinantes para la consecución de los objetivos a través del estudio y tratamiento de los diferentes contenidos de aprendizaje, las actividades y tareas de aprendizaje.

Teniendo en cuenta las peculiaridades de nuestro alumno-deportista objeto de estudio y considerando las mismas como una necesidad específica de apoyo educativo (ACNEAE) que requiere una atención educativa diferente a la ordinaria por condiciones personales o de historia escolar según se establece en el Título II, Capítulo I, Artículo 71 de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), será necesario establecer una planificación y programación diferentes.

Basándonos en Seirul-lo (2002) la microestructuración permite atender a todas las dimensiones de la persona en cortos plazos de tiempo favoreciendo el tratamiento global e integral en circunstancias espaciales y temporales de difícil organización.

La diferenciación de este tipo de secuenciación con otros de carácter mensual o trimestral es que se puede llevar un control y evaluación continua del proceso constantemente, además se trabajan todas las dimensiones de la persona atendiendo a unas características individuales muy concretas sin centrarse exclusivamente en una de ellas como puede ser la dimensión cognitiva-intelectual, algo muy usual y frecuente en el sistema educativo tradicional. Otra de las distinciones fundamentales de éste tipo de secuenciación sería la flexibilidad que la misma permite, ya que nos aseguramos de que todas las semanas se trabajan contenidos orientados a todas las dimensiones de la persona para ayudarnos a alcanzar las metas fijadas. Sin embargo, deberemos tener en cuenta siempre los métodos de intervención generales y los objetivos generales marcados esta vez sí a medio y largo plazo.

En la siguiente Tabla 7 se muestra el morfociclo patrón o secuenciación semanal a seguir. Posteriormente, se describe cada actividad diferenciando según a la dimensión de la persona a la que se destina.

PLANIFICACIÓN MICROESTRUCTURADA PERSONALIZADA -MORFOCICLO PATRÓN-

Tabla 7. Planificación microestructurada personalizada. Morfociclo patrón.

LEYENDA		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
Dimensión cognitiva-intelectiva.■	8-8.30							
	8.30-9							
	9-9.30							
	9.30-10							
Dimensión socio-afectiva.■	10-10.30							
	10.30-11							
	11-11.30							
Dimensión emotivo-volitiva.■	11.30-12							
	12-12.30	Tutorización	La lista de la compra	Deutsch Klasse	Deutsch Unterhaltung	Entreno individual	El fútbol base	COMPETICIÓN
	12.30-13							
	13-13.30	El diván.	Estudio	Estudio	Estudio	Coaching	Los demás	
	13.30-14							
	14-14.30							
Dimensión creativo-expresiva.■	14.30-15							
	15-15.30							
	15.30-16							
	16-16.30							
Dimensión bioenergética.■	16.30-17							
	17-17.30							
	17.30-18							
	18-18.30							
Dimensión corpórea.■	18.30-19							
	19-19.30							
Estructura condicional.	19.30-20							
	20-20.30							
Estructura coordinativa.	20.30-21							
	21-21.30							
	21.30-22							
	22-22.30							
	22.30-23	1, y 2.	Estudio	La familia	La novia	Los amigos	Ensayo general	
	23-23.30							

a) Criterios para la construcción de un morfociclo patrón.

- Tener en cuenta todas las dimensiones y estructuras de la persona.
- Comprometerse a ser regular todas las semanas en el cumplimiento del morfociclo acordado, siendo flexible cuando las obligaciones tanto deportivas como académicas lo exijan.
- Fijar el horario desde el despertar hasta el acostar.
- Señalar el horario de las actividades lectivas e indicar los tiempos de estudio personal y actividades extraescolares.
- Mostrar el periodo de entrenamiento y de competición orientativos.
- Determinar cinco momentos al día para reponer energía: comer y descansar.
- Realizar actividades complementarias y culturales al menos una vez a la semana.
- Disfruta de los ratos libres con las personas que más quieras.
- Planificar y anticipar la semana según las diferentes circunstancias que acontecerán.
- En vacaciones, no hay morfociclo que valga.

b) Actividades de enseñanza-aprendizaje según las dimensiones y estructuras de la persona.

Tabla 8. Actividades de enseñanza-aprendizaje según las dimensiones de la persona.

DIMESIÓN/ESTRUCTURA	ACTIVIDADES
Cognitiva-intelectiva.	<ul style="list-style-type: none">- IES: actividades lectivas ordinarias en el instituto de enseñanza secundaria obligatoria IES Goya.- Estudio: periodo de tiempo destinado para el trabajo personal e individual en la sala de estudio de la CD.- Deutsch Klasse: clase de alemán en la CD.- Deutsch Unterhaltung: clase de conversación de la CD.- La mochila: tiempo para la planificación semanal de manera autónoma, preparación de materiales, anticipar eventos.

DIMESIÓN/ESTRUCTURA	ACTIVIDADES
Socio-afectiva.	<ul style="list-style-type: none">- La familia: dedicación exclusiva para todo lo que deseas con tu familia.- La novia: tener tiempo para vosotros dos. Lo merecéis.- Los amigos: Nunca descuides tus amigos de verdad.- El tercer tiempo: A las buenas y a las malas después de un partido todos juntos.- El fútbol base: Ayuda y anima a los más pequeños.- Los demás: Se solidario con quien más lo necesita.
Emotivo-volitiva.	<ul style="list-style-type: none">- Tutorización: cuéntale a tu tutor-deportivo en qué te gustaría que te ayudase. Escucha todo lo que te propone- El Diván: Luis te ayudará en los momentos más difíciles. A superar miedos, tener confianza y ser tú.- Coaching: preparación individual para cada partido.- Ensayo general: momento para aplicar las técnicas de visualización y concentración precompetitivas.- 1, y 2: tiempo para relajarte. Aplica los métodos de Jacobson y Schultz para reponer energía.
Creativo-expresiva.	<ul style="list-style-type: none">- ¿Qué plan cultivamos?: en esta ocasión eliges tú con quien quieras o solo qué se va a hacer. La cultura, el cine, el arte, la música y otras cosas, ¿pero qué?
Bioenergética.	<ul style="list-style-type: none">- Desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena son importantísimos para rendir durante todo el día. Sigue las indicaciones de Javier el nutricionista.- La siesta y descansar bien todas las noches te ayudarán a reponer energía y encontrarte a tope en nada.- La lista de la compra: acompaña a Javier para hacer la compra de tu casa. No solo la comida, esta tarea doméstica es tu responsabilidad.- La visita del Dr.: Luis y los fisios te atenderán todos los días para tratar que estés al 100% en cada momento.
D. Corpórea: E. Condicional y E. Coordinativa	<ul style="list-style-type: none">- Entreno: quedas a disposición del equipo siempre que éste lo exija.- Entreno individual: Andrés te acompañará para que perfecciones lo peor y lo mejor de ti.

6.1.4 Ejes metodológicos.

El eje metodológico principal será la consideración de la persona como un sistema de sistemas. Ésta se configura en el marco de lo determinado por su especie. La naturaleza humana condiciona al hombre en una serie de rasgos que, al mismo tiempo, se definen de distinta manera en cada persona. Así, entendemos a la persona como un sistema complejo, cuyas variables constituyentes no son conocidas completamente y por tanto su análisis y comprensión resultan difíciles. Esto provoca que conocer una de sus partes no implique necesariamente conocer el conjunto, dando sentido así al principio de unidad. También se trata de un sistema dinámico, en continuo cambio, con pretensiones y capacidad de evolucionar hacia la perfección, modificando el propio sistema si es necesario a través de procesos autopoieticos (Maturana y Varela, 1972). Al mismo tiempo consideramos a la persona como un sistema abierto, en constante interacción con otros sistemas, contextos y proyectando la esencia de su ser a la sociedad en lo que conocemos como proceso de culturización.

