



**Facultad de
Ciencias Humanas y de
la Educación - Huesca**
Universidad Zaragoza

**Proyecto de innovación para una
evaluación integrada en el proceso
de Enseñanza-Aprendizaje**

**Máster Universitario en Profesorado de
Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato,
Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas,
Artísticas y Deportivas**

Especialidad de Educación Física
Curso 2012-2013

Trabajo Fin de Máster

Alumna: Veraya Romero Coronas
Tutor: Miguel Chivite Izco

ÍNDICE

Introducción.....	5
Justificación.....	5
Contextualización.....	6
Fundamentación teórica.....	8
La evaluación integrada.....	8
Metodología.....	12
Trabajo de campo.....	13
Unidad Didáctica.....	13
Evaluación de los alumnos.....	19
Discusión.....	23
Reflexión sobre lo sucedido.....	23
Revisión de las condiciones y propuestas de mejora.....	28
Conclusiones.....	31
Bibliografía.....	33
Anexos.....	35
Anexo I.....	36
Anexo II.....	37
Anexo III.....	45
Anexo IV.....	51

Introducción

Justificación

Las corrientes educativas actuales hablan de una evaluación formativa que tenga al alumno en cuenta como un ser global e individual, al mismo tiempo que le haga partícipe para que dicha evaluación sea realmente significativa. Al ser formativa no se reduce a la evaluación al final de una determinada Unidad Didáctica para comprobar lo que se ha aprendido, sino que se desarrolla a lo largo del proceso de Enseñanza-Aprendizaje con objeto de mejorarlo.

Sin embargo hay una gran divergencia entre la concepción educativa y las acciones de la práctica docente. A pesar de que en muchas ocasiones se trata de mantener la coherencia entre el discurso teórico y su práctica, hay factores que hacen que permanezca existiendo cierta contradicción. Como por ejemplo la propia personalidad del docente y su actitud, la formación inicial y continuada y la facilidad de poder llevar al contexto escolar un modelo de evaluación proveniente del mundo deportivo y del rendimiento aunque no sea lo más acertado.

Una nueva concepción del aprendizaje fundamentada en el constructivismo y en el aprendizaje significativo obliga a desarrollar una pedagogía didáctica que implica tanto la acción individualizada como la atención socializada a todo el alumnado. Esto queda abierto al desarrollo de diferentes modelos para llevar a cabo la evaluación, pero exige un cambio en la mentalidad por parte de los docentes ya que siempre habrá que tener presente que ha de servir como instrumento de aprendizaje y de regulación pedagógica.

A pesar de los beneficios que supone una evaluación realmente formativa (de los que se hablará posteriormente de modo más profundo) hay resistencia por parte de muchos docentes hacia la innovación en la enseñanza ya que puede conllevar un cambio significativo en sus rutinas, lo que les puede generar inseguridad y falta de confianza en sus propias capacidades. Hecho que se ve agravado por la falta de preparación específica y por la desmotivación (especialmente afectada por la situación laboral generada por actual crisis económica en la que se encuentra inmersa el país).

Hemos llegado a un punto dentro del sistema educativo en el que a pesar de estar instaurada la idea de evaluación formativa, los profesores admiten como “normal” el separar los momentos de enseñanza de los de comprobación, lo que genera entre los alumnos el denominado fenómeno de “posposición del aprendizaje”. Este término, acuñado por Elliott (1990), hace referencia al hecho de que los alumnos pospongan la labor de aprender a los momentos cercanos a la evaluación, aprendiendo según cómo vayan a ser evaluados y para responder a lo que se les va a exigir.

Todo esto hace necesario establecer un sistema de evaluación en el que se aúne la teoría y la práctica y se lleve a cabo un modelo realmente formativo centrado en el propio proceso de enseñanza-aprendizaje y no solamente en los resultados obtenidos.

Con tal fin se ha desarrollado este proyecto de innovación que propone una alternativa al método de evaluación tradicional, de una manera viable, integrada dentro del proceso y adaptada a la realidad del sistema educativo.

Contextualización

La evaluación tiene un papel muy importante dentro de la educación. Ello ha hecho que hayan existido diversas concepciones, utilidades y formas de emplearla en función de los objetivos que se estuvieran persiguiendo.

La evaluación educativa tiene un carácter científico y sistemático. A lo largo de la historia se han empleado distintos métodos para evaluar los conocimientos de los alumnos, aunque no adquiere consideración y relevancia hasta finales del siglo XIX y principios del XX, que es cuando se convierte en una práctica sistemática, considerándola un elemento más del proceso educativo.

Ralph Tyler, considerado el padre de la evaluación sistemática, introdujo por primera vez en el contexto escolar el concepto de “evaluación educacional”, que consistía en comparar los resultados de la enseñanza con unos objetivos planteados previamente, basándose en la idea de que difícilmente se puede progresar y evaluar los resultados si no se establecen unas metas concretas en términos de comportamientos observables. En este sentido, la finalidad de la evaluación no era otra que obtener información para comprobar si los alumnos habían logrado los objetivos.

Esto supuso un avance al considerar la evaluación como un instrumento para evaluar el grado de logro de unos objetivos en vez de para establecer diferencias entre los alumnos. Aún así, este sistema se centra exclusivamente en el producto final, sin ejercer ninguna acción sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje. En el concepto desarrollado a raíz de esta teoría, la evaluación se reduce a un examen, sin tener en cuenta el programa, el contexto, la acción del profesor...

Hacia mitad del siglo XX las nuevas corrientes educativas fundamentadas en la psicología evolutiva originan un movimiento crítico sobre la educación en general y sobre la evaluación en particular. Se empieza a considerar la importancia de la evaluación en el proceso. No solo la de los alumnos sino también de los programas, la del profesor, etc. Sobre esta concepción, pese a algunas diferencias y distintas formas de pensamiento, se ha llegado hasta la actualidad.

Si nos centramos en la asignatura de Educación Física, tradicionalmente la evaluación se ha reducido a la medición del cuerpo, de su rendimiento y de su eficacia motriz, para obtener información al servicio de otros intereses, quedando los objetivos educativos en segundo lugar. Esta concepción, aunque está empezando a cambiar, desgraciadamente sigue demasiado vigente en la actualidad.

Según Díaz, J. (2005) podría deberse a que *“los factores externos a la escuela que han tenido una incidencia importante en la manera de plantear la evaluación son todos aquellos que provienen de determinados intereses políticos, sociales y económicos. La condición física, el deporte de competición, el rendimiento deportivo, la formación del espíritu y del carácter, etc., son factores externos a la escuela que han transferido a la*

misma sus modelos de evaluación". Esto ha desembocado en modelos orientados al producto que utilizan instrumentos de medida cuantitativos.

Actualmente la tendencia de la evaluación en Educación Física está encaminada hacia la observación del individuo en acción y en continua relación con su entorno, donde además de la corporeidad y la eficacia motriz, cabe reconocer su competencia perceptiva y su capacidad para tomar las decisiones más acertadas. Es un tipo de evaluación centrado en el proceso.

El centro:

Ubicándonos ya dentro del centro en el que se ha llevado a cabo este proyecto de innovación, el I.E.S. Lucas Mallada, podemos decir que es un instituto de carácter público caracterizado por la heterogeneidad de su alumnado. De todas formas, esta situación es cada vez más común dentro de la educación pública ya que la obligatoriedad de la educación hasta los 16 años sumada a la gran inmigración existente, hacen que cada vez los centros educativos tengan mayor diversidad entre sus estudiantes.

Este instituto se encuentra ubicado en Huesca, en la C/Torremendoza nº2. Es un centro pequeño en el que suele haber en torno a 350 alumnos, sin contar a los que estudian a distancia, que serían unos 150 más.

Los centros adscritos son el CEIP Pío XII y el CEIP Pirineos Pyrénées. Esto genera gran contraste dentro de las aulas ya que mientras que la gran mayoría de los alumnos del Pío XII pertenecen a una clase socio económica media-baja, son inmigrantes o de etnia gitana, los alumnos provenientes del Pirineos Pyrénées proceden, en general, de familias más acomodadas. Toda esta diversidad hace que el IES se tenga que adaptar. Por ello se han creado multitud de programas educativos que intentan acoger tanto a los alumnos con menor nivel educativo o mayores dificultades de aprendizaje, como a aquellos que poseen un nivel más elevado de conocimientos y habilidades sociales.

Más concretamente, el proyecto se ha desarrollado en la clase de 1º ESO B, que se encuentra dentro de la modalidad bilingüe del instituto.

Fundamentación teórica

La evaluación integrada

La evaluación integrada es un modelo de evaluación holística y globalizadora que se inserta dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, de manera interactiva, con objeto de mejorarlo. Dejando atrás las concepciones que utilizaban la evaluación con el único propósito de medir resultados objetivos, este modelo de evaluación empleado de manera reflexiva, nos permite saber qué es lo que sucede a lo largo de todo el proceso para poder intervenir cuando sea necesario y adaptarlo a la realidad. Esto hará más eficaz la acción docente, favoreciendo la mejora y la consecución de los objetivos por mayor parte del alumnado.

Este tipo de evaluación sirve para suministrar información al alumno sobre sus puntos fuertes y débiles y sobre todo aquello que le cuesta más entender e impide continuar con su aprendizaje. Además, el profesor puede analizar qué es lo que está pasando y qué fallos está cometiendo para poder elegir los métodos de enseñanza que mejores resultados dan en cada caso.

Aunque la siguiente frase ya tenga unos cuantos años, la esencia del enunciado de Harlen, W. (1978), continúa siendo la misma:

“El proceso de obtener información sobre aspectos relevantes de la experiencia y de las cualidades de los alumnos para adoptar decisiones sobre el ambiente de aprendizaje que estimule el progreso de los alumnos e incremente la eficacia del profesor”.

La evaluación formativa pertenece a una concepción de la enseñanza que considera que aprender es un proceso a través del cual el alumno va estructurando sus conocimientos a partir de las actividades diarias. Si queremos ir más allá, el siguiente paso a dar sería la evaluación integrada, que supone traducir en calificación el juicio que se ha realizado sobre el progreso o nivel de aprendizaje alcanzado por cada alumno y alumna. De este modo el profesorado se puede asegurar de que los estudiantes han alcanzado las exigencias mínimas y cuentan con los requisitos necesarios para posteriores aprendizajes, además de conocer en cada momento el estado de aprendizaje en el que se encuentra cada alumno de modo que le permita intervenir de la manera más conveniente.

Por todo esto podemos deducir que, cuanto más relacionada esté la evaluación con la enseñanza, más provecho podrá obtenerse de la práctica evaluativa.

La interacción y el progreso fácilmente observable que vivencian los alumnos en Educación Física facilita la realización de una evaluación integrada en el proceso de enseñanza-aprendizaje. En otras asignaturas en las que los alumnos permanecen sentados tal vez sea más complicada esa percepción visual de la evolución. Por tanto es imprescindible que aprovechemos al máximo las oportunidades que esta materia nos ofrece para poder innovar, en esta ocasión, en materia de evaluación. No obstante, el acto de evaluar en el caso concreto de la Educación Física es complejo dado que

dependerá, en parte, del contenido que se vaya a evaluar ya que de él se derivará el diseño de los instrumentos de evaluación y la interpretación que se haga de la información obtenida.

Para poder desarrollar una verdadera evaluación integrada habría que revisar el enfoque general que da la organización del centro, especialmente durante las horas de tutoría, que posibilitan una aproximación más cercana al alumnado mediante una comunicación mucho más directa y fluida. De este modo se podría llegar a conocer más profundamente a los alumnos y alumnas, generando un clima de mayor confianza y posibilitando, en mayor medida, la adaptación de las tareas a sus capacidades, limitaciones y motivaciones.

Actualmente existen tareas y tiempos para enseñar y, separados en tiempo y procedimientos, otras tareas y momentos para comprobar, haciendo que la evaluación se desintegre del aprendizaje y pierda su valor formativo. Un modelo crítico de evaluación, como lo ha llamado Elliott, J. (1990) parte de la condición de que:

“la evaluación de la comprensión y la enseñanza para la misma no son actividades separadas. El profesor fomenta el aprendizaje comprehensivo dando acceso a los alumnos al diálogo crítico sobre los problemas que encuentran al llevar a cabo sus tareas. Este tipo de evaluación forma parte del proceso de aprendizaje y no es sólo una actividad final, centrada en los resultados de aprendizaje”.

El alumno, inconscientemente, va tomando decisiones continuamente a lo largo de su aprendizaje. Pero si queremos que realmente se implique de manera consciente en todo el proceso tendremos que hacerle entender que todo ese esfuerzo por mejorar es lo verdaderamente importante para que se centre en ello y no única y exclusivamente en una prueba final. Sin embargo, desgraciadamente, en la mayoría de las ocasiones sólo dan importancia a aquello que se les va a evaluar, por lo que si evaluamos todo el proceso, será más fácil que se concentren en todo él.

Para poder hacer posible la evaluación integrada es preciso entenderla como un proceso natural de obtención de información sobre lo que ocurre, que utiliza múltiples recursos, sin plantear necesariamente procedimientos formales de evaluar. Por tanto requiere de una atención consciente y reflexiva por parte de los profesores como una acción más dentro de su actividad laboral. Esto les permitirá comprender situaciones, relaciones entre los alumnos, capacidades y limitaciones, esfuerzo...

Según Cardinet, J. (1986), para que la evaluación formativa sea aplicable por los profesores no tiene que exigirles un extenso número de instrumentos ya que es en el propio curso del aprendizaje donde las realizaciones de los alumnos han de ser observadas y utilizadas inmediatamente para corregirlas y añade que: “*del análisis de los ejercicios que corrientemente se realizan en clase se pueden extraer todo tipo de informaciones*”.

Como dicen Gimeno, J. y Pérez, A.I. (1992), llevar a cabo una evaluación integrada es algo complejo ya que se precisan unas condiciones de partida. Estas son:

- a) que sea factible de realizar por los profesores, adecuada a sus posibilidades y exista disponibilidad de tiempo.

- b) que se haga con la finalidad de obtener información para el mejor conocimiento de los alumnos, del proceso y del contexto para poder mejorarlo.
- c) que no entorpezca el desarrollo de la enseñanza-aprendizaje.
- d) que no genere un clima autoritario.

Además, requiere un esfuerzo de observación extra por parte del profesor para darse cuenta de qué es lo que está sucediendo en cada momento, qué cosas funcionan y cuáles no, para cada alumno. Que es lo que será, en definitiva, la información necesaria para cambiar el diseño programado y adaptarlo con el fin de mejorar la eficacia de la acción docente.

Para lograr que las actividades de evaluación se integren en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en primer lugar habrá que plantear este objetivo, explícitamente, como tal para así poder seleccionar las actividades de evaluación más apropiadas. Pero para ello habrá que concebir la evaluación como una forma de revisar críticamente la práctica diaria, por lo que los criterios, los procedimientos y los instrumentos de evaluación empleados tendrán que estar bien previstos previamente, siendo acordes con los objetivos propuestos.

Para llevarlo a cabo, algunos autores recomiendan integrar de forma equilibrada la evaluación informal (basada en el contacto directo con los alumnos), con la evaluación de información recogida mediante diferentes registros (preguntas de clase, cuadernos...) y con una prueba escrita o práctica final. En este tipo de propuestas se fomenta la evaluación continua, sin embargo al incluir una prueba final se está valorando de manera especial el aprendizaje final obtenido y no todo el proceso.

Podemos decir pues, que la evaluación integrada surge como idea para evitar, como se hacía tradicionalmente y se continúa haciendo en demasiadas ocasiones, comprobar el saber sin tener en cuenta el modo de trabajar, de aprender y de utilizar el conocimiento por parte de los alumnos.

Aparte de las ventajas que hemos podido observar, este tipo de evaluación también suscita algún tipo de inconvenientes. Entre ellos, un problema frecuente es el de evitar la subjetividad ya que al tratarse de un sistema que funciona fundamentalmente por observación, la experiencia, opiniones y sensaciones del profesor o profesora pueden interferir en la toma de decisiones.

Además también se presenta la dificultad de transformar una valoración cualitativa del progreso de los alumnos en una evaluación cuantitativa en forma de nota numérica. Esto se podrá solventar mediante el diseño de un instrumento de evaluación en el que se justifique la ponderación de las diferentes conductas que se pudieran dar.

Para evitar problemas a la hora de evaluar, atendiendo a las recomendaciones del Comité Conjunto de Estándares para la Evaluación Educativa (1987), las condiciones a las que habrá que ceñirse serán las siguientes:

- Utilidad: debe atenerse a las necesidades reales, permitiendo resolver eficazmente los problemas que se planteen, mejorando tanto el proceso como los resultados.
- Viabilidad: se tiene que poder llevar a la práctica sin demasiados problemas.

- Transparencia y honradez: actuando con rigor y sentido ético.
- Precisión: los resultados han de ser objetivos y creíbles y los instrumentos empleados, válidos.