En segundo lugar, resultará primordial el conocimiento exhaustivo de los principios fundantes, dimensiones y estructuras que lo componen. Será necesario comprender las diferentes interrelaciones abiertas, dinámicas y aleatorias que se dan entre las distintas partes que lo conforman. La educación personalizada permite atender a cada una de ellas y de manera integral al mismo tiempo.

En tercer lugar, para poder dar sentido a la naturaleza humana, la educación en valores tales como la disciplina, el respeto, el esfuerzo, el compañerismo y la solidaridad resultarán claves.

Posteriormente, adentrándonos en los aspectos más pedagógicos que regirán los procesos de enseñanza-aprendizaje por parte del alumno se propone la planificación microestructurada, anteriormente detallada, como medio extraordinario para atender a la diversidad de alumnos que presentan necesidades específicas de apoyo educativo como es el de nuestro propio caso objeto de estudio.

Por último, diseñar adecuadamente las tareas de aprendizaje será fundamental para el mantenimiento de una elevada motivación durante todo el proceso por parte del alumno que le posibilite alcanzar los objetivos planteados con garantías de éxito y un elevado rendimiento tanto académico como deportivo. En el apartado 6.2 se analiza cómo conseguirlo con una propuesta clara y precisa.

En la Figura 5 se indican las bases metodológicas a considerar y que deberán ser conocidas exhaustivamente y aplicadas con rigor por el tutor-deportivo, encargado de llevar a cabo el proyecto de formación personal del alumno-deportista.

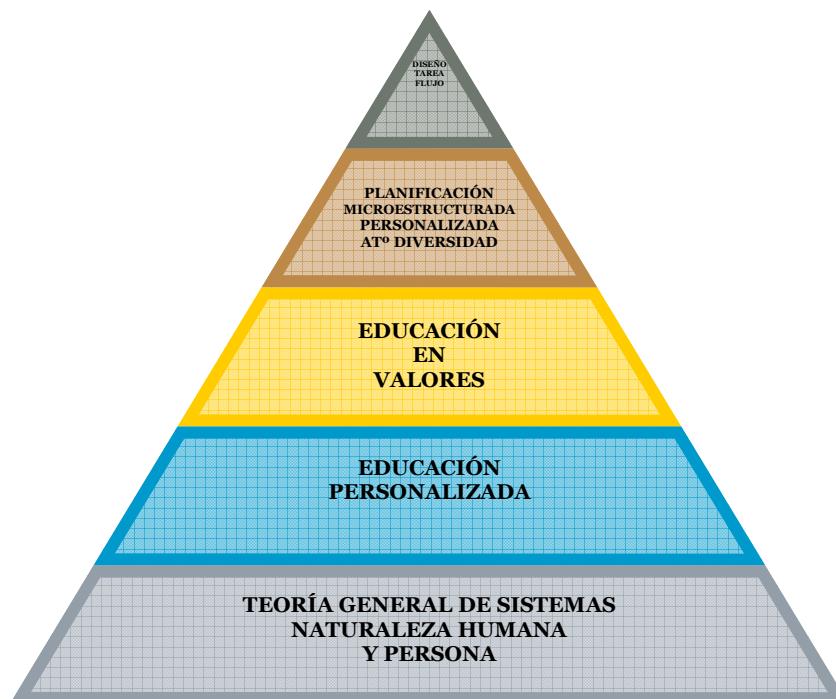


Figura 5. Ejes metodológicos a seguir durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

6.1.5 Control y evaluación

La evaluación de la enseñanza no puede ni debe concebirse al margen de la evaluación del aprendizaje. Cuando evaluamos los aprendizajes que han realizado los alumnos estamos también evaluando, se quiera o no, la enseñanza que hemos llevado a cabo. La evaluación nunca lo es, en sentido riguroso, de la enseñanza o del aprendizaje, sino más bien de los procesos de enseñanza-aprendizaje. Por razones de operatividad y coherencia se debe diferenciar en dos ámbitos el proceso de evaluación. Por una parte, estableceremos la evaluación de la enseñanza y por otra del aprendizaje. Aunque finalmente, evaluaremos y valoraremos ambos en su conjunto. En cada evaluación deberemos atender al ¿qué evaluamos? (objeto de evaluación), ¿para qué? (objetivo de la evaluación), ¿por qué? (justificación), ¿cuándo? (momentos de evaluación), ¿cómo? (procedimientos, instrumentos y actividades) y a los criterios de evaluación.

En la siguiente Tabla 9 se resumen las características del proceso evaluativo que se desarrollará a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, diferenciando los métodos para cada una de las fases pero con la necesidad de establecer las relaciones necesarias para la comprensión integra de lo acontecido.

Tabla 9. Evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

	EVALUACIÓN DE LA ENSEÑANZA	EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE
OBJETIVO ¿Para qué?	<ul style="list-style-type: none">- Conocer el grado de eficacia de las acciones llevadas a cabo tanto por los diferentes profesionales implicados en la tarea educativa como por el resto de agentes de la comunidad.- Poder tomar decisiones que repercutan positivamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.- Determinar la satisfacción por parte del alumno con las acciones llevadas a cabo.	<ul style="list-style-type: none">- Conocer el grado de asimilación por parte del alumno-deportista en de los factores de rendimiento a nivel de las diferentes dimensiones y estructuras que conforman la persona.- Poder tomar decisiones que repercutan positivamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.- Determinar la satisfacción por parte del alumno con el rendimiento alcanzado.
OBJETO ¿Qué?	<ul style="list-style-type: none">- Grado de eficacia de los profesionales.- Grado de satisfacción del alumno-deportista.- Grado de implicación del resto de agentes.	<ul style="list-style-type: none">- Grado de cumplimiento de los objetivos marcados.- Grado de satisfacción del alumno-deportista.- Rendimiento académico y deportivo.
JUSTIFICACIÓN ¿Por qué?	Se hace necesario saber sobre la influencia de los diferentes miembros de la comunidad educativa en los procesos de e-a del alumno-deportista.	Se hace necesario saber el alcance de lo desarrollado por parte del alumno-deportista, observando la evolución y en caso positivo su crecimiento en los diferentes ámbitos.
MOMENTOS ¿Cuándo?	<ul style="list-style-type: none">- Evaluación continua.- Evaluación final.	<ul style="list-style-type: none">- Evaluación inicial.- Evaluación continua.- Evaluación final.
PROCEDIMIENTOS INSTRUMENTOS ¿Cómo?	<ul style="list-style-type: none">- Cuestionario de eficacia.- Cuestionario de satisfacción.	Los descritos en la página 14, Tabla 1 que se refieren a los instrumentos a analizar en cada momento de la evaluación.
CARACTERÍSTICAS ¿Quién?	<ul style="list-style-type: none">- Heteroevaluación (por parte del alumno-deportista).- Autoevaluación (por parte del profesional)	<ul style="list-style-type: none">- Heteroevaluación (por parte del alumno-deportista).- Autoevaluación (por parte del profesional)
CRITERIOS	<ul style="list-style-type: none">- Colaborar en el cumplimiento de los objetivos.- Satisfacer las necesidades del alumno en relación a los objetivos planteados.	Los indicados en las páginas 22, 23 y 24, Tabla 4, Tabla 5 y Tabla 6 respectivamente y que se refieren a los criterios de evaluación para cada objetivo marcado.