Por tanto se hace necesario que para poder cumplir todas las características, cualquier sistema de evaluación que se vaya a emplear esté previamente diseñado, evitando así la improvisación. No obstante tendrá que ser totalmente flexible y estar abierto a cambios que pudieran ser precisos debido a las necesidades de los alumnos; como modificaciones en las tareas, la metodología o incluso la propia programación.

Metodología

El procedimiento empleado para recoger información sobre los alumnos ha sido, fundamentalmente, la observación. Por otra parte, la coincidencia del desarrollo del presente proyecto de innovación con la puesta en práctica de un estudio cualitativo sobre las emociones del alumnado en las clases de Educación Física, me ha permitido obtener, al mismo tiempo, información de primera mano sobre la opinión de los alumnos. Información que he tenido la suerte de poder emplear para corroborar mis hipótesis, así como para obtener feedback sobre mi propia actuación como docente.

Ya que observar todos los detalles de todos los alumnos es prácticamente imposible, ha sido necesario un proceso de sistematización de las conductas que se pueden dar en voleibol a partir del análisis de la lógica interna del deporte. Esto permitirá determinar las condiciones de máxima eficacia y abordar la evaluación desde una perspectiva más amplia. Si el profesor sabe de antemano cuáles son los rasgos propios de las acciones motrices que tienen lugar, podrá evaluar con mayor eficacia sus correspondientes conductas motrices.

Por ese motivo se ha elaborado una rúbrica (véase anexo I) en la que aparecen todos los criterios que se tendrán en cuenta así como diferentes grados de ejecución en progresión de dificultad, dispuestos en forma de categorías. Esto servirá para definir más concretamente las conductas en las que me he de fijar y centrarme en su observación.

Además, para aprovechar mejor el tiempo de observación y maximizar la atención prestada a los alumnos, no se va a anotar la información en papel ya que resultaría más costoso, sino que mediante el uso de una grabadora quedarán registrados de viva voz los comportamientos y las conductas relevantes no solo en lo que a la ejecución se refiere sino también aspectos relacionados con la actitud.

Posteriormente, al finalizar cada clase, esas grabaciones serán transcritas a papel. Para esto será muy importante la realización el mismo día, ya que puede que haya detalles que no hayan quedado reflejados pero que al escuchar, recordemos. Esto facilitará que podamos obtener muchísima información de todos los alumnos.

Todos los datos obtenidos se han ido introduciendo en una tabla (anexo II) de manera que, a medida que avanza la unidad, podemos ir viendo fácilmente la progresión que cada alumno está viviendo. Con esto y con la ayuda de una rúbrica ponderada, podremos transcribir en forma de calificación cuantitativa la información cualitativa extraída mediante la observación de las conductas.

Trabajo de campo

Unidad Didáctica

El grupo en el que se ha realizado este proyecto ha sido la clase de 1º ESO B del Instituto de Educación Secundaria Lucas Mallada, de la que forman parte 14 alumnos de los cuales 8 son chicos y 6 son chicas.

El primer día de la Unidad Didáctica se les informó sobre lo que se iba a hacer, cuáles iban a ser los objetivos, los contenidos, el propósito del proyecto de investigación y la justificación de la elaboración de unos diarios reflexivos tras cada sesión. Después de conocer toda la información necesaria se procedió a comenzar con la primera sesión.

El proyecto de innovación se ha llevado a cabo durante el desarrollo de una Unidad Didáctica de Voleibol. En el Anexo III se pueden observar las fichas explicativas de cada una de las sesiones, seguido del Anexo IV en el que aparecen las tablas en las que se aclaran las tareas propuestas.

La presencia de esta Unidad Didáctica dentro de la programación de 1º de Educación Secundaria Obligatoria se justifica en tanto a que sirve para lograr los objetivos propuestos por el currículo a lo largo del período, para desarrollar las competencias básicas, y además los fundamentos de dicho deporte están relacionados directamente con los contenidos a trabajar en el presente curso.

Competencias:

De entre todas las competencias a adquirir a lo largo de la ESO, las que se trabajarán en la Unidad Didáctica de Voleibol serán las siguientes:

2. Competencia social y ciudadana. *Las actividades propias de esta materia son un medio eficaz para facilitar la integración y fomentar el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación, la igualdad y el trabajo en equipo. La práctica y la organización de las actividades deportivas colectivas exigen la integración en un proyecto común y la aceptación de las diferencias y limitaciones de los participantes, siguiendo normas democráticas en la organización del grupo y asumiendo cada integrante sus propias responsabilidades. El cumplimiento de las normas y reglamentos que rigen las actividades deportivas colabora en la aceptación de los códigos de conducta propios de una sociedad.*

De esta competencia se hará hincapié sobre todo en los aspectos relativos a la interacción, el respeto, la cooperación y el trabajo en equipo, asumiendo unas responsabilidades, cumpliendo unas normas y el reglamento de voleibol.

4. Competencia en el desarrollo de la autonomía e iniciativa personal. *El alumnado toma protagonismo en aspectos de organización individual y colectiva de actividades físico-deportivas y de expresión, así como en aspectos de planificación de actividades para mejorar su condición física. Ofrece al alumnado situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva ante tareas de cierta*

dificultad técnica o en la mejora del propio nivel de condición física, y también se busca fomentar su responsabilidad en la aplicación de las reglas o normas del juego.

Se trabajará especialmente en torno a la presentación de situaciones en las que deberán manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva ante las dificultades. Además, se les hará tomar responsabilidades a la hora de aplicar y cumplir las normas, y se les propondrán condiciones en las que tendrán que tomar decisiones, mostrando así capacidad de iniciativa personal.

5. Aprender a aprender. *Esta materia ofrece recursos para la planificación de determinadas actividades físicas a partir de un proceso de experimentación. Todo ello permite que el alumnado sea capaz de regular su propio aprendizaje y práctica de actividad física en su tiempo libre de forma organizada y estructurada. Asimismo, desarrolla habilidades para el trabajo en equipo en diferentes actividades colectivas deportivas y expresivas y contribuye a adquirir aprendizajes técnicos, estratégicos y tácticos que se pueden transferir a distintas actividades deportivas. A través de la actividad física, una persona aprende a conocer cuáles son sus capacidades, sus puntos fuertes y débiles, y a partir de ello puede plantearse objetivos reales que puede alcanzar con su propio esfuerzo y perseverancia.*

Desde la unidad de voleibol se persigue que los alumnos desarrollemn habilidades de trabajo en equipo y adquieran aprendizajes técnicos, estratégicos y tácticos.

De una forma menos directa, y a través de la realización de los diarios reflexivos, también podríamos relacionar esta unidad con la competencia número 6.

6. Competencia lingüística. *Se contribuye ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos, desde la comunicación oral a los trabajos escritos que realiza el alumno, y a través del vocabulario específico que aporta. A su vez, por medio de esa materia se puede reforzar el aprendizaje de otras lenguas.*

Esta competencia se trabajará en un segundo plano, siendo utilizada como un medio para que los alumnos presenten unos diarios reflexivos de cada sesión en los que sean capaces de redactar y expresar sus emociones, sentimientos, inquietudes, miedos, aprendizajes...

Objetivos:

A lo largo del período de Educación Secundaria Obligatoria, en la asignatura de Educación Física, se pretenden alcanzar 12 objetivos de área. Ya que se busca alcanzarlos a lo largo de cuatro años, no es necesario trabajarlos todos durante cada curso y mucho menos en cada Unidad Didáctica. Por esto, en la presente unidad nos vamos a centrar en los siguientes:

- **3. Realizar tareas dirigidas al incremento de las posibilidades de rendimiento motor, a la mejora de la condición física para la salud y al perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, adoptando una actitud de autoexigencia en su ejecución.**

- *7. Conocer y realizar actividades deportivas y recreativas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía de ejecución.*

Aparte de los objetivos de área también se trabajará por conseguir otros objetivos didácticos, mucho más concretos y ceñidos a la unidad que se está trabajando. Estos, al ser específicos para cada sesión, aparecerán nombrados en las fichas de cada día. (Anexo III)

No obstante, el objetivo principal no estará centrado en la ejecución técnica adecuada sino en la toma de decisiones. Es decir, que aunque en las sesiones se vayan trabajando los distintos fundamentos técnicos, imprescindibles para poder jugar a voleibol, la evaluación no se va a realizar en función de una técnica precisa, sino que se valorará el control del móvil y el acierto en la toma de decisiones.

De esta forma, podríamos definir los objetivos principales como:

- Conocer y poner en práctica las reglas básicas del voleibol.
- Controlar el móvil en situaciones adaptadas de voleibol, respetando las reglas del juego.
- Tomar decisiones acertadas en cuanto al tipo de golpeo utilizado y a quién pasar el balón, dentro de un contexto de voleibol adaptado.

Contenidos:

De entre los 4 bloques de contenidos a desarrollar a lo largo de 1º ESO, durante de la Unidad de voleibol se desarrollarán parte de los relativos al Bloque de contenidos número 2, juegos y deportes.

2. Juegos y deportes. *Son un instrumento adecuado para la mejora de las capacidades que pretende esta materia, porque supone actividades que fomentan la colaboración, la participación y el desarrollo de actitudes dirigidas hacia la solidaridad, la cooperación, el respeto y la no discriminación. Contribuir al desarrollo de las competencias básicas por la práctica de juegos y deportes individuales (sin oposición), juegos de oposición entre dos individuos (juegos de lucha, juegos de raqueta) y juegos colectivos de colaboración-oposición (juegos y deportes de equipo).*

Dentro de este bloque, los que más se trabajarán serán:

- ✓ 2.5. Ejecución de habilidades motrices vinculadas a acciones deportivas.
- ✓ 2.7. Las fases del juego en los deportes colectivos: concepto y objetivos.
- ✓ 2.8. Realización de juegos y actividades en los que prevalezcan aspectos comunes de los deportes colectivos.
- ✓ 2.9. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a su mejora.
- ✓ 2.11. Respeto y aceptación de las reglas de las actividades, juegos y deportes practicados.

Más específicamente, los contenidos directamente relacionados con el voleibol serán los siguientes:

- ✓ Saque de mano baja (o saque de seguridad)
- ✓ Toque de dedos
- ✓ Toque de antebrazos
- ✓ Bloqueos
- ✓ Remates
- ✓ Desplazamientos
- ✓ Reglas básicas

Principios metodológicos:

Uno de los objetivos principales de la Educación Física es conseguir la adherencia del alumno a la práctica físico-deportiva y que de este modo pueda adquirir hábitos saludables y aprovecharse de todos los beneficios que le ofrece, ya que con solamente dos sesiones de 50 ó 55 minutos a la semana, prácticamente no se pueden apreciar los efectos positivos de la práctica deportiva.

Si queremos conseguir que el alumno practique actividad física de forma autónoma hay que lograr que le guste. Para ello es fundamental aumentar su autoestima y esto se logrará a partir de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas que son: la percepción de competencia, la autonomía y las relaciones sociales satisfactorias.

Partiendo de esta base, para hacerlo, se ha tratado de trabajar en la medida de lo posible con las teorías de las metas de logro y de la autodeterminación, basadas en que el alumno participará más activamente cuanto más motivado intrínsecamente esté. Numerosos estudios demuestran que las mayores relaciones con la motivación intrínseca se consiguen a partir de la participación en un clima orientado a la tarea, que proporcionará el medio idóneo para que el alumno esté motivado a la tarea. Esto es que practique por el propio placer que provoca el participar en la actividad, de forma que el aprendizaje sea significativo.

También se ha procurado que el alumno se centre en su propio esfuerzo y mejora personal, intentando superarse a sí mismo en vez de intentar mejorar por el simple hecho de ser mejor que los demás (motivación al ego) para lo que se ha evitado la comparación social.

Para conseguir un clima orientado a la tarea se ha trabajado sobre las áreas TARGET: Tarea, Autoridad, Reconocimiento, Agrupamientos, Evaluación y Tiempo.

- **Tarea:** tareas basadas en la variedad, el reto personal y la implicación activa, ayudando a los sujetos a ser realistas con respecto a sus posibilidades, planteando objetivos a corto plazo.
- **Autoridad:** implicar a los alumnos en la toma de decisiones ya que así se sienten más partícipes en su propio proceso de aprendizaje.
- **Reconocimiento:** dar recompensas positivas al esfuerzo y al progreso individual, asegurando las mismas posibilidades para todos.
- **Agrupamientos:** posibilitar a los alumnos frecuentes y diversas formas de agrupamiento, creando grupos flexibles y heterogéneos.
- **Evaluación:** dar un feedback positivo y frecuente al alumno para que sea consciente de qué es lo que está haciendo bien y lo que no. Implicar al alumno

en el proceso de evaluación, haciéndole partícipe. Utilizar una evaluación privada y significativa.

- **Tiempo:** ser flexibles en la programación y dedicar el tiempo suficiente para permitir la consecución de los objetivos por parte de todos los alumnos, dando así las mismas posibilidades a diferentes ritmos de aprendizaje.

Se ha empleado una metodología constructivista en la cual el alumno lleva a cabo un proceso de reflexión sobre la actividad practicada, a través del planteamiento de interrogantes continuos (¿por qué hacemos esto?, ¿para qué nos sirve?, ¿cómo lo podemos realizar?...). Además, esta reflexión se ha incentivado a través de la redacción de unos diarios. De esta forma el alumno da sentido a la actividad y va construyendo su propio aprendizaje, siendo el profesor un mero orientador del proceso. El alumno, al ser consciente de su aprendizaje, se da cuenta de si está siendo efectivo o no y se plantea alternativas que le permitan adquirir un mayor grado de autonomía. Así se ha evitado, siempre que ha sido posible, el mando directo, dejándolo relegado para la exposición de tareas puntuales.

Entendiendo las dificultades y complejidad de la enseñanza individualizada, se ha buscado la facilitación de adaptaciones concretas de la programación a cada alumno, según sus propias necesidades y evolución. De este modo se han realizado diferentes niveles de ejecución para que cada alumno elija en cuál se encuentra y pueda mejorar en función de su nivel inicial y de su propio ritmo de aprendizaje.

A modo de ejemplo, a continuación se presenta una tabla con una de las tareas propuestas.

Esta actividad permite extraer información acerca del control del móvil por parte de los alumnos. Puede servir a modo de evaluación inicial ya que, a pesar de ser una situación descontextualizada del voleibol, al dejar que ellos mismos decidan cómo quieren golpear el balón permite hacerse una idea del dominio que poseen.

Posteriormente, proponiendo una variante en la que solamente pueden tocar la pelota mediante el golpeo de dedos se consigue observar más concretamente cómo lo ejecutan. Sin embargo, a pesar de que será fundamental que adquieran cierto dominio del golpeo para poder dar continuidad al balón, no nos centramos en la ejecución técnica sino que la atención recae sobre todo en la capacidad de los alumnos para colocarse de manera adecuada con respecto al balón y a sus compañeros para ejecutar el golpeo, y en la toma de decisiones acerca de a quién quieren pasar el balón y si miran dónde se encuentra situado antes de hacerlo.

TAREA

Descripción

Nombre: que no caiga

Descripción: Por grupos de 4, en círculo, ir pasándose el balón (como se quiera excepto con los pies). Tienen que tocarlo todos antes de poder volver a repetir.

Información adicional: realizar variantes como:

- Solo se puede pasar con las manos.
- Ídem pero diciendo el nombre del jugador al que se le va a pasar
- Ídem añadiendo al nombre un número del 1 al 4. Será el número de toques que tenga que dar la persona a la que se le envía el balón, antes de pasárselo al siguiente.
(ejemplo: María, 3)

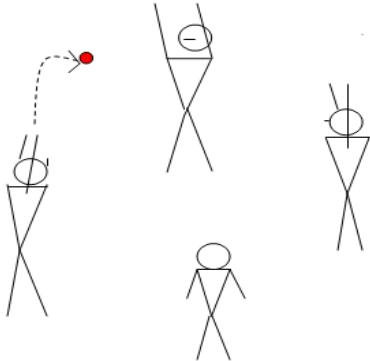
Material: un balón de voleibol por grupo

Normas/reglas: no se puede pasar con los pies. Todos tienen que tocar el balón antes de poder volver a repetir.

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: grupos de 4

Esquema



Dominio de acción: acciones de cooperación

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Juegos cooperativos

Aspectos didácticos en la aplicación:

Objetivos didácticos: Mirar dónde se encuentra el compañero antes de pasarle el balón

Lo que hay que aprender: cooperar con los compañeros

Posibles reglas de acción: Si le paso el balón muy alto, tiene más tiempo para colocarse y darle bien

Criterios de realización: enviar el balón muy alto

Criterios de éxito: realizar el máximo número de toques posibles

Preguntas para la reflexión: ¿qué hacíais para enviar el balón alto?

Control de contingencias: Separar los grupos para que no se molesten entre ellos

Observaciones para el profesor: Estar atento a que todos toquen el balón. Introducir variantes antes de que se cansen

Evaluación de los alumnos

El proyecto de innovación propuesto, consistente en una evaluación formativa basada en criterios cualitativos, permite que la evaluación se haya realizado teniendo en cuenta el progreso seguido a lo largo de las sesiones. Esto quiere decir que se ha valorado todo el proceso de aprendizaje y no solo el resultado final.

La evaluación se ha realizado de manera individual y significativa, de forma que aseguremos que el alumno entienda qué es lo que se ha evaluado, qué ha hecho bien y qué ha hecho mal para que pueda mejorar. Se ha comunicado de forma privada a cada alumno para evitar la comparación con los compañeros y procurar, en la medida de lo posible, que el alumno sólo valore su propio esfuerzo y no si ha obtenido mejores o peores resultados que los demás.

Para favorecer este tipo de evaluación, en vez de realizar una prueba final me he basado en la observación. Es decir, he ido tomando notas sobre qué es lo que hace cada alumno cada día y he valorado la progresión seguida y no solamente el nivel con el que se termina. Además, más que la ejecución técnica perfecta, lo que he juzgado es la toma de decisiones correcta en cada situación y su adecuación en función de los compañeros y adversarios.

Además, la obtención de información diaria mediante el sistema de grabación de notas me ha permitido ir observando día a día el progreso o no de los alumnos, de forma que durante cada sesión he podido centrarme en aquellos alumnos que, con los datos conseguidos, he comprobado que encontraban mayores dificultades, ayudándoles de este modo a continuar con su aprendizaje.

El total de la nota se ha dividido en porcentajes correspondientes a la parte práctica, la actitud, la asistencia y la realización de unos diarios reflexivos.

- La parte práctica supone el 50% de la nota final. En esta se contemplan:
 - Aspectos técnicos
 - Aspectos tácticos

Además, no todos los fundamentos poseen el mismo porcentaje con respecto a la nota, sino que aquellos más básicos por ser imprescindibles tienen una mayor puntuación mientras que aquellos más complejos serán los que sirvan para “subir nota” y por tanto su puntuación es menor. Así, a continuación podemos verlos:

Aspectos técnicos 70%						Aspectos tácticos 30%		TOTAL 100%	
Posición espera 10%	Toques 30%		Saques 20%	Remates 0'5%	Bloqueos 0'5%	Desplazamientos 10%	Colaboración 20%		
	Eficacia 15%	Variedad 15%							

- Dentro del apartado actitudinal, que vale el 20%, encontramos:

- Respeto a las normas
- Respeto al material
- Respeto a los compañeros y al profesor

Reglas 33%	Material 33%	Compañeros y profesor 33%	TOTAL 100%
-------------------	-------------------------	--	-----------------------

- La asistencia supone el 10% de la nota final. Se comienza con un 10 en este apartado, del que se van restando puntos conforme se van faltando los días. Para poder aprobar hay que participar en un mínimo de la mitad de las clases (es decir, en esta UD, 4 sesiones).
- La entrega de los diarios reflexivos de cada día se corresponde con el 20% de la nota final. Para valorarlos se ha extraído la media entre todos los días que el alumno ha asistido a clase. En caso de entregar el diario, se media con la nota que haya obtenido en el mismo, pero en caso de no entregarlo, se media ese día con un 0.

Para evaluarlos se ha tenido en cuenta:

- La presentación en la siguiente sesión (en caso de retraso, se restará puntuación).
- La elaboración de mínimo 10-15 líneas relacionadas con lo que se pide (explicar qué experiencias y emociones han vivido a lo largo de cada sesión en vez de describir lo que se ha escrito en clase).
- La calidad de la redacción y la ausencia de faltas de ortografía.

La rúbrica que se presenta a continuación ha sido el instrumento empleado para valorar los componentes prácticos y actitudinales de la unidad.

Los valores de cada columna serán: la equivalente a 0, 0 puntos. La del 1, 4 puntos, la del 2, 7 puntos y la del 3, 10 puntos (sobre 10). En función de si se aproxima más a uno o a otro, se podrán asignar valores intermedios.

		0	1	2	3
Aspectos técnicos	Posición de espera	De pie, sin prestar atención al balón 0	De pie, presta atención al balón pero no tiene una posición para reaccionar rápido 4	De pie, atento, con posición de brazos y piernas para reaccionar rápido, pero mal ubicado en el espacio 7	De pie, atento, con posición de brazos y piernas para reaccionar rápido ,y bien ubicado en el espacio 10
		Toques Eficacia	No consigue darle el balón ya que llega demasiado tarde	Golpea el balón como si solo quisiera “quitárselo de encima”	Golpea el balón pero no se coloca correctamente respecto al mismo para dirigirlo adecuadamente , dificultando que sus compañeros lo sigan
	Variedad	Siempre utiliza el mismo tipo de golpeo (dedos o antebrazos)	Combina ambos tipos de golpeo aunque predomina el que mejor le sale	Combina ambos tipos de golpeo aunque no elige adecuadamente cuál es el mejor momento para cada uno de ellos	Combina ambos tipos de golpeos y elige adecuadamente cuál es el mejor para cada momento
		Saques	Saca pero no consigue sobreponer la red	Saca y sobreponer la red pero no dentro del campo contrario	Saca y envía el balón dentro del campo contrario aunque no es capaz de dirigirlo donde quiere
	Remates	No remata. Se limita a devolver el balón al otro lado	Remata aunque no consigue pasar el balón por encima de la red	Pide el balón al compañero para rematar, y lo ejecuta, aunque no desde la posición más adecuada	Pide el balón para rematar cuando está bien colocado para ello y lo hace de forma adecuada en la mayoría de los casos
		Bloqueos	No salta ni realiza otras acciones para evitar que balón cruce la red	Salta y eleva los brazos para realizar bloqueos aunque llega tarde o salta cuando son flotadas, dejando su posición descubierta.	Sabe cuándo realizar un bloqueo aunque solo es efectivo a veces
	Desplazamientos	Permanece quieto	Se desplaza por todo su campo aunque no sea su zona específica	Se desplaza por su zona aunque no bascula hacia donde debería	Se desplaza adecuadamente por su zona, basculando cuando es necesario
	Colaboración	No mira dónde están sus compañeros antes de golpear el balón	Mira dónde están situados sus compañeros aunque cuando recibe el balón lo pasa directamente al campo contrario	Localiza a sus compañeros y cuando recibe el balón lo pasa, pero no elige al jugador adecuado	Localiza a sus compañeros, cuando recibe el balón les pasa, y en caso de haber dudas sobre quién le va a golpear, habla (mía, tuya...)
	Reglas	Incumple las reglas (por desconocimiento o porque no quiere acatarlas)	Conoce las reglas más básicas (3) y las cumple	Conoce bastantes reglas (+ de 3) y las cumple	Conoce bastantes reglas, las cumple y las hace cumplir a sus compañeros ejerciendo como árbitro
	Material e instalación	No respeta el material	Respeto el material pero no ayuda a la hora de sacarlo y recogerlo	Ayuda a sacar y recoger el material pero solo cuando el profesor se lo dice	Se ofrece voluntario y ayuda con el material aunque el profesor no le diga nada
Actitud	Compañeros y profesor	No respeta ni a sus compañeros ni al profesor e interrumpe continuamente en clase	Discute con sus compañeros aunque cuando el profesor le llama la atención, deja de hacerlo	No discute pero le cuesta prestar atención a las explicaciones del profesor	Atiende en clase y obedece las indicaciones del profesor

Para poder aprobar la Unidad Didáctica se ha requerido que el alumnado superase unos mínimos exigibles, que son:

- Realizar diferentes acciones técnicas de voleibol como el saque de seguridad, el toque de dedos y el de antebrazos, de forma controlada, siendo capaces de enviar el balón al campo contrario.
- Elegir entre el toque de dedos y el de antebrazos y aplicar el más adecuado según la situación, decidiendo en función del número de toques realizados y de la trayectoria del balón cuándo pasársela a un compañero o al campo contrario.
- Desplazarse por su zona del campo, sin cruzarse ni molestar a sus compañeros.
- Conocer y respetar al menos 3 normas elegidas en consenso y ejercer de árbitro durante el juego de otros compañeros, haciendo que las acaten.
- Respetar el uso del material y la instalación evitando acciones que pudieran alterarlo, así como participar en su preparación y recogida.

En cuanto a la asistencia, ha sido un factor imprescindible participar en al menos la mitad de las sesiones, estuvieran las faltas justificadas o no.

Como último requisito indispensable para aprobar, había que entregar los diarios de al menos 4 de los 8 días.

Teniendo en cuenta todos estos baremos, las calificaciones finales de los alumnos han sido las siguientes:

ALUMNOS	VALORACIÓN PRÁCTICA	VALORACIÓN ACTITUD	ASISTENCIA	NOTAS DIARIOS	NOTA TOTAL
	50%	20%	10%	20%	
A. E.	4,11	1,37	0,75	0,17	6,40
C. E.	3,03	1,03	0,75	0,17	4,98
C. L.	3,09	1,20	0,875	0,50	5,66
E. C.	2,72	1,33	0,875	0,53	5,46
I. C.	2,64	1,73	1	0,90	6,28
L. R.	2,92	1,87	1	1,40	7,19
L. M.	3,08	1,87	1	1,55	7,50
O. R.	2,76	1,70	1	0,70	6,16
P. R.	2,77	1,33	0,75	1,07	5,92
S. N.	3,45	1,67	1	1,21	7,33
S. A.	2,38	1,43	0,5	0,00	4,32
S. M.	2,91	1,53	0,875	0,83	6,14
V. J.	3,95	1,87	0,875	0,79	7,48
V. A.	3,70	1,47	1	0,61	6,78

Discusión

Reflexión sobre lo sucedido

Tras observar las evaluaciones podemos decir que las calificaciones finales no han sido demasiado buenas. No obstante hay que decir que, salvo un alumno, todos los demás han aprobado la parte práctica pese al escaso nivel inicial. Además, muchas de las notas que por ejecución y actitud podrían haber sido altas, han resultado más bajas de lo esperado debido, en gran medida, al poco interés prestado a la realización de los diarios.

En el anexo V se encuentra la información recogida sobre cada alumno, cada día. A pesar de que es verdaderamente complicado tomar nota todos los días sobre todos los aspectos a observar, más o menos se ha conseguido ya que si un día faltaba algo de información, al día siguiente se podía completar. Además, el transcribir las grabaciones inmediatamente después de terminar las clases permite añadir detalles que no han quedado recogidos.

Para evaluar la repercusión de este tipo de evaluación en los alumnos, tras la toma de información y su análisis corresponde realizar una reflexión profunda acerca de qué es lo que ha pasado con los alumnos para tratar de justificar en el mayor grado posible, por qué ha ocurrido de tal manera.

Con la información diaria obtenida a través de la observación puedo extraer conclusiones acerca de la ejecución de las acciones, de la actitud en general y de la asistencia a clase. Pero considero que sería un error desaprovechar la información obtenida en los diarios realizados por los alumnos, por lo que aunque su evaluación no contará más que el 20% de la nota final que se le había asignado, y no va a interferir en el resto de los porcentajes pues se saldría del concepto de una evaluación integrada dentro de las propias tareas incluidas en el aula, sí que se va a utilizar para corroborar las conclusiones y ayudar al profesor a ser consciente de aspectos de su propia acción docente con el fin de poder mejorarla.

A continuación, a modo de ejemplo, se va a presentar la evaluación de varios alumnos tratando de justificar por qué se han obtenido dichos resultados. Esta tarea reflexiva habría que realizarla con todos y cada uno de los alumnos para poder analizar y revisar qué aspectos están funcionando y cuáles no, dentro de la práctica docente y así poder modificar aquellos que no son efectivos, adaptar los que podrían mejorar, e incluso suprimir aquellos que pudieran perjudicar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para mantener el anonimato de los alumnos, se procederá a escribir únicamente las iniciales del primer apellido y del nombre.

A.E.

En esta tabla se puede apreciar la información obtenida cada día con respecto a los aspectos tanto de ejecución motriz como de actitud y asistencia.

DÍAS							
1	2	3	4				
Golpea el balón pero no se coloca correctamente dificultando que sus compañeros le sigan. Combina ambos golpesos aunque predomina el de antebrazos (le sale mejor). Se desplaza por el espacio aunque no sea su zona. Discute pero si le llamas la atención, para	FALTA	Controla el balón tanto en toque de dedos como de antebrazos en la mayoría de las ocasiones. Se desplaza por todo su campo aunque no sea su zona específica. Controla el saque de mano baja.	Realiza bloqueos y remates bastante bien. Son efectivos casi siempre y además mira dónde quiere enviar el balón antes de hacerlo. Localiza a sus compañeros antes de pasarles el balón aunque no elige siempre al más adecuado. Golpea y controla bastante bien tanto con dedos como con antebrazos. Los alterna sabiendo cuándo utilizar cada uno.				
5	6	7	8				
Sabe cuándo utilizar los distintos golpesos aunque tiene mejor control con dedos que con antebrazos.	FALTA	Controla el saque y dónde lo quiere enviar. Se coloca bien para golpear con los dedos y antebrazos. Con dedos controla muy bien dónde la envía, aunque con antebrazos no tanto. Molesta con sus compañeros pero si le llamas la atención, para.	Hoy no ha traído el chándal por lo que solo ha hecho de árbitro. Ha hecho bien que sus compañeros cumplan las normas excepto la de que tienen que tocar el balón todos los miembros del equipo para que el punto valga.				

A partir de la rúbrica antes mencionada y del progreso que ha seguido el alumno, las notas obtenidas son las siguientes.

Aspectos técnicos 70%					Aspectos tácticos 30%			TOTAL 100%
Posición espera 10%	Toques 30%		Saques 20%	Remates 0'5%	Bloqueos 0'5%	Desplazamientos 10%	Colaboración 20%	
	Eficacia 15%	Variedad 15%	9	7,5	8	8,5	9	8,23

Actitud			
Reglas 33%	Material 33%	Compañeros y profesor 33%	TOTAL 100%
8	7	5,5	6,83

Días asistencia	Nota
6	7,5

Diarios									
SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3	SESIÓN 4	SESIÓN 5	SESIÓN 6	SESIÓN 7	SESIÓN 8	Nº SESIONES	NOTA MEDIA
5	falta	0	0	0	falta	0	0	6	0,83

Este es un alumno que ya destacaba a principio de la unidad didáctica por su control del móvil y su conocimiento acerca la ejecución de los golpeos y las reglas. Esto era, fundamentalmente, debido a que al ser un alumno repetidor ya había realizado voleibol el año anterior.

Dado que partía desde un nivel superior al de sus compañeros empezó a aburrirse en las clases por lo que molestaba bastante con sus compañeros. La relación no era mala, pero sí que hablaba y se despistaba continuamente. Así que para evitar que se estancara en su aprendizaje le he ido proponiendo tareas de ampliación. Por ejemplo, en los bloqueos y remates, ya que era al único al que le salían desde el primer momento, le introduce varios pasos de carrera previos al golpeo para complicarle la ejecución.

Este alumno también se caracteriza por interrumpir continuamente las explicaciones. Para evitar que lo hiciera, hubo un par de días que le propuse explicar las tareas. Al darse cuenta de que no sabía qué es lo que se estaba pidiendo comenzó a portarse mejor en clase y a prestar más atención.

En un caso como este, en el que el alumno es tan aventajado con respecto a sus compañeros, lo que no ocurre en otras asignaturas, se podrían haber aprovechado más sus capacidades para que ayudara a sus compañeros. De esta forma no solo él mismo se habría dado cuenta de qué es lo que hace, en lugar de realizarlo de forma involuntaria, sino que esa energía y ganas de hablar con sus compañeros se podría haber canalizado de una forma más útil tanto para sí mismo como para sus compañeros.

Por otra parte es una pena que si uno de los requisitos indispensables para aprobar era entregar los diarios de al menos la mitad de las sesiones, este alumno no pudiera superar la Unidad debido a que solamente ha entregado uno y con retraso.

De todas formas, por lo que escribió en el que entregó podemos decir que es consciente de que sabe jugar mejor que sus compañeros, pero aun así, al haberle planteado tareas de ampliación se ha dado cuenta de que si no se esfuerza no le salen las cosas. Esto es muy interesante ya que hemos conseguido que se percate de que si no trabaja no va a progresar. Lo único que cabría añadir es que a pesar de que el diario se corresponde a la primera sesión, al haberlo entregado fuera de la fecha, en la reflexión se han incluido comentarios que tal vez no se hubieran dado en caso de que solamente se hubiera

practicado el primer día. Por tanto es posible que no haya sido el primer día cuando haya sido consciente de que tenía que esforzarse más si quería mejorar.