6.2. Optimización de la preparación holística del alumno-deportista a través de las tareas de aprendizaje.

Indagando actualmente en los pasos necesarios a dar por el camino que conduce al éxito personal tanto académico como deportivo, de un joven estudiante, encontramos necesariamente la multidisciplinariedad como método de trabajo, la inmersión de las nuevas tecnologías como recurso, el potenciamiento de las lenguas propias y extranjeras, el desarrollo de las inteligencias múltiples o inteligencia emocional, el fomento de las habilidades sociales y relaciones personales, las mejoras en las prestaciones materiales en instalaciones y equipamientos y, sobre todo, el profundo estudio, análisis y conocimiento exhaustivo de la persona.

Todo formador o docente, o al menos así debería ser, está obligado cada vez más, debido a diferentes aspectos extrínsecos o por simple ética profesional, a buscar la optimización y la calidad de sus clases y/o entrenamientos en vistas a alcanzar los objetivos previstos, tanto individuales como colectivos, y mejorar el rendimiento de sus alumnos así como favorecer el desarrollo integral de los mismos y la adquisición de diferentes competencias de manera autónoma por parte de éstos.

A pesar de existir diversas metodologías, las últimas actualizaciones de los expertos, psicopedagogos y educadores, toman por consenso que estamos en un momento en que para mejorar el rendimiento será necesario mejorar el proceso de aprendizaje o de entrenamiento, empleando la máxima exigencia y eficacia en la planificación, diseño, ejecución y evaluación de cada tarea de aprendizaje, que por otra parte es lo que más puede tratar y está más al alcance del educador, con el fin de optimizar la preparación holística de cada uno de nuestros alumnos.

6.2.1 ¿Qué entendemos por tarea de aprendizaje o de entrenamiento?

Para Parlebás, P. (1981) “la tarea es el conjunto organizado de condiciones materiales y de obligaciones que definen un objetivo cuya realización necesita el empleo de conductas, de uno o varios participantes. Las condiciones objetivas que presiden el cumplimiento de la tarea son a menudo impuestas por consignas o reglamentos”. Espar, X. (2001) entiende las tareas como elementos simuladores de la realidad educativa. Por mi parte, entiendo la tarea de aprendizaje como la unidad básica de planificación e intervención en el proceso de enseñanza-aprendizaje,

consistente en la ejecución de una o varias acciones simuladoras de la realidad educativa, a través de una organización metodológica definida mediante pautas muy concretas, y basadas en una situación específica que emana necesariamente del contexto sociocultural, donde uno o varios participantes ponen de manifiesto diferentes conductas con el fin de cumplir uno o varios objetivos.

6.2.2 Sobre objetivos, correcciones y feedback.

El primer paso necesario, previo al diseño de tareas que nos ayudarán a generar en el alumno un estado de máxima implicación, será la fijación de objetivos a alcanzar, tanto de carácter psicológico como didáctico. Deberemos asegurarnos además de que exista una estrecha y coherente interrelación entre ellos. En la Tabla 10 se muestran los objetivos fijados para la Tarea 1 y se desarrollará posteriormente.

Tabla 10. Interrelación de objetivos necesaria en el diseño de tareas. Tarea 1.

PSICOLÓGICO	DIDÁCTICOS
Valorar la importancia de la cohesión grupal, la solidaridad y el compañerismo en el correcto desarrollo de representaciones teatrales: colaborando en la elaboración del guión y la confección de materiales escenográficos.	Elaborar un mini-guion teatral sobre la temática propuesta (microcuento) por grupos reducidos. Representar con un lenguaje fluido y correcto una función teatral creada por grupos reducidos.

En un acercamiento e intento por comprender de manera más práctica y procedimental sobre el cómo sacar el máximo rendimiento a nuestras tareas, diré inicialmente algo que puede parecer obvio pero que no siempre se cumple: ya sea por un mal diseño y planificación de la tarea o porque se desvirtúe durante su ejecución, por diversos motivos, se pierde el interés principal planteado.

Un supuesto de esto último sería la focalización por parte del docente a la hora de realizar correcciones y feedbacks sobre contenidos y objetivos no propuestos inicialmente con dicha tarea. Así, para una tarea que se establece el objetivo de *crear un microrrelato sobre una situación concreta de la temática teatral escogida (microcuento)*, y durante o después de la ejecución por parte de los alumnos, el docente comete el error de aportar retroinformación constantemente sobre la representación de la misma, siendo que ese no es el objetivo previsto de la tarea.

Por tanto, la tarea que no permita alcanzar el objetivo propuesto no solo no será óptima, sino que no será eficaz. Deberemos entonces analizar los motivos de este resultado: mal diseño de la tarea, elevada complejidad o simplicidad, falta de capacidad de los alumnos, factores emotivo-actitudinales del grupo, feedbacks erróneos o inadecuados, etc. Realizaremos un análisis al efecto.

Por ello, cada tarea debe responder a unas expectativas muy claras, a la consecución de uno o varios objetivos reconocidos y fijados previamente y concentrarnos en la consecución únicamente de los mismos.

6.2.3 Sobre el diseño, planificación y control de las tareas dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Ahora podremos diseñar y crear nuestras propias tareas. En mi opinión, debemos personalizarlas, pues como docentes somos y conocemos como nadie las metas que pretendemos y su justificación. Esto no significa que sea nocivo utilizar una tarea que nos ha gustado -aprendida de un entrenador, extraída de la numerosa bibliografía sobre entrenamiento o de las diversas web que utilizamos- pero sí es cierto que deberemos ajustar dicha tarea a nuestra realidad contextual.

Cabe la opción de registrar y almacenar dichas tareas en bases de datos informatizadas o en un fichero, mediante la creación de un modelo de ficha que nos resulte práctica, útil, cómoda y sencilla como la que a continuación se muestra (véase ficha 1) y en el que se detallan todos los parámetros a planificar. Esto facilitará cualquier proceso de control y evaluación de la misma mediante una reflexión y análisis posterior en vistas a tomar las decisiones oportunas.

6.2.4 Parámetros de interacción entre las diferentes dimensiones y estructuras del sistema dinámico y complejo, el alumno-deportista.

Muchos autores proponen diversos parámetros para el diseño y planificación previa de las tareas de manera correcta, siendo los más significativos los que se desarrollan a continuación de manera específica y práctica en la Ficha 1., haciendo referencia a nuestra Tarea 1, y posteriormente de manera más extensa y general. Primero presentamos la Ficha 1 para pasar posteriormente a su explicación.

Tabla 11. Ficha sobre el diseño de las tareas de aprendizaje teniendo en cuenta los parámetros necesarios para una adecuada planificación.