L. M.

DÍAS			
1	2	3	4
No se desplaza. Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima, sin controlar dónde lo envía.	Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima (en dedos y antebrazos). No mira dónde están sus compañeros antes de golpear.	Palmea en el toque de dedos por lo que no envía el balón hacia arriba. Cuando saca se tiene que acercar a la red para superarla.	No salta al rematar. No bloquea. Se limita a devolver el balón. Saca y envía el balón dentro del campo contrario la mayoría de las veces (no dirige al punto que quiere).
5	6	7	8
Pasa el balón por encima de la red aunque no lo dirige exactamente donde quiere. A veces en el toque de dedos sigue palmeando. No se desplaza por el espacio	Se coloca bien para golpear con los dedos y controla mejor. A veces le da como si quisiera quitarse el balón de encima pero otras golpea bien. Se coloca bien para recepcionar de antebrazos pero no controla el balón. Saca por encima de la red aunque no controla exactamente dónde la envía Posición de espera atenta al balón y lista para golpear.	Espera en posición activa para golpear. Se coloca bien para golpear tanto de dedos como de antebrazos, aunque no la controla muy bien.	Saca por encima de la red aunque no es capaz de dirigir el balón a un punto concreto. Mira dónde están sus compañeros antes de pasar. A veces intenta colocarlos aunque no siempre lo consiga.

Aspectos técnicos 70%					Aspectos tácticos 30%		TOTAL 100%	
Posición espera 10%	Toques 30%		Saques 20%	Remates 0'5%	Bloqueos 0'5%	Desplazamientos 10%	Colaboración 20%	
	Eficacia 15%	Variedad 15%						
8,5	5,5	7	7	4	4	8	6	6,17

Actitud			
Reglas 33%	Material 33%	Compañeros y profesor 33%	TOTAL 100%
10	8	10	9,33

Días asistencia	Nota
8	10

Diarios									
SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3	SESIÓN 4	SESIÓN 5	SESIÓN 6	SESIÓN 7	SESIÓN 8	Nº SESIONES	NOTA MEDIA
5	5	7	7	9	10	10	9	8	7,75

Así como en el caso anterior hemos podido analizar a un alumno que partía de un nivel superior a la media, en este ha sucedido lo contrario. Se trata de una alumna cuyo nivel inicial era bastante bajo pero que ha demostrado una actitud muy positiva y se ha esforzado día a día por mejorar, terminando con un nivel de ejecución aceptable.

Cierto es que no ha llegado a adquirir fundamentos más complejos como podrían ser el remate o el bloqueo pero ha sido capaz de ejecutar todos los golpes básicos, tratando de participar de forma colaborativa con sus compañeros. Con esto quiero decir que aunque al principio se centraba en quitarse el balón, dándole como si tuviera miedo y solo quisiera apartárselo de el medio, al final era capaz de colocarse más adecuadamente con respecto al mismo preparándose para golpearlo y observando previamente la localización de sus compañeros para intentar pasárselos aunque esto último no le saliera en muchas ocasiones.

Además, como se puede observar en el apartado de toques, aunque el golpeo de antebrazos le saliera peor y por tanto le restase eficacia, se esforzaba por variar los tipos de golpes tratando de adaptarse al más adecuado en cada ocasión y de este modo practicarlos todos.

Hay que añadir que dado que esta alumna no solo ha realizado todos los diarios sino que los ha redactado con una gran claridad y sinceridad, se pueden extraer muchas conclusiones que ayuden a corroborar la información obtenida.

Leyendo sus diarios podemos percatarnos de que al principio esta chica no tenía ninguna confianza en sí misma porque era consciente de que su nivel inicial era muy bajo y no le salía nada. No obstante, conforme van pasando los días se puede notar que va estando más contenta porque se percibe más competente en las tareas, lo que se aprecia claramente gracias a frases como: “estoy muy contenta porque ya me sale todo bastante mejor que los primeros días que no sabía nada de nada” o “he aprendido a darle con los dedos bien, porque antes le daba con la palma de la mano entonces no pasaba por encima de la red”.

Otro comentario que, a título personal, me ha servido para ser consciente de que tengo que tener más cuidado con las distribuciones ya que a pesar de que me he esforzado por

que fueran diversas, variando los grupos, debido a la limitación en el número de los alumnos tenía que hacer grupos de 2x2 ó 3x3, y con lo que esta alumna dice: “yo siempre he estado en el 2x2 entonces era más sencillo hacer toque y toque y pasarlal otro campo que en el 3x3 había que tocarla los 3 y era más complicado” me he percatado de que no han estado tan variados como creía. Es decir, que salvo el último día que sí que le tocó jugar en situación de 3x3, el resto de días había estado en 2x2 y yo no me había percatado.

Revisión de las condiciones y propuestas de mejora

Para poder realizar propuestas de mejora que permitan continuar innovando en este campo es imprescindible revisar las condiciones del procedimiento, analizando cuáles han sido los aciertos y errores del presente estudio y de esa forma plantear modificaciones, evitar acciones innecesarias o añadir otras que podrían incrementar la calidad del proyecto.

Con este objetivo se ha llevado un seguimiento, paso por paso, de las condiciones en las que se ha desarrollado el proyecto.

En primer lugar se ha ideado la Unidad Didáctica adecuándola no sólo a los objetivos, contenidos y criterios que exige el currículo sino que también se han adaptado las tareas de forma que se centraran en la toma de decisiones y no única y exclusivamente en la ejecución técnica.

Al mismo tiempo se ha creado un instrumento de evaluación para lo cual se han analizado las conductas que se pretenden observar a lo largo de las sesiones de la UD de voleibol. Consiste en una rúbrica (anexo I) en la que aparecen diferentes fundamentos del voleibol y distintos grados de ejecución en progresión de dificultad.

Una vez se ha diseñado la unidad y cómo va a ser evaluada, en el primer día de clase impartida a los alumnos se les dijo qué es lo que se les iba a pedir. Además, al inicio de cada sesión también se les explicaron los objetivos que se pretendían conseguir en cada clase. En el caso de las tareas, en unas ocasiones se explicaba el criterio de éxito al principio, mientras que en otras se dejaba que fueran ellos mismos los que lo descubrieran.

Durante cada sesión se ha llevado a cabo un registro, a través de una grabadora de voz, sobre las ejecuciones de los alumnos y el acierto o no en su toma de decisiones. No obstante, en función de la naturaleza de la tarea propiamente dicha se ha realizado de una forma u otra. Por ejemplo, en el caso de actividades más relacionadas con la técnica, se han efectuado grabaciones de comentarios puntuales del profesor sobre conductas observables. Sin embargo, en el caso de situaciones más complejas como juegos adaptados del voleibol, la grabadora permanecía encendida para que no solamente quedaran registradas las conductas reseñables, sino también feedbacks espontáneos hacia los alumnos, lo que nos puede dar mucha más información que tal vez de otra forma no hubiera quedado reflejada.

Posteriormente, tras cada sesión se han escuchado las grabaciones y se han transcrita a una tabla (véase anexo II) en la cual aparece la información obtenida por cada alumno, cada día.

Es fundamental realizar esto al finalizar la clase ya que puede que haya información que no haya quedado grabada pero que sin embargo, al escucharla, nos venga a la cabeza y tengamos la oportunidad de añadirla. Cosa que en caso de esperar varios días seguramente no sería ni tan posible ni tan efectivo.

Además, el analizar cada día las escuchas nos va a permitir saber en qué alumnos nos hemos fijado más y de cuáles nos hemos dejado más aspectos por observar para tenerlo en cuenta al día siguiente, lo que permitirá un control sobre los registros efectuados y por tanto asegurará un trato más homogéneo al grupo.

Otro beneficio de realizarlo día a día es que nos va a aportar información muy valiosa acerca de qué alumnos presentan dificultades favoreciendo la posibilidad de proponerles adaptaciones, prestarles más ayuda o darles más feedback, facilitando así que puedan proseguir con su aprendizaje. Lo mismo ocurre en la situación contraria ya que en caso de que un alumno vaya aventajado con respecto a los demás podremos prever tareas de ampliación. Es decir, estaremos aproximándonos a la enseñanza individualizada.

Finalmente, al terminar la intervención en el centro se ha procedido a analizar toda la información obtenida, tratando de justificar qué es lo que ha sucedido y proponiendo alternativas para mejorarlo. En este caso se ha realizado con dos alumnos escogidos aleatoriamente, pero si quisieramos efectuar un análisis más exhaustivo y preciso debería de hacerse con cada uno de ellos.

El procedimiento empleado para la realización de este tipo de evaluación ha sido fundamentalmente la observación. Es cierto que con esta metodología hay riesgo de perderse conductas ya que exige mucha atención por parte del profesor y de práctica para perderse el menor número posible de detalles, sin embargo considero que si realmente queremos tener en cuenta qué es lo que se está haciendo cada día, es un buen sistema.

En mi opinión, no estaría de más combinarlo con otras formas de autoevaluación o coevaluación por parte de los propios compañeros a través de fichas de observación de tal forma que se les deje más autonomía y se les cedan responsabilidades. Además, esto les podría beneficiar en tanto que si ellos mismos son conscientes de qué es lo que tienen que observar, será más fácil que lo tengan en cuenta cuando les toque ejecutar ya que tendrán mucho más claro qué se les está pidiendo.

Una última dificultad que creo que es vital solventar es el problema de la subjetividad. Al tratarse de metodología de trabajo basada en la observación es muy complicado objetivar la información. Para evitar este inconveniente sería necesario realizar un proceso de triangulación que permitiera dar más fiabilidad al estudio. De este modo se podría evitar que la información obtenida estuviera sesgada.

Esta propuesta consiste en que haya dos procedimientos de recogida de datos. Podría realizarse de forma que dos personas diferentes observaran las sesiones, tomaran los datos pertinentes, extrajeran conclusiones y a continuación comparasen los resultados

para ver si existe concordancia entre ambos; y otra forma de llevarlo a cabo sería, en caso de que se grabara toda la sesión, que el análisis se realizara por la misma persona en dos momentos diferentes separados por un periodo de tiempo más o menos largo (lo suficiente para que no recuerde los detalles de la primera vez que analizó la grabación) para que posteriormente se pudieran contrastar los resultados y así comprobar si se asemejan.

No obstante esta parte no se ha realizado porque en el primer caso supondría un trabajo extra para personas que no están directamente implicadas con ello, y en el segundo no habría tiempo suficiente de por medio. Por estos motivos se ha decidido omitirlo.

Conclusiones

Tras la realización del proyecto de innovación y poder comprobar tanto las dificultades de su puesta en práctica como los beneficios reportados tras la misma, he podido extraer las siguientes conclusiones:

Es prácticamente imposible observar todas las conductas previstas, todos los días, en todos los alumnos. Esto requeriría una gran experiencia previa por parte del profesor en el uso de este tipo de fuente de información, y aun así considero que sería realmente complicado realizar una observación tan exhaustiva sin que se afectase al modo en que se presta atención a los alumnos.

Transcribir las grabaciones nada más terminar las sesiones es fundamental para poder recordar y añadir conductas que no habrían quedado reflejadas.

Extraer y analizar toda la información posible cada día es un buen sistema para ser conscientes de qué alumnos tienen más dificultades y poder ayudarles cuanto antes a superarlas de forma que puedan continuar con su aprendizaje.

La información obtenida diariamente permite realizar modificaciones y adaptaciones cada día, para adecuar la Unidad Didáctica a las necesidades reales de los alumnos.

A pesar de que es verdad que una grabadora de voz nos proporciona un sistema de gran rapidez para la toma de notas apenas repercutiendo en el transcurso normal de la clase, es muy difícil acordarse de qué es lo que ya has anotado y lo que no y a qué alumnos has prestado más o menos atención ya que se carece de un instrumento visual en el que podamos comprobarlo directamente. Para poder evitar este problema creo que aparte de la grabadora, que nos permite recoger mucha información que se da de manera espontánea, sería interesante utilizar una copia de la propia rúbrica para cada día. En ella podríamos anotar directamente el nombre de cada alumno dentro del cuadro correspondiente a su ejecución para poder, de un vistazo, darnos cuenta de qué aspectos y qué alumnos faltan por observar.

Esta propuesta de evaluación integrada sirve realmente para evaluar el proceso, aunque si se acompañara de otro tipo de evaluación tal vez tendría más consistencia.

Para dar más fiabilidad a la evaluación habría que realizar un sistema de triangulación que permitiese comparar puntos de vista para evitar una evaluación sesgada o excesivamente subjetiva. Este sistema podría realizarse a través de un segundo evaluador, o de la misma persona al cabo del tiempo. En este segundo caso solo serviría para realizar mejoras en el proceso para futuras actuaciones, ya que la intervención con los alumnos ya habría finalizado.

Es muy complicado en un deporte como el voleibol trabajar la toma de decisiones sin hacer hincapié antes en la realización técnica de algunas acciones, ya que si no se trabaja, no son capaces de dar continuidad al balón. Por esto es fundamental plantear situaciones en las que los alumnos se den cuenta de que necesitan aprender más técnica,

aunque para ello no se planteen tareas excesivamente analíticas, sino situaciones jugadas.

Los diarios reflexivos realizados por los alumnos también aportan información de primera mano para saber qué es lo que piensan que está funcionando bien o no, qué les motiva, qué no les gusta... forzándoles a hacer una reflexión sobre sus vivencias y asentando conocimientos. Esto también es información interesante y diaria que servirá al profesor para tomar ciertas decisiones a lo largo de las siguientes sesiones. Sin embargo, los alumnos no están acostumbrados a que les manden tarea para casa en la asignatura de Educación Física, por lo que muchos no se lo toman en serio o lo traen tarde, perdiendo así parte de la eficacia que pudieran tener.

Bibliografía

Libros:

- Bachman, E. (1995). *1000 ejercicios y juegos de voleibol y minivolei*. Barcelona: Hispano Europea.
- Blázquez, D. (1990). *Evaluar en Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Bonnefoy, G. (2000). *Enseñar voleibol para jugar en equipo*. Barcelona: Inde.
- Brown, S. y Pickford, R. (2013). *Evaluación de habilidades y competencias en Educación Superior*. Madrid: Narcea.
- Cardinet, J. (1986). *Pour apprécier le travail des élèves*. Bruselas: De Boeck.
- Díaz, J. (2005). *La evaluación formativa como instrumento de aprendizaje en Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Düerrwächter, G. (1983). *Iniciación al voleibol: aprender jugando, practicar jugando*. Buenos Aires: Stadium.
- Elliot, J. (1990). *La investigación-acción en educación*. Madrid: Morata
- Escribano, A. (1998). *Aprender a enseñar. Fundamentos de didáctica general*. Cuenca: Colección Humanidades.
- Gimeno, J. y Pérez, A.I. (1992). *Comprender y transformar la enseñanza*. Madrid: Morata.
- Harlen, W. (1978). Evaluation and individual pupil. En Harlen, W. (Ed.) *Evaluation and the teacher rol*. Londres: Mcmillan (1-28).
- López, V.M. (2006). *La evaluación en educación física. Revisión de los modelos tradicionales y planteamiento de una alternativa: la evaluación formativa y compartida*. Buenos Aires: Miño y Dávila.
- Moreno, J. y García, L. (2009). *El profesorado y la secundaria ¿demasiados retos?*. Valencia: Nau Llibres.
- Rotger, B. (1989). *Evaluación Formativa*. Madrid: Cincel.

Revistas:

- Chanon, D. (2001). L'évaluation en Question. *Revue E.P.S*, 287, pp. 79-83.
- Piednoir, J. F. (2001). Coopérer pour attaquer la cible adverse. *Revue E.P.S*, 289, 51-53.

Sampedro, J., Sagardoy, J. y Gómez, M. J. (2009). Propuesta de evaluación del alumnado en educación física. Un enfoque desde la Praxiología Motriz. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. 16, pp. 41-45.

ANEXOS

ANEXO I

		0	1	2	3
Aspectos técnicos	Posición de espera	De pie, sin prestar atención al balón 0	De pie, presta atención al balón pero no tiene una posición para reaccionar rápido 4	De pie, atento, con posición de brazos y piernas para reaccionar rápido, pero mal ubicado en el espacio 7	De pie, atento, con posición de brazos y piernas para reaccionar rápido ,y bien ubicado en el espacio 10
		Toques Eficacia No consigue darle el balón ya que llega demasiado tarde	Golpea el balón como si solo quisiera “quitárselo de encima”	Golpea el balón pero no se coloca correctamente respecto al mismo para dirigirlo adecuadamente , dificultando que sus compañeros lo sigan	Golpea el balón y consigue enviarlo hacia donde se propone
	Variedad	Siempre utiliza el mismo tipo de golpeo (dedos o antebrazos)	Combina ambos tipos de golpeo aunque predomina el que mejor le sale	Combina ambos tipos de golpeo aunque no elige adecuadamente cuál es el mejor momento para cada uno de ellos	Combina ambos tipos de golpeos y elige adecuadamente cuál es el mejor para cada momento
		Saques Saca pero no consigue sobrepasar la red	Saca y sobrepasa la red pero no dentro del campo contrario	Saca y envía el balón dentro del campo contrario aunque no es capaz de dirigirlo donde quiere	Saca, envía el balón dentro del campo contrario y además es capaz de dirigirlo hacia donde quiere
	Remates	No remata. Se limita a devolver el balón al otro lado	Remata aunque no consigue pasar el balón por encima de la red	Pide el balón al compañero para rematar, y lo ejecuta, aunque no desde la posición más adecuada	Pide el balón para rematar cuando está bien colocado para ello y lo hace de forma adecuada en la mayoría de los casos
		Bloqueos No salta ni realiza otras acciones para evitar que balón cruce la red	Salta y eleva los brazos para realizar bloqueos aunque llega tarde o salta cuando son flotadas, dejando su posición descubierta.	Sabe cuándo realizar un bloqueo aunque solo es efectivo a veces	Sabe cuándo tiene que realizar un bloqueo y le sale en la mayoría de los casos
	Desplazamientos	Permanece quieto	Se desplaza por todo su campo aunque no sea su zona específica	Se desplaza por su zona aunque no bascula hacia donde debería	Se desplaza adecuadamente por su zona, basculando cuando es necesario
	Colaboración	No mira dónde están sus compañeros antes de golpear el balón	Mira dónde están situados sus compañeros aunque cuando recibe el balón lo pasa directamente al campo contrario	Localiza a sus compañeros y cuando recibe el balón lo pasa, pero no elige al jugador adecuado	Localiza a sus compañeros, cuando recibe el balón les pasa, y en caso de haber dudas sobre quién le va a golpear, habla (mía, tuya...)
		Reglas Incumple las reglas (por desconocimiento o porque no quiere acatarlas)	Conoce las reglas más básicas (3) y las cumple	Conoce bastantes reglas (+ de 3) y las cumple	Conoce bastantes reglas, las cumple y las hace cumplir a sus compañeros ejerciendo como árbitro
	Material e instalación	No respeta el material	Respetá el material pero no ayuda a la hora de sacarlo y recogerlo	Ayuda a sacar y recoger el material pero solo cuando el profesor se lo dice	Se ofrece voluntario y ayuda con el material aunque el profesor no le diga nada
		Compañeros y profesor No respeta ni a sus compañeros ni al profesor e interrumpe continuamente en clase	Discute con sus compañeros aunque cuando el profesor le llama la atención, deja de hacerlo	No discute pero le cuesta prestar atención a las explicaciones del profesor	Atiende en clase y obedece las indicaciones del profesor

ANEXO II

Alumnos

	DÍAS			
	1	2	3	4
A.E.	Golpea el balón pero no se coloca correctamente dificultando que le sigan sus compañeros. Combina ambos golpesos aunque predomina antebrazos (le sale mejor). Se desplaza por el espacio aunque no sea su zona correspondiente. Discute pero si le llamas la atención, para.	FALTA	Controla el balón tanto en toque de dedos como de antebrazos en la mayoría de las ocasiones. Se desplaza por todo su campo aunque no sea su zona específica. Controla el saque.	Realiza bloqueos y remates bien. Mira dónde quiere enviar el balón y dónde están sus compañeros antes de pasársela aunque no elije siempre al más adecuado. Golpea bien de dedos y antebrazos y la controla bastante bien. Altera dedos y antebrazos sabiendo cuándo utilizarlos.
C.E.	Golpea pero no se coloca adecuadamente ni en el espacio ni con el balón, por lo que no dirige bien. Combina ambos golpesos (predomina dedos)	Le cuesta prestar atención e interrumpe las explicaciones. Golpea de dedos y antebrazos aunque no se coloca adecuadamente y no dirige bien. No sabe escoger el golpeo más oportuno en cada momento.	Al sacar, cruza el brazo por delante del cuerpo por lo que se le desvía la pelota. Controla bastante bien tanto golpeo de dedos como de antebrazos.	Continúa interrumpiendo la clase aunque el profesor le llame la atención. Bloquea bien, aunque solo es efectivo a veces. No mira dónde quiere enviar el balón al rematar. No pasa a sus compañeros sino que la envía directamente al campo contrario.
C.L.	Golpea el balón pero no se coloca bien para pasar dificultando que le sigan sus compañeros.	Molesta con sus compañeros aunque si el profesor le llama la atención deja de hacerlo. Ayuda a recoger y sacar el material cuando el profesor se lo dice.	Controla toque dedos y dirige el balón donde quiere. Con antebrazos golpea pero no controla dónde lo envía en la mayoría de las ocasiones. Al sacar, cruza el brazo por delante del cuerpo por lo que se le desvía la pelota.	Remata bien aunque no le sale siempre y busca un hueco para enviar el balón. Llega tarde a los bloqueos.
E.C.	Se desplaza por el espacio aunque no sea su zona específica	Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima (antebrazos y	Golpea mejor de dedos aunque sigue dándole como si quisiera quitarse el	FALTA

		dedos). Combina ambos golpes aunque no elige adecuadamente cuál es el mejor en cada momento Ayuda a recoger y sacar el material cuando el profesor se lo dice.	balón de encima. Para recibir con los antebrazos no se coloca bien casi nunca. Al sacar, cruza el brazo por delante del cuerpo por lo que se le desvía la pelota. Se desplaza por todo el espacio aunque no sea su zona específica.	
I.C.	No se desplaza. Permanece todo el rato quieta en el sitio.	Atiende en clase y obedece las indicaciones del profesor. Golpea el balón con los dedos como si solo quisiera apartárselo de el medio y palmeándolo, por lo que no pasa por encima de la red.	Golpea de antebrazos pero no logra controlar bien el balón. Va controlando dónde envía el balón en el toque de dedos	No bloquea. Se limita a devolver el balón. Remata pero se le va por debajo de la red. No mira dónde están sus compañeros ni para pasarselos ni para desplazarse.
L.R.	Golpea el balón como si le diera miedo y sólo quisiera apartárselo del medio.	Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima (antebrazos). Con dedos golpea pero no se coloca adecuadamente por lo que no lo dirige bien. Usa ambos tipos de golpes aunque predomina el que mejor le sale (dedos)	Palmea en el toque dedos por lo que le pasa por debajo de la red. Al recepcionar con los antebrazos aparta la cara por lo que no ve dónde envía el balón.	Deja los brazos muy abiertos al bloquear por lo que solo le sale a veces. Ayuda a recoger aunque no se le diga nada Alterna dedos y antebrazos aunque no elije el más adecuado. No controla dónde envía los golpes ya que no se coloca adecuadamente ni con respecto al balón ni con respecto a sus compañeros.
L.M.	No se desplaza. Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima, sin controlar dónde lo envía.	Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima (en dedos y antebrazos). No mira dónde están sus compañeros antes de golpear.	Palmea en el toque de dedos por lo que no envía el balón hacia arriba. Cuando saca se tiene que acercar a la red para superarla.	No salta al rematar. No bloquea. Se limita a devolver el balón. Saca y envía el balón dentro del campo contrario la mayoría de las veces.
O.R.	Golpea el balón para quitárselo de encima. No se desplaza	Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima. Siempre utiliza el mismo tipo de golpeo (dedos). Palmea el balón.	Al sacar, cruza el brazo por delante del cuerpo por lo que se le desvía la pelota. Al sacar no sobrepasa la red. Ejecuta mejor el golpeo de dedos	Molesta pero si le llamas la atención, para. No remata. Se limita a devolver el balón al campo contrario

		Se desplaza por el espacio aunque no sea su zona específica. No mira dónde están sus compañeros antes de pasar.	No mira dónde están sus compañeros antes de pasar.
P.R.	Golpea para quitárselo de encima Discute pero si le llamas la atención, para	Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima	Golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima No se desplaza. Se queda en el sitio
S.N.	Golpea el balón (dedos y antebrazos) pero no se coloca correctamente, por lo que no consigue dirigirlo donde quiere.	Golpea el balón (dedos y antebrazos) pero no se coloca correctamente, por lo que no consigue dirigirlo donde quiere. Combina ambos golpeos aunque no elije adecuadamente el mejor en cada momento.	Saca bien aunque a veces no pasa por encima de la red No mira dónde están sus compañeros antes de pasar.
S.A.	Si le pasan al sitio, golpea para quitárselo de encima. Si tiene que desplazarse, llega tarde. Siempre usa golpeo de dedos (da con palmas)	En dedos golpea pero no se coloca correctamente y no lo dirige bien. En antebrazos golpea el balón como si quisiera quitárselo de encima. Atiende en clase y obedece las indicaciones Mira dónde están sus compañeros antes de pasar aunque no les manda el balón bien.	Saca bien aunque a veces no pasa por encima de la red No mira dónde están sus compañeros antes de pasar.
S.N.	Se desplaza por el espacio aunque no sea su zona correspondiente.	Molesta con los compañeros aunque si el profesor le llama la	No mira dónde están sus compañeros antes de pasar.

	Golpea para quitarse el balón de encima. No respeta el material. Discute pero para si le llamas la atención.	atención deja de hacerlo. No respeta ni a sus compañeros ni al profesor e interrumpe continuamente la clase.	mejor le sale) Golpea de antebrazos pero no controla	Ayuda a recoger aunque no se le diga nada. Intenta pasar a sus compañeros y mira dónde están, aunque no lo consigue siempre.
V.J.	Golpea el balón bien pero no se coloca como para dirigirlo adecuadamente. Se ofrece voluntario con el material aunque no se lo pidas	Para golpear de dedos y antebrazos no se coloca adecuadamente por lo que no los dirige bien. Combina ambos golpeos aunque no elige adecuadamente cuál es el mejor en cada momento.	Controla tanto el golpeo de dedos como el de antebrazos en la mayoría de las ocasiones. Combina ambos aunque no elige adecuadamente cuál es el mejor momento para cada uno.	No bloquea, se limita a devolver el balón. No salta para bloquear. Ejecuta el remate aunque a veces llega tarde. No pasa a sus compañeros. Devuelve directamente al campo contrario Controla el saque y lo envía dentro del campo contrario.
V.A.	Golpea de dedos pero no se coloca bien y no lo dirige correctamente.	Mira dónde están sus compañeros antes de golpear pero no les dirige el balón adecuadamente.	Palmea el balón en el toque de dedos. Controla en bastantes ocasiones el golpeo de antebrazos. En los saques muchas veces no logra pasar el balón por encima de la red	No salta para rematar, por lo que le da muy abajo y se le va el balón por debajo de la red. Realiza el bloqueo desde muy lejos, por lo que sólo devuelve el balón. Va controlando el balón mejor con ambos toques. No mira dónde están sus compañeros antes de pasarles por lo que no les coloca bien la pelota.

Alumnos

DÍAS

	5	6	7	8
A. E.	Golpea el balón y lo envía donde quiere (con dedos). Con antebrazos no siempre. FALTA		Controla el saque y dónde lo quiere enviar. Molesta con sus compañeros pero para si le llamas la atención. Se coloca bien para golpear con los dedos y antebrazos. Con dedos controla muy bien dónde la envía, aunque con antebrazos no tanto.	Hoy no ha traído el chándal por lo que solo ha hecho de árbitro. Ha hecho bien cumplir bien las normas excepto la de que tienen que tocarla todos para que el punto valga.
C.E.	EXPULSIÓN	EXPULSIÓN	Molesta con sus compañeros, aunque si le llamas la atención, para. Saca por encima de la red aunque no controla exactamente dónde. Se coloca bien para golpear con dedos y antebrazos aunque no la controla siempre.	Le cuesta acatar las decisiones del árbitro
C. E.	EXPULSIÓN	No se desplaza por el campo. Se coloca bien para golpear con los antebrazos y con los dedos. Con dedos controla muchas veces el balón, pero con antebrazos no tanto. Saca al campo contrario aunque no exactamente donde quiere	No se desplaza. Se coloca bien para golpear con los antebrazos aunque no controla dónde lo envía. Lo mismo con dedos aunque controla algo más	Le cuesta desplazarse pero va vasculando bien. Mira dónde se encuentran sus compañeros antes de pasarles, aunque la colocación del balón no la controle demasiado bien.
E.C.	Normalmente palmea el balón. A veces toca de dedos pero no controla casi nunca.	Golpea de dedos como si se quisiera quitar el balón de encima. Cada vez le da más con los dedos aunque a veces sigue palmeando. Para sacar por encima de la red se tiene que acercar. No elige correctamente qué tipo de golpeo utilizar.	No se coloca bien para golpear ni con dedos ni con los dedos por lo que no lo controla. Si se acerca a la red, consigue pasar el balón por encima. Mantiene una posición para reaccionar rápido	Le cuesta acatar las decisiones del árbitro. Cada vez va ajustando más los desplazamientos a su zona específica. Mira dónde están sus compañeros antes de pasarles pero es incapaz de controlar el balón.

	O no se mueve, o se mueve por todo el espacio. Espera el balón con actitud activa para recibirllo.	Golpea bien de dedos aunque no controla exactamente donde la quiere enviar (a veces sí). Se coloca bien para golpear con los antebrazos pero no dirige. Saca por encima de la red aunque no controla exactamente dónde la envía. Intenta realizar bloqueos aunque no le salgan bien.	Saca por encima de la red aunque a veces se tiene que acercar. Se coloca bien para golpear de dedos y antebrazos y controla mejor dónde los envía.	Se tiene que acercar a la red para que el saque la sobrepease. Acata las normas y es capaz de hacer que los demás las cumplan.
I.C.	Golpea bien de dedos y controla mejor. Saca y consigue pasarlal al campo contrario	Golpea bien de dedos aunque no controla exactamente donde la quiere enviar (a veces sí). Se coloca bien para golpear con los antebrazos pero no dirige. Saca por encima de la red aunque no controla exactamente dónde la envía. Intenta realizar bloqueos aunque no le salgan bien.	Saca por encima de la red aunque a veces se tiene que acercar. Se coloca bien para golpear de dedos y antebrazos y controla mejor dónde los envía.	Se tiene que acercar a la red para que el saque la sobrepease. Acata las normas y es capaz de hacer que los demás las cumplan.
L.R.	Va sacando mejo. Aunque a veces se le va por debajo de la red, otras la pasa por encima.	Se coloca bien para golpear tanto con los dedos como con antebrazos aunque con los dedos tiene mayor control. Espera atenta al balón aunque sin posición preparada para moverse rápido. No se desplaza.	Se coloca bien para golpear con los dedos aunque no la controla siempre. Lo mismo con los antebrazos. Saca por encima de la red aunque no dirige exactamente dónde.	Se desplaza por su zona tratando de vascular cuando viene el balón aunque a veces llega tarde. Golpea con los antebrazos pero sin controlarlo. Mira a sus compañeros antes de golpear el balón.
L.M.	Pasa el balón por encima de la red aunque no lo dirige exactamente donde quiere A veces en toque de dedos sigue palmeando. No se desplaza por el espacio	Se coloca bien para golpear con los dedos y controla mejor. Se coloca bien para receptionar de antebrazos pero no controla dónde lo envía. Saca por encima de la red aunque no dirige el balón donde quiere. Posición de espera atenta al balón y lista para golpear	Espera en posición activa para golpear. Se coloca bien para golpear tanto de dedos como de antebrazos, aunque no la controla muy bien.	Saca por encima de la red aunque no es capaz de dirigir el balón a un punto concreto. Mira dónde están sus compañeros antes de pasar. Intenta colocarlos aunque no siempre lo consiga.
O.R.	Se desplaza pero llega tarde por lo que no golpea controlando (ya no	No siempre controla el toque de dedos pero ya lo envía por encima	Se ofrece a ayudar con el material sin que se le diga nada.	Mira dónde están sus compañeros antes de golpear el balón y aunque

	corre por todas partes sin sentido). Palmea el balón en el toque de dedos y lo lanza hacia adelante en vez de en vertical.	de la red. En el golpeo con antebrazos no tiene ningún control. No elige bien qué tipo de golpeo utilizar. Se mueve por su zona aunque no siempre vascula hacia donde debería. Si se acerca a la red, consigue sacar por encima. Posición de espera listo para moverse y atento.	Se coloca bien para golpearle con los dedos aunque no controla dónde la envía No pasa a sus compañeros sino directamente al campo contrario. Si se acerca a la red, consigue sacar por encima.	normalmente lo envía directamente al campo contrario, en ocasiones intenta colocarlo. El respeta las normas pero no es capaz de hacer cumplirlas a sus compañeros (no es imparcial arbitrando).
P.R.	Golpea bien con los dedos y es capaz de controlar el balón en la mayoría de las ocasiones.	FALTA	FALTA	Normalmente no mira dónde están sus compañeros antes de golpear el balón aunque si lo hace, les pasa (aunque no siempre coloque adecuadamente). Vascula aunque no siempre lo hace bien.
S.N.	Se desplaza por su zona, pero no para antes de darle al balón por lo que no lo controla adecuadamente.	Saca por encima de la red aunque no la envía donde quiere. Golpea bien con los dedos y controla en muchas ocasiones dónde la quiere enviar. Se coloca bien para golpear de antebrazos aunque no controla dónde la manda.	Si se desplaza vascula bien, aunque no lo hace siempre. Se coloca bien para darle con los antebrazos aunque no controla dónde envía el balón. Saca por encima de la red.	Golpea de antebrazos pero no se coloca adecuadamente con respecto al balón por lo que le cuesta controlarlo.
S.A.	FALTA	Golpea bien con el toque de dedos aunque no la controla con toda precisión. Consigue sacar por encima de la red si se acerca. A veces se desplaza y cuando lo hace, vascula correctamente, aunque su posición de espera es con las manos en los bolsillos.	EXPULSIÓN	FALTA

S.M.	Saca bien aunque dentro del campo contrario no lo dirige donde quiere	Golpea el balón de dedos y lo controla más o menos aunque no siempre lo envía donde quiere. Saca bien, dentro del campo contrario. No se coloca bien para golpear con los antebrazos por lo que no la controla. No se mueve, y si lo hace llega tarde.	No se coloca bien para golpear de antebrazos, por lo que no controla dónde envía el balón. Para golpear de dedos se coloca adecuadamente aunque no controla siempre dónde la envía No se desplaza por el espacio.	FALTA
V.J.	Controla muy bien el saque. Tanto con dedos como con antebrazos es capaz de colocársela a sus compañeros	FALTA	Controla muy bien el saque y dónde lo quiere enviar. Normalmente no se desplaza, aunque cuando vascula, lo hace bien. Está atento al balón y preparado para golpearlo aunque no se mueve a por él. Controla el golpeo de dedos y es capaz de enviarlo donde quiere. El de antebrazos, se sitúa bien para golpearlo aunque no lo controla siempre.	Pasa al campo contrario aunque no es capaz de dirigirlo a una zona concreta. Respeto y cumple las normas, y hace cumplirlas a los demás.
V.A.	Hay que llamarle continuamente la atención para que atienda.	Controla el toque de dedos y de antebrazos y la mayoría de las veces es capaz de colocársela a sus compañeros bien. Saca por encima de la red aunque no controla exactamente dónde la envía. Su posición de espera no hace que reaccione rápido, por lo que aunque se desplaza bien, llega tarde	Controla el saque. Siempre pasa al lado contrario. Espera atenta al balón pero no mantiene una posición preparada para golpear. Se coloca bien para golpear tanto en toque de dedos como en antebrazos y controla bastante bien dónde envía el balón (sobre todo en dedos).	Mira dónde están sus compañeros antes de colocarles el balón e intenta pasárselo. Aunque con antebrazos no siempre lo consigue, con los dedos la coloca bien la mayoría de las veces. Controla mejor el toque de antebrazos Controla el saque.