Nombre Creación de micro relatos.	Tipo de tarea D. Creativo-Expresiva	Clave <i>Podemos utilizar identificativos para un fácil archivo y búsqueda.</i>		
Espacio/instalación Clase. Mesas de equipo (5-6)	Material Ficha prescripciones y bol	Nº participantes 28 (Grupos de 5-6 personas)		
Objetivos (vistos anteriormente en tabla1) Elaborar un mini-guion teatral sobre la temática propuesta (microcuento) por grupos reducidos. Representar con un lenguaje fluido y correcto una función teatral creada por grupos reducidos. Valorar la importancia de la cohesión grupal, la solidaridad y el compañerismo en el correcto desarrollo de representaciones teatrales: colaborando en la elaboración del guion y la confección de materiales escenográficos.				
Grupo/Nivel 1º Bachillerato	Objeto Crear un microrrelato de 400 palabras sobre una situación concreta de la temática teatral escogida (microcuento).			
Descripción En grupos de 5-6 personas se debe escribir un microrrelato de 400 palabras relacionado con la temática del microcuento a desarrollar y que se produzca en el contexto de una situación específica de éste en el que participen todos los integrantes del grupo con sus roles o papeles concretos.	Esquema			
Subtareas En primer lugar se debe describir la situación específica con una extensión máxima de 6-8 líneas. Hacer un borrador inicial, revisarlo y corregirlo y entregar el relato final. Enviar el trabajo por email.				
Variantes metodológicas Dificultar la tarea: aumentar el número de palabras, duplicar el número de roles-papeles, variar las situaciones a describir, no guardar relación con el microcuento final a elaborar. Facilitar la tarea: disminuir el número de palabras, reducir el número de roles-papeles, variar las situaciones a describir, relación con el microcuento final a elaborar, necesaria solo la intervención de 3 diálogos-roles. Aumento capacidades: desarrollo individual de las dimensiones y estructuras implicadas (creativo-expresiva, cognitivo-intelectiva, socio-afectiva, emotivo-volitiva)				
Observaciones didácticas Incidir en la posibilidad y necesidad de no repetir palabras. Buscar y corregir las dudas y errores ortográficos.				
Anexos Ficha "Microrrelato" sobre las prescripciones a seguir.				

A continuación, explicamos los apartados de la Ficha 1, que se corresponden con los parámetros para el diseño y planificación de la presente propuesta.

1. Fijar objetivo/s. Como observamos en la Ficha 1 se tratan de objetivos claros y cualitativos, ya sean de carácter didáctico, psicológicos u otros.
2. Objeto. Es muy concreto, objetivo, cuantitativo y medible.
3. Contenido a aprender. Con esta tarea pretendemos trabajar la escritura al mismo tiempo que el desarrollo de la creatividad y la imaginación. De carácter psicológico fomentaremos la cohesión del grupo. Podríamos también plantear perfectamente el trabajo de otros contenidos siempre y cuando, eso sí, se reflejaran entre los objetivos de la tarea.
4. El reglamento. Fijar las pautas materiales, espacio-temporales y otras para evitar confusión, generar duda o incertidumbre.
5. La secuencia lógica. Se plantea la tarea 1 y tiene que tener relación con la anterior y con la posterior dentro de las realizadas en la unidad didáctica.
6. Elementos de organización:
 - espacio: tener anticipadamente una previsión del aula, adecuada para el trabajo en grupos reducidos.
 - tiempo: programar los minutos, repeticiones, secuencias, tiempo de debate, corrección, etc. con la flexibilidad de poder prolongarse si comprobamos que una tarea es rica y funciona muy bien o al revés.
 - material: prever todo lo que necesitamos, dónde lo situaremos, cómo, qué tipo de material, si nos garantiza conductas motivacionales y todo lo relacionado con la seguridad respecto a éste. Tener disponibilidad total en todo momento de éste para facilitar la continuidad de la tarea y evitar interrupciones.
 - alumnos: creación y control de grupos aleatoria o normalmente por cuestiones pedagógicas. Pueden ser equilibrados y compensados por niveles salvo que interesen otras opciones; dónde se colocarán, cuándo intervendrán y cómo.
 - docente: deberemos saber dónde situarnos y qué hacer (cronometrar, tomar anotaciones, dar feed-back).

7. Determinación de la implicación e integración de las diferentes dimensiones y estructuras que consideremos: dimensión cognitiva-intelectiva; dimensión socio-afectiva; dimensión emotivo-volitiva; creativo-expresiva u otras.
8. Tener en cuenta y planificar feedbacks, refuerzos, correcciones, momentos y tipos de retroalimentación.
9. Elementos didácticos:
 - llamada de atención: utilizar silbato o señales que se identifiquen con el agrupamiento para escuchar, habiendo seleccionado previamente el lugar adecuado.
 - introducción de la tarea: relacionándola con la anterior y/o la posterior, favoreciendo y motivando a su realización con éxito.
 - explicación de la tarea: mediante el uso de recursos o no como pizarra, aplicaciones informáticas, definiendo verbal y gestualmente todo de manera lo más clara, breve y sencilla posible.
 - lanzamiento de la tarea: estimulando a través del reto, la intensidad, una posible sanción o tarea extra.
10. Desarrollo. Aquí tendremos que definir al máximo pero de manera breve, clara y sencilla el funcionamiento y progreso de la tarea.
11. Subtareas. Tenemos que fijar también aquellas acciones que, si bien no son las conductas o acciones principales de la tarea, son necesarios para el desarrollo de la misma. Por ejemplo que se hace al acabar la tarea, en este caso enviarlo por email.
12. Esquema. La visualización gráfica, tanto para nosotros como para los alumnos, resulta de especial ayuda a la hora de comprender el desarrollo y ejecución de la misma. Por tanto, será muy positivo realizar y poseer un esquema, tanto para la fácil organización de la misma como para la posibilidad de explicarla en pizarra o papel antes de su lanzamiento.

13. Tareas adaptadas al contexto. Tanto a las instalaciones, equipamientos y materiales con los que contamos como a los alumnos, número, nivel y características. Pero todavía más relevante será conformar la tarea a la realidad educativa del entorno en el que se desarrolla la función educativa: adaptar las tareas a un contexto socio-cultural compartido por un grupo de personas, identificándonos con éste en cada actividad y yendo todavía más allá, podemos tener en cuenta siempre e intentar implicar en nuestras tareas los valores, misión, visión y objetivos del centro, descritos en el proyecto educativo de éste. La presente tarea se pretende aplicar en un grupo perteneciente mayoritariamente al distrito Universidad de la ciudad de Zaragoza, donde el cine, el teatro, el arte y la cultura son disciplinas muy practicadas y vivenciadas. Se cuenta con salón de actos, zona de trabajo en grupos de grandes dimensiones y en buen estado, contando con los veintiocho alumnos. En todo caso, se trata de alumnos con características similares dentro de la normal heterogeneidad, con un buen dominio del lenguaje. Además, tiene origen en los valores y objetivos del proyecto educativo del centro y pretende potenciar los valores de solidaridad y compañerismo que se reconocen en el mismo.
14. Potenciar el proceso de toma de decisión por parte del alumno, debiendo requerir la resolución de un problema-situación específica de manera autónoma por parte del mismo o ligueramente guiado. Desde mi punto de vista aquí y sobre todo en situaciones y tareas globales, deberemos partir de dar libertad total al alumno, no limitando mucho su actuación, siempre y cuando no vaya en coherencia con el objetivo.
15. Tareas masivas, globales, variadas y con componente aleatorio parecen ser aquellas que a los alumnos más gustan y motivan para su realización, pudiéndose testear y comprobar esto mediante la realización de cuestionarios o encuestas al inicio y durante la temporada.
16. Habrán de ser tareas simuladoras de la realidad educativa, basadas en el día a día y no descontextualizadas. Específicas y personalizadas.
17. Participación del máximo número de alumnos simultáneamente: evitando colas, esperas, inactividad o tiempos parados.