ANEXO III

Nº sesión: 1	Nombre: Introducción al voleibol			
Nº alumnos: 14	Lugar: Pabellón			
Duración: 50'	Material: <ul style="list-style-type: none"> • Pelotas de diferentes tamaños • Balones de voleibol 			
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Introducirse en el voleibol como deporte de cooperación-oposición ➤ Aprender la ejecución del toque de dedos. 				
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Toque de dedos 				
Estilo de enseñanza: Descubrimiento guiado				
Descripción de la sesión:				
Duración	Tarea			
10'	Activación/calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Presentación de la Unidad Didáctica • Achicar balones (ficha 1) 			
30'	Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> • Que no caiga (ficha 2) • Dos tríos enfrentados se pasan el balón (ficha 3) Con la variante de realizarlo sin red. • Por parejas, toques de dedos con desplazamientos (ficha 4) 			
10'	Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none"> • Reflexión final • Explicación del diario 			
Reflexión:				
Hacer más hincapié en los objetivos y las normas que se van a seguir. Las actividades son adecuadas para un primer contacto, aunque habría que introducir alguna que trabajara más el golpeo en vertical				

Nº sesión: 2	Nombre: Distintos toques	
Nº alumnos: 14	Lugar: Pabellón	
Duración: 55'	Material: <ul style="list-style-type: none"> • Balones de voleibol • Bancos suecos 	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mejorar el control del toque de dedos ➤ Aprender a ejecutar el toque de antebrazos 		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Toque de dedos ➤ Toque de antebrazos 		
Estilo de enseñanza: Descubrimiento guiado		
Descripción de la sesión:		
Duración	Tarea	
10'	Activación/calentamiento:	

	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción de la sesión • Ataque al castillo (ficha 5)
40'	Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> • Parejas sentadas (ficha 6) • Rondo (ficha 7) • Carreras por equipos: (ficha 8) • Situaciones de voleibol 2x2. Los alumnos se centrarán en recibir y devolver el balón aunque sea directamente al campo contrario.
5'	Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none"> • Reflexión final
Reflexión:	
<p>Terminar de asentar bien el golpeo de dedos antes de introducir el de antebrazos. Para trabajar el golpeo en vertical, las opciones escogidas funcionan. No hacer carreras por equipos ya que se centran en avanzar y no en hacerlo bien. Proponerlo como un trabajo cooperativo (sin competir con los demás).</p>	

Nº sesión: 3	Nombre: Empezar el juego
Nº alumnos: 14	Lugar: Pabellón
Duración: 50'	Material: <ul style="list-style-type: none"> • Balones de voleibol • Cinta elástica (a modo de red)
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ➢ Aprender a sacar en voleibol, logrando pasar el balón al campo contrario, mediante el saque de mano baja. ➢ Mejorar el control de los toques de dedos y antebrazos 	
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ➢ Saque de seguridad ➢ Toque de dedos ➢ Toque de antebrazos 	
Estilo de enseñanza: Mando directo	
Descripción de la sesión:	
Duración	Tarea
10'	Activación/calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Introducción de la sesión • Cortar el hilo (ficha 9)
35'	Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> • Parejas de saques. Dos alumnos se disponen enfrente. Uno sacará y el compañero cogerá el balón con las manos para sacar. Cuando saque, el primero lo recogerá para iniciar de nuevo. • Balón prisionero (ficha 10) • Partido 3x3 (ó 4x4) con reglas adaptadas (ficha 11)
5'	Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none"> • Reflexión final
Reflexión:	
En el juego de cortar el hilo con balón no funciona con una pelota ya que se quedan muy parados. Hacerlo sin balón, o con varios. Con la variante de balón prisionero se lo pasaron bien y se esforzaron por hacer los golpes bien.	

Nº sesión: 4	Nombre: Bloqueos y remates	
Nº alumnos: 14	Lugar: Pabellón	
Duración: 55'	Material: <ul style="list-style-type: none"> • Balones de voleibol • Cinta elástica (a modo de red) • Bancos suecos • Aros 	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Aprender cuál es el objetivo del bloqueo así como su realización en el momento oportuno. ➤ Conocer para qué sirve un remate, cómo y cuándo ejecutarlo. 		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Bloqueos ➤ Remates 		
Estilo de enseñanza: Asignación de tareas		
Descripción de la sesión:		
Duración	Tarea	
10'	Activación/calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Introducción de la sesión • Pillar. Un alumno la paga y tendrá que pillar a otro. Cuando lo haga, cambiarán los roles y el pillado pasará a pagarlo. 	
40'	Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> • Distribución en dos estaciones: Bloqueos (ficha 12) Remates (ficha 13) • Situación 3x3 (ficha 11) 	
5'	Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none"> • Reflexión final 	
Reflexión:		
Asegurarse de que leen las fichas antes de darles un balón, haciéndoles preguntas sobre ellas. Estar muy atentos de si las han comprendido y realizan las tareas correctamente, ya que cuando pensaba que podían comenzar la actividad resulta que no sabían qué es lo que tenían que hacer		

Nº sesión: 5	Nombre: Me muevo por el campo	
Nº alumnos: 14	Lugar: Pabellón	
Duración: 50'	Material: <ul style="list-style-type: none"> • Conos • Balones de voleibol • Cinta elástica (a modo de red) 	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Trabajar la velocidad de reacción ➤ Aprender a desplazarse por el campo, siendo conscientes de su importancia a la hora de llegar a los golpes 		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Desplazamientos 		
Estilo de enseñanza: descubrimiento guiado y mando directo		

Descripción de la sesión:	
Duración	Tarea
10'	Activación/calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> Las mazorcas (ficha 14)
30'	Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> El espejo (ficha 15) Estrella (ficha 16) Partido 3x3: todos los miembros del equipo tienen que tocar el balón antes de pasarlo al campo contrario. Si no lo hacen así, se le dará un punto al otro equipo. Habrá un alumno anotando los errores más comunes que observa entre sus compañeros. Se irá cambiando para que todos pasen por ese rol.
10'	Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none"> Estiramientos
Reflexión:	
Asegurarse de que hay espacio suficiente en la tarea de la estrella (cada grupo que lo realice hacia lados opuestos del campo) para que realmente haya un desplazamiento. Hacer hincapié en que paren antes de golpear el balón para que tengan más control.	

Nº sesión: 6	Nombre: Repaso de técnicas
Nº alumnos: 14	Lugar: Pabellón
Duración: 55'	Material:
Objetivos:	
➤ Integrar todas las técnicas aprendidas y aplicarlas en una situación adaptada de voleibol	
Contenidos:	
➤ Saque de mano baja ➤ Toque de dedos ➤ Toque de antebrazos ➤ Remate ➤ Bloqueo	
Estilo de enseñanza: Mando directo y descubrimiento guiado	
Descripción de la sesión:	
Duración	Tarea
10'	Activación/calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> Pillar con chufa por parejas (ficha 17)
35'	Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> Tríos enfrentados (ficha 3) Situación de 3x3. Un equipo pasa balones al campo contrario. Los otros tratarán de devolverlo con golpeo de antebrazos. Después lo mismo pero sin pasarlo directamente de campo. Sino pasándolo a un compañero, que tendrá que enviarla al campo contrario con toque de dedos. 3x3. Cada jugador tiene una función (ficha 18)

	<ul style="list-style-type: none"> • Juego libre 3x3 con rotaciones.
10'	Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none"> • Reflexión final
Reflexión:	
No he podido realizar el juego libre final porque he preferido asegurarme de que asentaban bien las diferentes funciones.	

Nº sesión: 7		Nombre: Practico por estaciones		
Nº alumnos: 14	Lugar: Pabellón			
Duración: 50'	Material: <ul style="list-style-type: none"> • Balón de gomaespuma • Balones de voleibol • Cinta elástica (a modo de red) • Aros • Fichas de las estaciones • Celo 			
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Repasar todas las técnicas aprendidas y forzar su utilización en diferentes situaciones 				
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Saque de mano baja ➤ Toque de dedos ➤ Toque de antebrazos ➤ Remate ➤ Bloqueo 				
Estilo de enseñanza: Mando directo				
Descripción de la sesión:				
Duración	Tarea			
10'	Activación/calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Tula con balón (ficha 19) • Movilidad articular 			
30'	Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> • Con fichas de lo ÚNICO que se puede hacer en cada espacio (ficha 20) <ol style="list-style-type: none"> 1. Saques de mano baja. 2. Devuelven los saques con toque de antebrazos. 3. Toque de dedos. 4. Precisión: Con los diferentes toques y saques, se tratará de encestar en unos aros en el suelo. 			
10'	Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none"> • Reflexión final 			
Reflexión:				
Si no pueden golpear el balón se como dice en la estación, que lo dejen pasar y comiencen de nuevo. Hacerlo así porque si no, si por ejemplo en el toque de dedos les dejas golpear con los antebrazos cuando el balón va demasiado bajo, le acaban dando todo el rato de antebrazos.				

Nº sesión: 8	Nombre: Jugadores y árbitros	
Nº alumnos: 14	Lugar: Pabellón	
Duración: 55'	Material: <ul style="list-style-type: none"> • Un balón de gomaespuma • Balones de voleibol • Cinta elástica (a modo de red) • Tiza • Pizarra 	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Integrar todas las técnicas aprendidas en una situación de juego adaptado ➤ Consensuar las normas a utilizar durante un partido de voleibol ➤ Arbitrar un partido de voleibol siendo capaces de aplicar las reglas consensuadas y de hacerlas cumplir a los compañeros 		
Contenidos: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Normas básicas y adaptadas de voleibol 		
Estilo de enseñanza: Asignación de tareas		
Descripción de la sesión:		
Duración	Tarea	
10'	Activación/calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> • Los 10 pases (ficha 21) • Movilidad articular 	
30'	Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> • Consenso de normas a adoptar • Partidos 3x3 con árbitros 	
10'	Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none"> • Reflexión final 	
Reflexión:		
Si no saben que normas poner, ayudarles proponiéndoles ideas y que ellos las adapten. Las normas que han salido han sido: <ul style="list-style-type: none"> • Todos tienen que tocar el balón antes de pasarlo al campo contrario (propuesta por mí) • Si el balón choca con el techo al sacar, puedes sacar otra vez (máximo 2). • Puedes tocar el balón 2 veces seguidas para colocártelo. • Hay que rotar. • El balón no puede botar en el suelo ninguna vez. 		

ANEXO IV

FICHA 1

Descripción

Nombre: Achicar balones

Descripción: se divide el espacio en dos campos y se distribuyen la mitad de los alumnos en cada uno, formando dos equipos. Habrá X balones, la mitad en cada campo. El objetivo es que no quede ningún balón en el propio campo, para lo que habrá que ir devolviendo todos los que entren. Cuando se termine el tiempo (45'') se contarán los balones que hay en cada lado. Gana el equipo que tenga menos balones en su campo.

Información adicional: sólo se pueden enviar los balones con las manos.

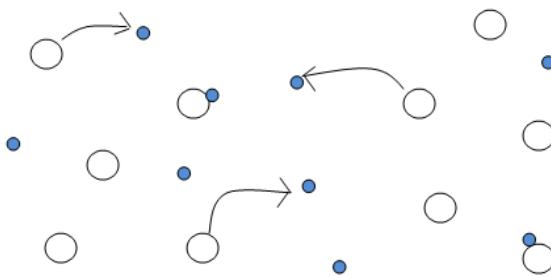
Material: Pelotas de diferentes tamaños.

Normas/reglas: Si cuando se marque el final del tiempo hay alguien que sigue tirando pelotas, cada una sumará dos al número de balones que ya tengan en su campo.

Aspectos temporales: el tiempo para lanzar balones será de 45''. Después se volverán a repartir y se comenzará de nuevo.

Agrupaciones/roles/organización: Dos grupos, uno a cada lado del campo.

Esquema



Dominio de acción: acciones de cooperación-oposición

Grupo de actividades: calentamiento

Subgrupo de actividades: Juegos con balón

Aspectos didácticos en la aplicación:

Objetivos didácticos: Calentar el tren superior mediante ejercicios de lanzamientos, de forma dinámica

Lo que hay que aprender: Distribuirse por todo el espacio para poder llegar a todos los balones perdiendo el menor tiempo posible.

Posibles reglas de acción: Si lanzo el balón donde no hay gente, tardarán más en devolverlo

Criterios de realización: Librarse de los balones lo más rápido posible

Criterios de éxito: Terminar con el menor número de balones posible en el propio campo

Preguntas para la reflexión: ¿Cómo os habéis distribuido?, ¿por qué?

Control de contingencias: Asegurarse de que solo lanzan con la mano

Observaciones para el profesor: Introducir más balones si están muy parados

FICHA 2

Descripción

Nombre: que no caiga

Descripción: Por grupos de 4, en círculo, ir pasándose el balón (como se quiera excepto con los pies). Tienen que tocarlo todos antes de poder volver a repetir.

Información adicional: se pueden realizar variantes como:

- Solo se puede pasar con las manos.
- Ídem pero diciendo el nombre del jugador al que se le va a pasar
- Ídem añadiendo al nombre un número del 1 al 4. Será el número de toques que tenga que dar la persona a la que se le envía el balón, antes de pasárselo al siguiente.
(ejemplo: María, 3)

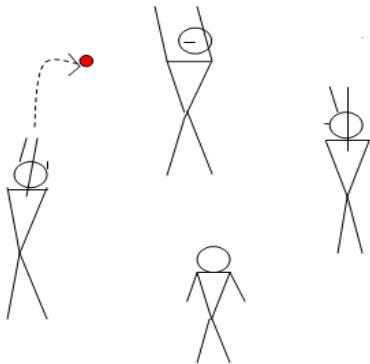
Material: un balón de voleibol por grupo

Normas/reglas: no se puede pasar con los pies. Todos tienen que tocar el balón antes de poder volver a repetir.

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: grupos de 4

Esquema



Dominio de acción: acciones de cooperación

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Juegos cooperativos

Aspectos didácticos en la aplicación:

Objetivos didácticos: Mirar dónde se encuentra el compañero antes de pasarle el balón

Lo que hay que aprender: cooperar con los compañeros

Posibles reglas de acción: Si le paso el balón muy alto, tiene más tiempo para colocarse y darle bien

Criterios de realización: enviar el balón muy alto

Criterios de éxito: realizar el máximo número de toques posibles

Preguntas para la reflexión: ¿qué hacíais para enviar el balón alto?

Control de contingencias: Separar los grupos para que no se molesten entre ellos

Observaciones para el profesor: Estar atento a que todos toquen el balón. Introducir variantes antes de que se cansen

FICHA 3

Descripción

Nombre: Pásala

Descripción: Grupos de 6 se dividen en dos equipos de 3. Se colocarán en fila, cada trío en su lado del campo. El primero de la fila pasará al primero del equipo de enfrente, quien la devolverá al campo contrario. Una vez haya golpeado, se pondrá el último en la fila. El siguiente avanzará, de forma que siempre estén a la misma distancia de la red.