18. Asegurar la consecución de éxito, favoreciendo la motivación y confianza.

Sobre todo al inicio será muy recomendable que los objetos de las tareas sean alcanzables para no frustrar y provocar abandono.

19. Observaciones didácticas. Para facilitar la evaluación y control, notas individuales, etc. añadiremos un apartado que nos permita anotar sobre el terreno todo lo que consideremos oportuno.

20. Variantes metodológicas para facilitar o dificultar la tarea.

Posteriormente explicaremos y desarrollaremos la importancia de este apartado en la fase de planificación y diseño de la tarea, en relación con la consecución de los objetivos planteados y la realización por parte del alumno de la tarea en un estado de concentración absoluto y con una sensación placentera que le hace tener dedicación y atención exclusiva y que denominamos, atendiendo a Csikszentmihalyi (1990), “estado en flujo”.

- Dificultar la tarea: aumentar el número de palabras, duplicar el número de roles-papeles, variar las situaciones a describir, no guardar relación con el microcuento final a elaborar. Todo con el objetivo de final de exigir mayor nivel, concentración, atención, disponibilidad de recursos, etc.
- Facilitar la tarea: disminuir el número de palabras, reducir el número de roles, variar las situaciones a describir, relación con el microcuento final a elaborar, necesaria solo la intervención de tres roles. Esto nos permitirá asegurar éxito en la consecución de los objetivos, favoreciendo la adhesión y no el abandono.
- Aumento de capacidades: si de lo que se trata es de alcanzar el máximo rendimiento, centrándonos en el resultado final de la actividad, en mi opinión deberemos optar primero antes de por la modificación de la tarea mediante variantes metodológicas que la faciliten, por el manejo y aumento de las capacidades individuales, atendiendo de manera exclusiva a cada una de las dimensiones que conforman a la persona. Por ejemplo, en nuestro caso, podríamos exigir al alumno la búsqueda en el diccionario de diferentes sinónimos, aumentando así su riqueza léxica y focalizando nuestra atención en la dimensión cognitiva-intelectiva.

6.2.5 Sobre la motivación en nuestras tareas para mejorar el rendimiento.

Como hemos visto anteriormente, los objetivos de una tarea pueden ser muy diversos. Aún así, a mi juicio, sean cuales sean, nuestras tareas deben llevar implícito al menos un objetivo psicológico-volitivo interrelacionado al mismo tiempo con la dificultad de la tarea y los objetivos didácticos que se planteen. Y en relación a esto último, defenderé el porqué ésta sería una de las mejores maneras con las que podemos obtener un gran rendimiento y optimizar al máximo el desarrollo de las tareas en nuestras clases y/o entrenamientos y con lo que ello pueda repercutir e influenciar en los resultados finales.

En coherencia con los principios didácticos de la enseñanza y el aprendizaje deberíamos proponer un objetivo psicológico que refuerce y potencie el didáctico. Es decir, que si queremos que todos los alumnos colaboren en la elaboración y redacción de un guión así como en la creación de materiales para su representación, deberíamos favorecer la cohesión del grupo. En este caso dentro del espacio de trabajo en grupo, pero también de manera general fuera de éste. Incidiendo exclusivamente en ello ya estaríamos ayudando y motivando a nuestros alumnos: haciéndoles ver y valorando la importancia de actuar como grupo ante un reto, sintiendo que todos tienen que comportarse como un “ciclón” para arrasar en la función final. Pero además, si a esto le añadimos nuestros conocimientos y experiencia profesional y “jugamos” modificando la tarea mediante variantes metodológicas estaremos más cerca de encontrar, en nuestra búsqueda para optimizar la calidad de la enseñanza y alcanzar mayor rendimiento, el estado en flujo que permite al jugador interiorizar la tarea y sus objetivos.

La realización de tareas en flujo, atendiendo al concepto “flow” propuesto por Csikszentmihályi (1992) sería un estado motivacional muy operativo y práctico en el cual el alumno está completamente inmerso en la actividad que está ejecutando. Se caracteriza por experimentar una sensación de total enfoque de energía y atención, de máxima implicación con la tarea que se está realizando y de éxito en la misma. Entre las impresiones que señalan los alumnos están el encontrarse en “enganchados”, la necesidad de tener que hacerla y/o la no percepción del paso del tiempo. Un ejemplo de frases que el alumno menciona y que distingue a este estado son “¿ya hemos acabado?”, o “se me ha hecho muy corta la clase”. Es decir, estaríamos haciendo cada tarea en un estado de motivación muy alto, como si se encontrara en su estado de aprendizaje más óptimo y consiguiendo además éxito.

¿Cómo conseguir realizar nuestras tareas en flujo? Aunque Csikszentmihályi indica varios componentes o variables para experimentar una sensación *on flow* podemos agrupar estas en dos: por un lado, objetivos-expectativas y dificultad de la tarea; por otro, capacidades de la persona. Así, la zona de realización de la tarea en estado en flujo sería la diferencia óptima entre una variable y otra. Si observamos el siguiente gráfico lo entenderemos mejor.

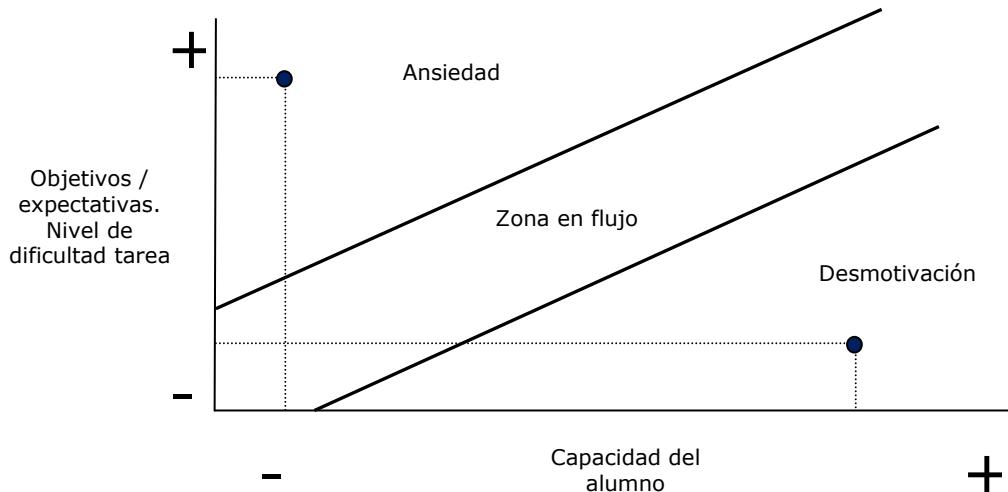


Figura 6. Zona en flujo (Csikszentmihályi, 1990)

Como vemos en la Figura 6, un alumno con grandes capacidades pero con un nivel de dificultad de la tarea o de los objetivos propuestos muy sencillos estará fuera de la zona en flujo por un extremo, pudiendo ser la causa la desmotivación, falta de interés y atracción, etc. Si tenemos un alumno con pocas capacidades y le presentamos un objetivo a alcanzar muy elevado, el miedo al fracaso y el no atrevimiento pueden ser aspectos que no permitan encontrar la zona de flujo de este jugador para esa tarea. Por tanto, deberemos presentar tareas acordes entre las capacidades del alumno/s y los objetivos a conseguir con la dificultad de esa tarea.