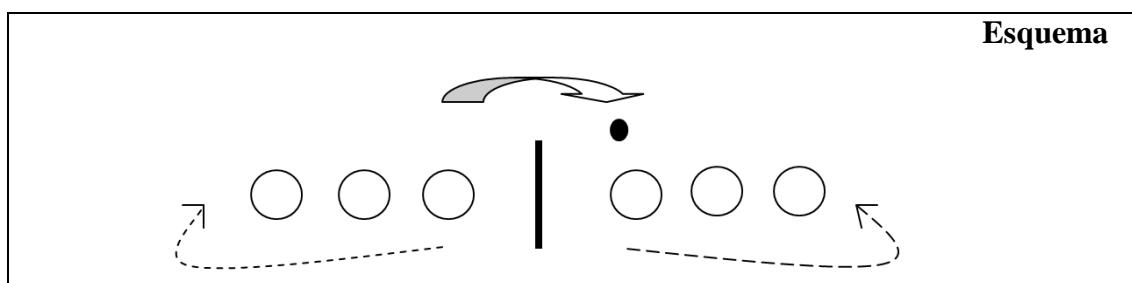
Información adicional: Variante: en vez de ir avanzando, quedarse en el sitio de forma que cada vez aumente más la distancia.

Material: Un balón de voleibol por cada grupo de 6 alumnos

Normas/reglas: Solo se puede golpear mediante toque de dedos, pero se podrán dar dos toques seguidos (uno para colocársela y otro para pasárla)

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: dos equipos de 3 formando un grupo de 6



Dominio de acción: 3 Cooperación

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: adquirir un mayor control del toque de dedos

Lo que hay que aprender: controlar el toque de dedos

Possibles reglas de acción: mirar por dónde viene el balón para colocarme con respecto al mismo y poder golpearlo mejor

Criterios de realización: Pasar el balón al campo contrario, al lugar donde se encuentra mi compañero

Criterios de éxito: Hacer el mayor número de toques posibles

Preguntas para la reflexión: ¿Dónde os colocabais para golpear el balón?

Control de contingencias: Separar bien a los grupos para que no se molesten entre ellos

Observaciones para el profesor: Si no dan los dos toques, y tampoco controlan el balón, obligarles a que lo hagan, o dejar que el balón bote primero en el suelo.

FICHA 4

Descripción

Nombre: ¿Dónde estás?

Descripción: Por parejas, uno pasa el balón a su compañero, que tendrá que golpearlo mediante toque de dedos. Mientras tanto, el primero se cambiará de lugar, obligando a que el segundo tenga que mirarle antes de devolvérsela.

Variante: el que pasa el balón, se cambia de sitio y se sienta de forma que el que golpea con los dedos tenga que ser más preciso.

Información adicional: Cuando el jugador que toca de dedos se la devuelve al primero, éste la coge con las manos para volverla a lanzar de nuevo.

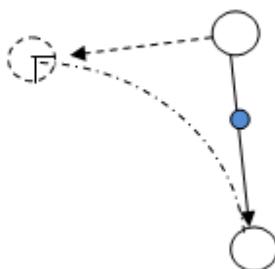
Material: Un balón de voleibol por pareja.

Normas/reglas: Sólo se puede golpear con toque de dedos.

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: Parejas. Cada 5 ejecuciones se cambian el rol.

Esquema



Dominio de acción: 3 Cooperación

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Practicar y mejorar la ejecución y el control de toque de dedos

Lo que hay que aprender: Mirar dónde se encuentra el compañero para saber dónde pasar el balón

Posibles reglas de acción: Si miro dónde está mi compañero antes de golpear el balón, podré enviarlo hacia él.

Criterios de realización: Golpear con toque de dedos y controlar dónde se envía.

Criterios de éxito: Enviársela con precisión al compañero

Preguntas para la reflexión: ¿Cuándo erais más precisos?

Control de contingencias: Dejar espacio suficiente entre las parejas para que no se molesten

Observaciones para el profesor: Prestar atención a cómo se colocan los alumnos para golpear el balón y poder darles feedback

FICHA 5

Descripción

Nombre: Ataque al castillo

Descripción: Se delimita una zona con bancos (el castillo). En ella estarán los 4 defensores, que tendrán que evitar que los balones entren al castillo mientras los demás tratan de introducirlos, lanzándolos. Todos los alumnos pasarán por el rol de defensores.

Información adicional: Los atacantes estarán a unos 5 metros del castillo

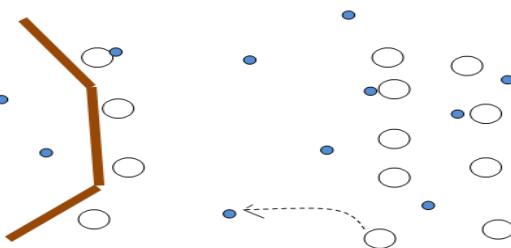
Material: Bancos suecos y balones

Normas/reglas: Una vez el balón ha entrado en el castillo, los defensores no podrán sacarlo. Pero si lo deflectan o lo cogen en el aire o el suelo, sí que pueden lanzarlo al campo contrario. Una vez se pita el final del tiempo, si un defensor saca un balón del castillo, se sumarán 2 a los que haya. De la misma manera si un atacante lanza un balón y entra en el castillo, se restarán dos.

Aspectos temporales: cada vez que se cambien los defensores, los atacantes tendrán 2' para intentar meter los balones.

Agrupaciones/roles/organización: mientras 4 alumnos hacen de defensores, los demás atacarán. Todos tienen que pasar por los dos roles.

Esquema



Dominio de acción: 4 cooperación-oposición

Grupo de actividades: Calentamiento

Subgrupo de actividades: Juegos con balón

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Por parte de los atacantes, observar dónde hay huecos en la defensa, y por parte de los defensores, moverse por el espacio para ocupar todos los huecos y estar atentos a todos los balones.

Lo que hay que aprender: Observar la trayectoria del balón y la situación de los adversarios para actuar en consecuencia.

Posibles reglas de acción: Si el defensor está ocupado con un balón y lanza en ese momento, no tendrá tiempo de pararlo.

Criterios de realización: Lanzar con las manos

Criterios de éxito: Lograr introducir/sacar todos los balones posibles al/del castillo

Preguntas para la reflexión: ¿Los atacantes, cuándo y cómo lanzabais los balones para que entraran en el castillo?

Control de contingencias: Controlar que no se acerquen en exceso al castillo ni den patadas al balón

Observaciones para el profesor: Introducir más balones si no permanecen activos

FICHA 6

Descripción

Nombre: Parejas sentadas

Descripción: Por parejas, uno de los compañeros estará sentado y el otro de pie. El que está de pie pasará el balón al sentado para que éste pueda golpearlo mediante toque de dedos y de esta forma devolvérsela al primero, que la tendrá que coger al primer rebote.

Información adicional: El que está sentado tendrá que enviar el balón fuerte hacia arriba para que el otro pueda cogerlo al rebote.

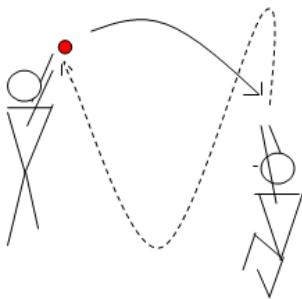
Material: Un balón de voleibol por pareja

Normas/reglas: Sólo se puede golpear mediante toque de dedos

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: Parejas. Uno ejecuta mientras el compañero le ayuda. Cada 5 ejecuciones se cambian el rol.

Esquema



Dominio de acción: 3 Cooperación

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Mejorar la ejecución y el control del toque de dedos

Lo que hay que aprender: Ejecutar y controlar el toque de dedos

Posibles reglas de acción: Si envío el balón fuerte y hacia arriba, será más fácil que mi compañero lo pueda coger al rebote

Criterios de realización: Ejecutar el toque de dedos

Criterios de éxito: Golpear la pelota mediante toque de dedos, lo suficientemente alta como para que el compañero pueda cogerla, al rebote, a la altura de su pecho

Preguntas para la reflexión: ¿Por qué creéis que es necesario golpear el balón tan vertical?

Control de contingencias:

Observaciones para el profesor: Prestar atención a los errores que cometen a los alumnos que les impiden controlar el balón

FICHA 7

Descripción

Nombre: Rondo

Descripción: Se hacen grupos de 6. 5 alumnos se disponen formando un círculo y el otro se queda en medio. Los de fuera se tienen que pasar el balón entre ellos evitando que el del centro lo toque. Si lo intercepta, se cambiará la posición con el que haya lanzado mal el balón.

Información adicional: Sólo se puede golpear con toque de dedos y de antebrazos

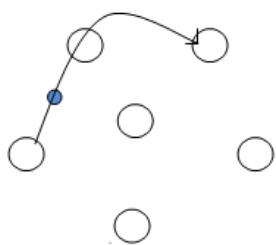
Material: Un balón por cada grupo

Normas/reglas: Si el del centro intercepta el balón, cambiará el rol con el que lo haya enviado mal

Aspectos temporales: 15'

Agrupaciones/roles/organización: grupos de 6 alumnos. 5 estarán formando un círculo y el sexto en el centro.

Esquema



Dominio de acción:

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Mejorar la ejecución y el control de los toques de dedos y antebrazos.

Lo que hay que aprender: Controlar el toque de dedos y el de antebrazos.

Posibles reglas de acción: Si mando el balón muy alto, el del medio no llegará.

Criterios de realización: Enviar el balón hacia arriba (con toque de dedos o antebrazos) para que el del centro no lo pueda interceptar.

Criterios de éxito: Pasar el balón al compañero sin que el del centro lo intercepte.

Preguntas para la reflexión: ¿Qué hacíais para enviar el balón vertical?

Control de contingencias: Dejar espacio suficiente entre los grupos para que puedan moverse sin molestar.

Observaciones para el profesor: Asegurarse de que todos los jugadores tocan el balón.

FICHA 8

Descripción

Nombre: Carreras por equipos

Descripción: Se hacen grupos de 5-6 alumnos. Formando un círculo, se tendrán que pasar el balón mientras avanzan por el espacio. El equipo que primero llegue al otro lado del pabellón, ganará.

Variantes: en vez de en círculo, avanzar en fila. Solo con golpeo de dedos. Solo con golpeo de antebrazos. Alternando golpeos...

Información adicional: Si el balón cae al suelo tendrán que volver a empezar

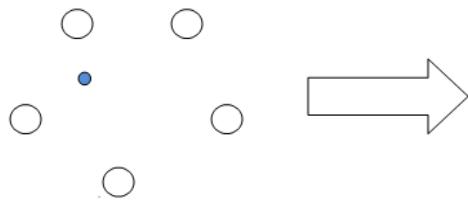
Material: Un balón de voleibol por cada equipo

Normas/reglas: Tienen que tocar el balón todos los miembros del equipo antes de llegar al final

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: grupos de 5-6

Esquema



Dominio de acción: 3 Cooperación

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Practicar y controlar los toques de dedos y antebrazos

Lo que hay que aprender: Controlar los golpeos de voleibol al tiempo que se avanza en el espacio y se observa dónde están situados los compañeros

Posibles reglas de acción: Si preveo la trayectoria de mi compañero, podré pasársela mientras avanza al lugar donde estará situado.

Criterios de realización: Los golpeos tienen que ser de dedos y de antebrazos

Criterios de éxito: Cruzar el pabellón pasándose el balón con toques de voleibol sin que caiga al suelo

Preguntas para la reflexión: ¿mirabais a quién le ibais a pasar el balón antes de hacerlo?

Control de contingencias: Para evitar que hagan trampas, el equipo que las haga tendrá que volver a empezar.

Observaciones para el profesor: Si se centran en ganar y no les importa cómo golpean el balón, plantearlo de forma que no sean carreras para que lo ejecuten bien.

FICHA 9

Descripción

Nombre: Cortar el hilo

Descripción: Un alumno la paga e intentará pillar a otro. Si mientras le persigue un tercero se cruza por el medio, tiene que cambiar de objetivo y perseguir al tercero. Cuando consiga pillar a alguno, éste pasará a pagarla.

Información adicional: El perseguido se puede cruzar a propósito con otro alumno para que tengan que pillar a otro

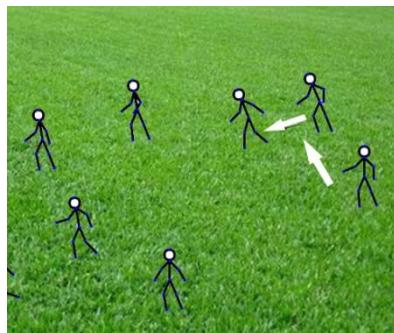
Material: -

Normas/reglas: No hace falta agarrar. Basta con tocar

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: Cuando el que la paga pilla a otro, cambian los roles

Esquema



Dominio de acción:

Grupo de actividades: Calentamiento

Subgrupo de actividades: Juegos de activación

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Activar el organismo para la actividad física

Lo que hay que aprender: Observar dónde están los compañeros para cruzarme con ellos

Posibles reglas de acción: Si tengo que pillar a alguien y me cruzo a propósito con otra persona que está más cerca, será más fácil cogerle.

Criterios de realización: Cruzarse con otra persona

Criterios de éxito: Lograr pillar/que no te pillen

Preguntas para la reflexión:

Control de contingencias: Si algún alumno hace trampas pasará a pagarla

Observaciones para el profesor: Asegurarse de que todos los alumnos participan. Si es muy difícil pillar, reducir el espacio.

FICHA 10

Descripción

Nombre: Balón prisionero

Descripción: variante del juego en el que hay que intentar matar al equipo rival pasando la pelota por encima de la red. Un equipo saca (utilizando la técnica de saque). Si le da a un jugador del equipo contrario y éste no golpea el balón utilizando la técnica de dedos o antebrazos, estará muerto. Si se evita a propósito el contacto con el balón aunque se pudiera golpear, estará muerto también.

Los muertos se colocarán al fondo del equipo contrario. Si se sale un balón, podrán pasarlo a algún compañero vivo para que estos puedan seguir jugando. Si cuando un muerto pasa el balón a sus compañeros, una persona del equipo contrario toca el balón (aunque no lo golpee adecuadamente), se lo podrá quedar.

Información adicional: Así se obliga a los alumnos a realizar los golpes aprendidos en una situación de juego “dinámica”

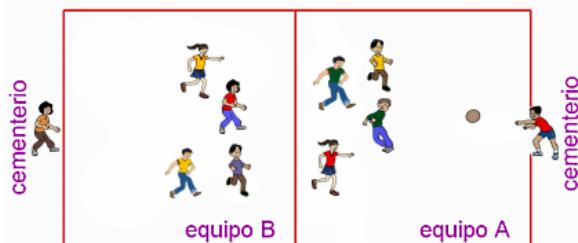
Material: Red y un balón de voleibol

Normas/reglas: Cuando un jugador es matado, pasará a situarse en la zona trasera y los laterales del campo contrario de forma que cuando un balón salga del campo podrá cogerlo y matarlos. Se pueden pasar el balón entre compañeros del mismo equipo

Aspectos temporales: 15'

Agrupaciones/roles/organización: Se divide a los alumnos en dos equipos. Cuando un alumno está muerto, podrá resucitar si logra matar a alguno del equipo contrario.

Esquema



Dominio de acción: 4 cooperación-oposición

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Juegos predeportivos

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Aprender a golpear y controlar el balón en una situación adaptada

Lo que hay que aprender: Ejecutar saques, golpes de dedos y de antebrazos, mirando dónde se encuentran los adversarios

Posibles reglas de acción: Si lanzo hacia donde hay más adversarios es más fácil darle a alguno.

Criterios de realización: Golpear con toque de dedos, antebrazos y saque de mano baja, pasando el balón por encima de la red.

Criterios de éxito: Ejecutar los golpes controlando dónde se envía el balón.

Preguntas para la reflexión: ¿cómo tratabais de matar al equipo rival?

Control de contingencias: Establecer un árbitro que se responsabilice del juego

Observaciones para el profesor: Asegurarse de que todos los alumnos participen. Para ello se puede hacer que uno de cada equipo lleve un peto, y éste tenga que tocar el balón todo el rato. El peto irá rotando.

FICHA 11

Descripción

Nombre: 3x3

Descripción: Partidillo 3x3 con normas adaptadas.

Información adicional: Tendrán que tocarla entre todos los compañeros antes de pasar el balón al campo contrario.

Material: Red y un balón de voleibol por cada partido

Normas/reglas:

- Todos los jugadores han de tocar el balón antes de pasarlo al campo contrario
- Una misma persona puede tocar el balón dos veces seguidas
- La pelota puede dar un bote en el suelo
- Si el primer saque no es válido, se le dará una segunda oportunidad
- Cada vez que recuperan el punto, rotarán

Aspectos temporales: 15'

Agrupaciones/roles/organización: equipos de 3

Esquema



Dominio de acción: 4 Cooperación-oposición

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Colaborar con los compañeros para conseguir marcar punto y aprender a controlar dónde se envía el balón.

Lo que hay que aprender: Observar la situación del compañero para poder pasársela y del rival para enviar el balón donde no esté.