Es importante subrayar que no solo por manejar muy bien estas dos variables -dificultad de la tarea y capacidad de la persona- vamos a alcanzar el estado en flujo. Csikszentmihalyi (1992) alerta sobre el hecho que no se debe describir el flujo sólo a través del equilibrio percibido entre esos dos elementos porque es un fenómeno complejo y como tal, aunque nosotros como formadores podamos trabajar con dichas variables de una manera cómoda, útil y eficaz, debemos tener en cuenta también en el diseño de las tareas el máximo número de parámetros en la interacción entre los aprendices, las tareas y el contexto tales como la facilitación de los feedback y la concentración del alumno.

Una vez lanzada la tarea, ¿Qué pasa si no se cumplen las expectativas? ¿Qué ocurre si nuestro alumno/s no alcanza el objetivo propuesto o lo hace de manera fuera del estado que nosotros exigimos y requerimos para conseguir un nivel adecuado? ¿Qué sucede si no alcanzamos el estado en flujo? Pues bien, aquí, en mi opinión, caben dos opciones: si consideramos que podemos por un lado disminuir en ciertos momentos la exigencia y la dificultad de la tarea, y en otros aumentarla según se desarrolle el proceso de enseñanza-aprendizaje, podemos buscar la modificación de esta variable. Si por el contrario no queremos modificar la dificultad de la tarea por diferentes circunstancias pedagógicas, manteniendo la exigencia y nivel de la misma, no deberíamos proceder igual, si no que en este caso solo cabe una opción, la mejora del alumno en los diferentes ámbitos de su capacidad individual y colectiva como persona, actuando de manera exclusiva sobre cada una de las dimensiones y estructuras que la conforman.

6.3. El tutor-deportivo como figura clave en el proceso de educación personalizada.

6.3.1 Diferencias y semejanzas con el profesor-tutor.

Podemos describir el rol del tutor-deportivo según lo previsto en la Resolución 10 de marzo *por la que se autoriza el programa de apoyo al joven deportista aragonés y se dictan instrucciones para su desarrollo*, en su disposición séptima, apartado 5.1 sobre el Tutor deportivo como

(...) un agente mediador que ofrece a los alumnos deportistas la mediación y el apoyo que necesitan en horario lectivo y que está en continua conexión con el tutor académico, con el profesorado del centro educativo, con la familia y con el coordinador federativo del área deportiva, de tal manera que se establezca una única línea a seguir. El tutor deportivo, al igual que el profesor tutor que le acompaña el proceso formativo como persona y como profesional a lo largo de la formación, contribuirá también de este modo al desarrollo de la formación integral mediante la orientación (personal, académica y profesional) y el desarrollo de los aprendizajes para conseguir una formación de calidad.

6.3.2 Descripción del perfil de un tutor-deportivo.

A tenor de lo descrito anteriormente y de todo lo expuesto hasta ahora a lo largo de este proyecto de intervención, podemos destacar diferentes características que debe poseer el tutor-deportivo:

- Facilidad para la coordinación y gestión de recursos humanos.
- Habilidades y estrategias sociales.
- Dirección de equipos o Team Leader, trabajo cooperativo.
- Estudios de la persona y la naturaleza humana.
- Destrezas en nuevas tecnologías de la información y la comunicación.
- Conocedor del ámbito deportivo de alto rendimiento.
- Muy recomendable experiencia como profesor-tutor y/o orientador psicopedagógico.
- Aconsejable profesor que imparte la asignatura de educación física.

6.3.3 Funciones y tareas del tutor deportivo.

Igualmente podemos atender ahora de nuevo a la Resolución 10 de marzo de 2014 del Gobierno de Aragón *por la que se autoriza el programa de apoyo al joven deportista aragonés y se dictan instrucciones para su desarrollo*, en su disposición séptima, apartado 5.1 sobre el Tutor deportivo, para destacar entre las funciones y tareas que éste deberá realizar:

(...) el mapa del curso, periodos críticos y plan de trabajo; valoración de la marcha del curso y preparación de la evaluación; organización y planificación del estudio; proyecto profesional y vital; resultados formativos y planes de mejora e incidirá en la vertiente formativa del mismo.

La coordinación del tutor deportivo con el tutor académico y con el resto del profesorado, deberá ser el elemento clave en la toma de decisiones organizativas, curriculares y de evaluación que se adopten para favorecer el adecuado desarrollo curricular de los alumnos deportistas de alto nivel o alto rendimiento.

7. ANÁLISIS, RESULTADOS Y VALORACIONES DE LA INTERVENCIÓN

Al tratarse de un proyecto de intervención iniciado recientemente todavía no se disponen de datos consistentes para realizar un análisis profundo y riguroso al efecto que permita comprobar verdaderamente los resultados alcanzados con la intervención y poder establecer las valoraciones y conclusiones oportunas.

Los análisis se van a centrar en la observación y comparación de lo acontecido durante el curso pasado, sin aplicación de ninguna medida, y durante el presente curso con la aplicación del proyecto de intervención. Se establecerán relaciones y para concluir se emitirá un juicio de valor.

Hasta la fecha se ha aplicado un tercio del proyecto. Es decir, durante el primer trimestre del curso académico. A la vuelta de las vacaciones se realizará el proceso de evaluación continua para ver los progresos desarrollados desde el inicio del curso y si es necesario tomar alguna decisión al respecto. Los datos que se van a analizar corresponde a los determinados anteriormente en la evaluación continua:

- Resultados académicos trimestrales.
- Cuadro de estadísticas deportivas individuales y colectivas trimestrales.
- Informes académicos trimestrales.
- Test técnico-tácticos y de condición física según planificación deportiva.
- Autoevaluación.
- Entrevista psicopedagógica semanal.
- Tutorización.

Sin embargo estamos en condiciones de poder decir que, a través de lo trabajado hasta el momento; las reuniones semanales; las valoraciones tanto por parte del alumno-deportista como de todos los profesionales implicados en el proyecto y los buenos resultados académicos obtenidos, las expectativas se están cumpliendo y el proyecto está funcionando, alcanzando un nivel alto por parte del alumno-deportista tanto en lo académico como en lo deportivo y sobre todo y quizás lo más importante, se está consiguiendo un elevado grado de satisfacción por parte de éste que repercute positivamente en el desarrollo por parte del mismo de los procesos de enseñanza-aprendizaje.

8. CONCLUSIONES Y REFLEXIONES FINALES

Si atendemos a los objetivos pretendidos mediante la puesta en práctica de este proyecto de intervención, señalados en el apartado número 4 de la página 12 del mismo, tanto con carácter general como específico, podemos determinar que la propuesta que aquí se ha desarrollado favorece de manera coherente y muy clara la consecución de los mismos a través de una metodología muy definida, potenciando el cumplimiento de éstos por parte del alumno-deportista fácilmente.

Como síntesis, la siguiente Tabla 11 hace referencia a la Tarea 1 y muestra la propuesta de intervención en las tareas de aprendizaje optimizadoras, desarrollada durante todo el documento mediante la interrelación entre los objetivos tanto psicológicos como didácticos y las variantes metodológicas en la tarea que nos ayudarán a modular la dificultad en busca del estado en flujo por parte del alumno.

Tabla 12. Interrelación entre objetivos y variantes metodológicas de la Tarea 1.

OBJETIVOS DE LA TAREA		VARIANTES METODOLÓGICAS
PSICOLÓGICO	DIDÁCTICOS	
Valorar la importancia de la cohesión grupal, la solidaridad y el compañerismo en el correcto desarrollo de representaciones teatrales: colaborando en la elaboración del guión y la confección de materiales escenográficos.	<p>Elaborar un mini-guion teatral sobre la temática propuesta (microcuento) por grupos reducidos.</p> <p>Representar con un lenguaje fluido y correcto una función teatral creada por grupos reducidos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Dificultar la tarea: aumentar el número de palabras, duplicar el número de roles-papeles, variar las situaciones a describir, no guardar relación con el microcuento final a elaborar. ○ Facilitar la tarea: disminuir el número de palabras, reducir el número de roles, variar las situaciones a describir, relación con el microcuento final a elaborar, necesaria solo la intervención de tres roles. ○ Aumento de capacidades: desarrollo individual de las dimensiones y estructuras implicadas. <ul style="list-style-type: none"> - Cognitivo-intelectiva: búsqueda sinónimos, - Socio-afectiva: publicación en Twitter (140 caracteres). - Emotivo-volitiva: tema la discapacidad. - Creativo-expresiva: cuentacuentos.

Deberemos por tanto atender a unas expectativas muy claras, a la consecución de uno o varios objetivos reconocidos y fijados previamente. Concentrarnos únicamente en la consecución de los mismos a través de tareas adecuadas a la capacidad del alumno y modificarlas a través de las diferentes variantes metodológicas.

Como se muestra en la Figura 8, el estado en flujo que consigamos en cada alumno y en el grupo en su conjunto provocará un aumento del rendimiento tanto individual como colectivo que repercutirá aumentando todavía más las capacidades individuales del alumno y por tanto las del grupo.

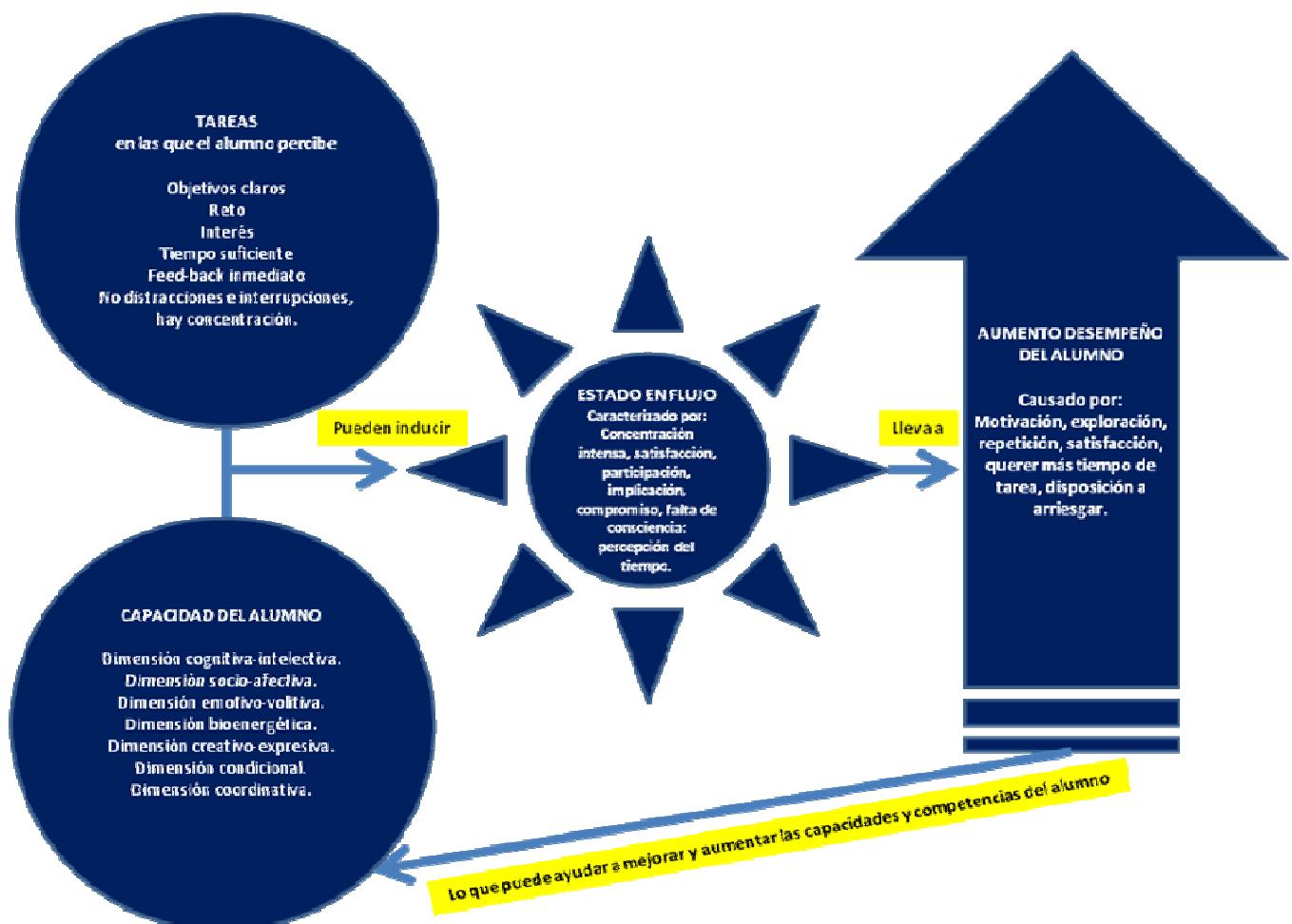


Figura 8. Repercusión del estado en flujo en las capacidades del alumno. Modificado de J. Egbert (2003).

Optimización de los procesos de enseñanza-aprendizaje del alumno-deportista.

En conclusión, la propuesta que aquí se muestra debe considerar en todo momento al alumno-deportista como un sistema complejo en el que se dan constantemente múltiples, variables y aleatorias interacciones con otros sistemas y con las estructuras que los configuran. Por otro lado, tendremos que planificar el proceso de enseñanza-aprendizaje y, en este caso, la planificación microestructurada será la herramienta más adecuada. En el momento de llevar a la práctica las diferentes tareas que nos ayuden a alcanzar los objetivos previstos, realizaremos tareas que buscarán alcanzar por parte del jugador ese estado que hemos denominado en flujo.

El tutor-deportivo será la figura que actuará como orientador y guía a lo largo de todo el proceso y, por ello, deberá ser un experto en la metodología propuesta además de un profundo conocedor de la persona y del deporte de alto rendimiento. Las características del perfil de un tutor-deportivo anteriormente descritas son un elemento a tener en cuenta para asumir la responsabilidad de un proyecto como el presente y alcanzar el éxito del mismo.

A lo largo de la historia de la enseñanza los métodos y recursos utilizados han sido muy diversos y variados. Sin embargo, en ningún caso se tenía en cuenta las características de la persona. Además, ésta también ha evolucionado. Las personas no son igual que antes. No aprendemos de igual manera y, por tanto, no debemos enseñar con los mismos métodos. Nuestros aprendices demandan una necesaria formación en lo relativo a las emociones, a las relaciones personales, al mismo tiempo que a ampliar el conocimiento partiendo desde sus propias necesidades e intereses, generándoles así un alto grado de implicación y motivación y si puede ser, por qué no, con un poco de alegría y humor, pero todo ello con el objetivo fundamental de que no les distraiga nada de lo verdaderamente importante: aprender. Por tanto la tarea del docente actual no puede ser como la del docente de antes: enseñar, enseñar y más enseñar. Se hace necesario un docente que sea capaz de enseñar elevado a la cuarta potencia: enseñar, educar, entretenér y emocionar.

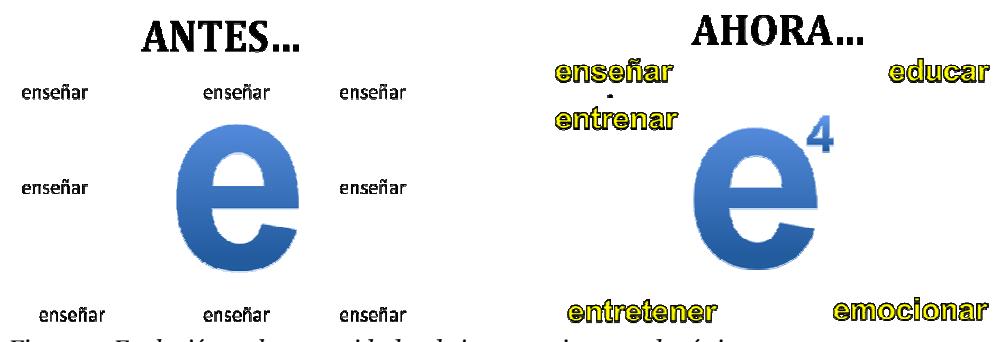


Figura 9. Evolución en las necesidades de intervenciones pedagógicas.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍCAS

- Bernardo, J. (coord.). (2011). *Educación Personalizada: principios, técnicas y recursos*. Madrid. Editorial Síntesis.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper-Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1992). *Flow. The Psychology of Happiness*. London: Rider.
- Egbert, J. (2003). A Study of Flow Theory in the Foreign Language Classroom. *The Modern Language Journal*, 87, 499-518.
- Espar, X. (2001). *Balonmano*. Barcelona: Martínez Roca.
- García, V. (1988). *Educación Personalizada*. Madrid: Editorial Rialp.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE). Boletín oficial del Estado, 295, de 10 de diciembre de 2013.
- Parlebas, P. (1981). *Contribution a un lexique commenté en science de l'action motrice*. París: INSEP.
- Resolución 10 de marzo del Gobierno de Aragón por la que se autoriza el programa de apoyo al joven deportista aragonés y se dictan instrucciones para su desarrollo.
- Seirul-lo, F. (2002) *La preparación física en deportes de equipo. Entrenamiento estructurado*. Valencia: Dirección General del Deporte Generalitat Valenciana.
- Varela F.; Maturana, H. (1972). *De Máquinas y Seres Vivos: Una teoría sobre la organización biológica*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria.

ANEXOS

ANEXO I

EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA INICIAL

-CUESTIONARIO INICIAL-

1. ¿Afrontas este nuevo curso/temporada con ilusión?

	Nada	Poca-Algo	Normal	Bastante	Muy ilusionado
--	-------------	------------------	---------------	-----------------	-----------------------

2. ¿Qué expectativas tienes este año?

	Ninguna	No conseguir objetivos	Alcanzarlos muy justo	Destacar	Cumplirlos sobresaliente
--	----------------	-------------------------------	------------------------------	-----------------	---------------------------------

3. El día a día que llevas te gusta...

	Nada	Poco	Normal	Bastante	Mucho
--	-------------	-------------	---------------	-----------------	--------------

4. ¿Con los compañeros de clase y el equipo en general tienes una relación?

	Nueva	Ninguna	Normal	Buena	Perfecta
--	--------------	----------------	---------------	--------------	-----------------

5. Controlo mi estado nutricional...

	Nada	Poco	Normal	Bastante	Mucho
--	-------------	-------------	---------------	-----------------	--------------

6. Suelo descansar antes de los entrenos y clases y las competiciones...

	Nada	Poco	Normal	Bastante	Mucho
--	-------------	-------------	---------------	-----------------	--------------

7. Antes de venir a entrenar y/o a clase desayuno...

	Nada	Poco	Normal	Bastante	Mucho
--	-------------	-------------	---------------	-----------------	--------------

8. ¿Tienes algún tipo de enfermedad o lesión que te preocupa especialmente?

	No	Si ¿Cuál?
--	-----------	------------------

9. ¿Realizas otras actividades fuera del horario escolar y deportivo?

	No	Si ¿Cuál?
--	-----------	------------------

10. ¿Cuáles son tus hobbies?

--

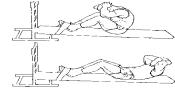
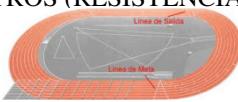
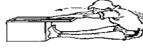
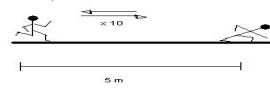
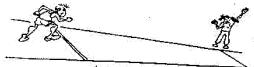
11. Describe brevemente qué es lo que MÁS te gustaría en esta temporada/curso.

12. Describe brevemente qué es lo que MENOS te gustaría en esta temporada/curso.

ANEXO II

EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA INICIAL

-TESTS DE CONDICIÓN FÍSICA-

PRUEBA Y CAPACIDAD	MARCAS		NOTA
LANZ. DE BALON (FUERZA EX.) 			
SALTO DE LONGITUD (FUERZA EX.) 			
ABDOMINALES 30''(FUERZA RESIS.) 			
YO-YO TRII (RESISTENCIA INTER.) 			
TEST COOPER (RESISTENCIA AE.) 			
1500 METROS (RESISTENCIA AE.) 			
FLEX. ANTERIOR, CAJÓN (FLEXI) 			
FLEX. PROFUNDA TRONCO (FLEXI) 			
10x5M.(VELOCIDAD DE DESPL. D.C) 			
50M LISOS. (VELOCIDAD DE DESPL) 			

ANEXO III

EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA INICIAL

- FICHA DE AUTOEVALUACIÓN-

PIENSA Y REFLEXIONA SOBRE ÉSTO...	AHORA VALÓRATE							
	0 Nada Totalmente de acuerdo	0,25 Muy poco de acuerdo	0,5 Algo de acuerdo	0,75 Bastante de acuerdo	1 de acuerdo			
He hecho unos buenos exámenes teóricos y he competido bien.								
He entregado las fichas y trabajos que se me han pedido: a tiempo y bien.								
En la práctica (clases y entrenos) hago todos los ejercicios y tareas bien.								
Las pruebas o test prácticos los he resuelto bien.								
Nunca falto a las clases ni entrenos y siempre llego puntual.								
Me traigo todo el material necesario siempre.								
Me aseo siempre después. Mantengo una correcta nutrición y descanso adecuado.								
Me esfuerzo al máximo en todos los ámbitos.								
Respeto a mis compañeros, el material y a los técnicos en todo momento.								
Tengo un comportamiento bueno siempre: no molesto, atiendo, pregunto...								
He participado sociales y/o solidarios este trimestre	SI	NO	¿Cuál/es?					
Creo que LO MEJOR de mí esta evaluación y que SÍ debo seguir haciendo de aquí en adelante ha sido...								
Creo que LO PEOR de mí esta evaluación y que NO debo seguir haciendo de aquí en adelante ha sido...								
CREO QUE LA NOTA FINAL QUE MEREZCO ESTA EVALUACIÓN ES UN...								