Posibles reglas de acción: Si se la coloco alta a mi compañero, tendrá más tiempo para colocarse y darle mejor

Criterios de realización: Realizar saques y golpeos de voleibol

Criterios de éxito: Tocar el balón los tres miembros del equipo antes de pasar el balón al campo contrario

Preguntas para la reflexión: ¿qué hacíais para pasar al compañero?, ¿cómo le pasabais?

Control de contingencias: Poner a un alumno como árbitro para que se haga responsable del juego

Observaciones para el profesor: Ayudar al árbitro a tomar decisiones

FICHA 12

Descripción

Nombre: Bloqueos

Descripción: Por parejas, cada miembro estará a un lado de la red. En un lado habrá un banco, en el cual estarán subidos los jugadores y desde donde echarán los balones (cada uno a su compañero). El jugador que va a ejecutar, deberá saltar verticalmente para bloquear el balón. Al cabo de varios intentos, ir cambiando los roles. Cada vez que impidan que el balón cruce la red, ganarán un punto.

Información adicional: El que realiza el bloqueo al principio estará próximo a la red.

Conforme le vaya saliendo bien podrá ir aumentando la distancia desde la que comienza, añadiendo pasos previos al salto.

El compañero que ayuda, echará el balón con las dos manos, para que el bloqueador pueda ejecutar el ejercicio más fácilmente.

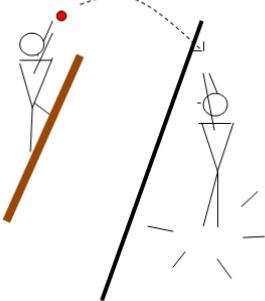
Material: red, bancos suecos, un balón de voleibol por pareja y tiza

Normas/reglas: Es obligatorio saltar para bloquear. Si no, no valdrá el punto

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: Se forman parejas, un miembro lanzará el balón mientras su compañero lo tratará de bloquear. Cada 4-5 ejecuciones cambiarán el rol.

Esquema



Dominio de acción: 3 cooperación

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Aprender a realizar bloqueos

Lo que hay que aprender: Ejecutar bloqueos evitando que el balón pase a mi campo

Posibles reglas de acción: Tengo que esperar al momento exacto ya que si salto muy pronto o muy tarde no le doy bien al balón

Criterios de realización: Saltar con los brazos extendidos hacia arriba y juntos para que el balón no pase.

Criterios de éxito: Lograr que el balón no pase a nuestro campo y vuelva a caer en el contrario

Preguntas para la reflexión: ¿Cerrabais los ojos al bloquear?, ¿qué pasaba si lo hacíamos?

Control de contingencias: Poner el banco suficientemente lejos de la red como para que el bloqueo pueda dar y hacer daño al jugador que está encima

Observaciones para el profesor: Si saltan para bloquear desde muy lejos, marcarles con tiza en el suelo desde dónde tienen que saltar

FICHA 13

Descripción

Nombre: Remates

Descripción: se ponen todos los jugadores a un lado del campo. En el otro habrá unos aros en el suelo. Un compañero colocará el balón (lo echará con las manos, alto y centrado para que sea fácil golpearlo) y otro rematará intentando acertar en algún aro. Cada vez que lo consigan se anotarán un punto.

Información adicional: El que coloca el balón lo echará con las manos para que quede alto y centrado y sea más fácil golpearlo por el compañero.

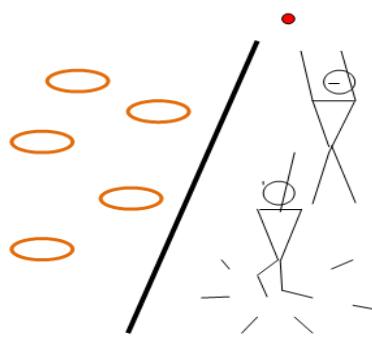
Material: Red, balones de voleibol y aros

Normas/reglas: Red, un balón por pareja, y aros.

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: Los alumnos se distribuyen por parejas. Un miembro de cada pareja colocará el balón a su compañero, y el otro realizará los remates. Cada 5 ejecuciones cambiarán los roles.

Esquema



Dominio de acción: 3 cooperación

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Aprender a ejecutar remates

Lo que hay que aprender: Realizar remates que pasen por encima de la red y vayan dentro del campo contrario

Posibles reglas de acción: Si antes de golpear ya sé hacia dónde quiero enviar el balón, será más fácil

Criterios de realización: Ejecutar el remate en salto y que el balón pase por encima de la red, dentro del campo contrario

Criterios de éxito: Acertar dentro del aro

Preguntas para la reflexión: ¿cuándo decidíais hacia qué aro ibais a apuntar?

Control de contingencias:

Observaciones para el profesor: Asegurarse de que golpean en el momento exacto y saltando, para rematar por encima de la red. Una vez les sale, podrán rematar con varios pasos de carrera.

FICHA 14

Descripción

Nombre: Las mazorcas

Descripción: Se disponen unos conos (tantos como miembros tenga el equipo) alineados. Es una carrera de relevos en la que los alumnos tienen que ir a por un cono (mazorca) y volver con él. Hasta que no vuelva, el siguiente no podrá salir.

Variante: ir y volver corriendo de espaldas, mirando hacia un lado, hacia el otro...

Información adicional: Ellos mismos decidirán tanto en qué orden recogen las mazorcas como en qué orden salen los jugadores.

Material: un cono por alumno

Normas/reglas: hasta que el compañero no vuelva, el siguiente no puede salir.

Aspectos temporales: dar tiempo a que todos los equipos acaben para empezar a explicar la siguiente variante 5'

Agrupaciones/roles/organización: Equipos de 4 personas. Si en algún equipo tiene que haber 5 jugadores, tendrá que repetir alguno de los jugadores de los equipos con 4.

Esquema



Dominio de acción: 3 cooperación

Grupo de actividades: Calentamiento

Subgrupo de actividades: Juegos de activación

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Preparar el cuerpo para la actividad física

Lo que hay que aprender: Decidir con los compañeros una estrategia para hacer el relevo lo más rápido posible

Posibles reglas de acción: Si empezamos por el último cono, a los últimos les costará menos terminar

Criterios de realización: Correr de la forma que se indica antes de comenzar

Criterios de éxito: recoger las mazorcas y volver al inicio cuanto antes

Preguntas para la reflexión:

Control de contingencias: Asegurarse de que no hagan trampas. Si uno sale antes de tiempo tendrá que volver a empezar.

Observaciones para el profesor: Realizar los equipos equilibrados

FICHA 15

Descripción

Nombre: El espejo

Descripción: se alinean 3-5 conos a una distancia de 1-2 metros. Los alumnos se dividen por parejas. Cada miembro de la pareja se pone a un lado del cono. Un alumno será el ejecutor, que irá de cono a cono desplazándose como quiera, intentando sacar la mayor distancia posible a su compañero. El otro alumno será el espejo que tratará de seguirle simultáneamente.

Observaciones: correr enfrentados (mirándose), con el centro de gravedad bajo permitiéndoles cambiar de sentido más fácilmente.

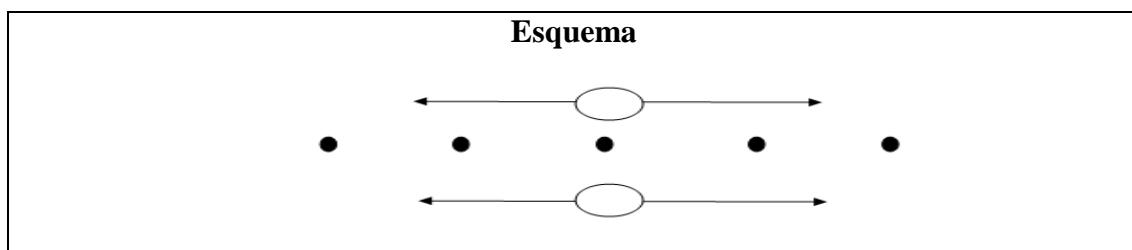
Información adicional: Podéis cambiar de sentido en el cono que queráis de forma que el espejo tenga que ajustarse a vuestros movimientos

Material: conos

Normas/reglas: No se puede cruzar los conos ni tocar al compañero para dificultar su trayectoria

Aspectos temporales: 7'

Agrupaciones/roles/organización: Parejas. Al principio uno será el ejecutor y otro el espejo. Después cambiarán los roles



Dominio de acción: 2 Oposición interindividual

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Juegos predeportivos

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Trabajar los desplazamientos y la velocidad de reacción

Lo que hay que aprender: Cortar con el centro de gravedad bajo para girar más rápido y moverse más deprisa

Posibles reglas de acción: Si hago un engaño, el compañero creerá que voy a correr hacia el otro lado y podré sacarle ventaja

Criterios de realización: Desplazarse con el centro de gravedad bajo

Criterios de éxito: Sacar la máxima ventaja posible al espejo/alcanzar al ejecutor

Preguntas para la reflexión: ¿cómo corríais para sacar más ventaja?, ¿cómo girabais?, ¿ahí os cogían?

Control de contingencias:

Observaciones para el profesor: Asegurarse de que tienen espacio suficiente

FICHA 16

Descripción

Nombre: Estrella

Descripción: Se forman tríos. Uno lanzará balones a otro compañero (con saques), obligándole a moverse por todo el espacio. Este, tendrá que desplazarse para golpear el balón, enviárselo al tercer compañero (con el golpeo más adecuado en cada caso) y volver a su posición inicial. Este último devolverá los balones al primero.

Información adicional: El objetivo del que saca es conseguir que el receptor se desplace, por lo que tendrá que variar (corto, largo, izquierda, derecha...).

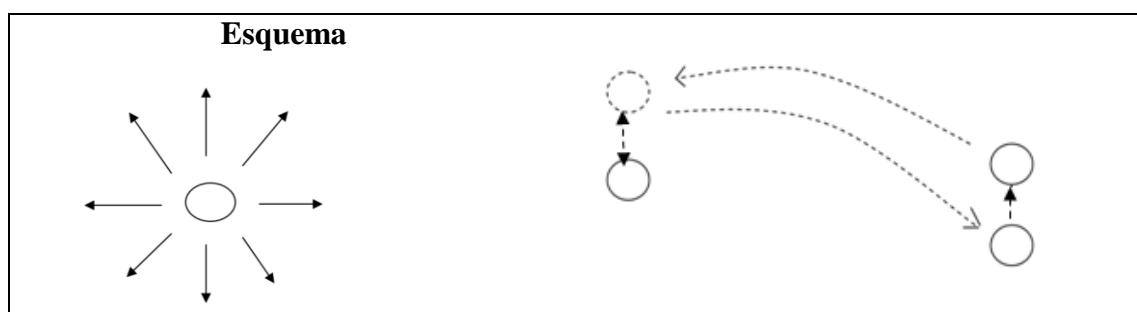
Para que los desplazamientos sean lo más rápidos posibles y no tener que esperar, el lanzador tendrá varios balones.

Material: red y balones de voleibol

Normas/reglas: Es obligatorio darle con golpeo de dedos y antebrazos. El que saca, deberá utilizar la técnica de saque de mano baja.

Aspectos temporales: 15'

Agrupaciones/roles/organización: Dos jugadores del trío (el que saca y el que le pasa los balones) se colocarán a un lado de la red, y el tercero, al otro. Cada 5 saques y recepciones los jugadores cambiarán de rol de forma que pasen por todos.



Dominio de acción:

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Aprender a desplazarse por el espacio para ir a golpear el balón

Lo que hay que aprender: desplazarse por el espacio

Posibles reglas de acción: Si tras cada golpeo vuelvo al centro, puedo llegar más fácilmente a todos los lados

Criterios de realización: Comenzar a desplazarse cuando el compañero ha sacado, leyendo la trayectoria del balón y pararse antes de golpearlo para controlarlo mejor

Criterios de éxito: desplazarse por el espacio y conseguir golpear el balón de forma controlada, pasándolo al campo contrario

Preguntas para la reflexión: ¿desde dónde partían vuestros desplazamientos?

Control de contingencias:

Observaciones para el profesor: Si el que saca no sabe, dejarle dos intentos para que practique. Si aun así no consigue sobrepasar la red, al tercer intento podrá sacar con las dos manos.

FICHA 17

Descripción

Nombre: Tula

Descripción: Uno la paga y tratará de pillar a algún otro jugador. Para no poder ser pillados, los jugadores tendrán que ponerse con un compañero, frente a frente, con los brazos estirados hacia arriba y las manos juntas. Cuando se pilla a alguna persona, el pillado pasa a pagarla.

Información adicional: No se puede estar todo el rato en posición para no ser pillado. En ese caso, ese jugador podrá pasar a pagarla.

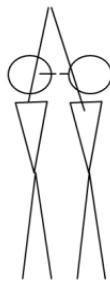
Material: -

Normas/reglas: No hace falta agarrar. Con que el que la paga toque a otro jugador ya contará como pillado. Si un jugador que huye se sale de la zona de juego, pasará a pagarla.

Aspectos temporales: 10'

Grupaciones/roles/organización: Uno la paga. Este rol irá cambiando conforme vayan pillando a otros alumnos.

Esquema



Dominio de acción: 4 cooperación-oposición

Grupo de actividades: Calentamiento

Subgrupo de actividades: Juegos de activación

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Activar y calentar el cuerpo para comenzar la práctica de actividad

Lo que hay que aprender: Desplazarse por el espacio y observar dónde se encuentran tanto el que la paga como los compañeros para poder agarrarse a ellos

Posibles reglas de acción: Si corro cerca de mis compañeros es más fácil agarrarme con alguno

Criterios de realización:

Criterios de éxito: Evitar ser pillado. Una vez que la pagas, lograr pillar a alguien

Preguntas para la reflexión:

Control de contingencias: El que haga trampas pasará a pagarla

Observaciones para el profesor: Si el que la paga no logra pillar a nadie, empequeñecer el espacio o hacer que dos personas la paguen.

FICHA 18

Descripción

Nombre: Saque-recepción-colocación-remate-bloqueo

Descripción: Grupos de 4. Se sitúan dos a cada lado de la red. Un jugador saca. En el equipo contrario, uno receptiona de antebrazos y se la pasa a su compañero, quien colocará con los dedos para que el que ha recepcionado pueda rematar. En el otro campo, el compañero que no ha sacado, bloqueará el remate.

Información adicional: Cada vez que salga la jugada, se cambiarán los roles de forma que todos los jugadores practiquen todo

Material: Red y un balón de voleibol por grupo

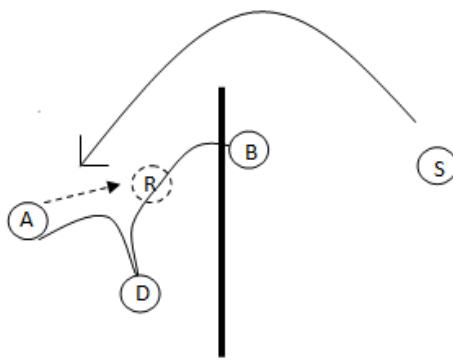
Normas/reglas: Todos los jugadores tienen que tocar el balón.

Aspectos temporales: 15'-20'

Agrupaciones/roles/organización: Grupos de 4 en formación de 2x2

Esquema

S: saque
A: antebrazos
D: dedos
R: remate
B: bloqueo



Dominio de acción: 4 cooperación-oposición

Grupo de actividades: Parte principal

Subgrupo de actividades: Voleibol

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Trabajar y mejorar la ejecución de los distintos golpeos de voleibol.

Lo que hay que aprender: Controlar el balón en los distintos golpeos de voleibol.

Posibles reglas de acción: Si envío el balón donde no está mi adversario, será más difícil que llegue a darle bien.

Criterios de realización: Ejecutar controladamente el saque de mano baja, la recepción de antebrazos, el toque de antebrazos, el remate y el bloqueo.

Criterios de éxito: Enviar el balón donde se pretende.

Preguntas para la reflexión: ¿qué dificultades habéis encontrado?, ¿por qué?

Control de contingencias: Ampliar/disminuir el espacio según las necesidades.

Observaciones para el profesor: Atención a la forma de golpear para poder dar un feedback útil.

FICHA 19

Descripción

Nombre: Tula con balón

Descripción: Una pareja se va pasando un balón y tienen que ir pillando a los rivales tocándoles con la pelota (no se vale lanzarla). Conforme van siendo pillados, se van uniendo a los que la pagan.

Información adicional:

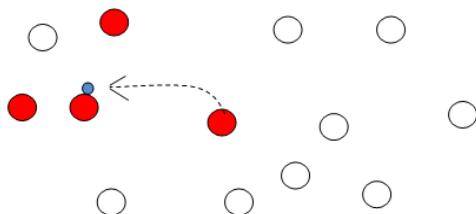
Material: un balón de gomaespuma

Normas/reglas: No se puede lanzar el balón para pillar. Si un jugador que huye sale del espacio delimitado, pasará a pagarla también. No se puede correr con el balón en la mano.

Aspectos temporales: hasta que todos estén pillados. Máximo 10'

Agrupaciones/roles/organización: Al principio, dos contra todos. Conforme vayan siendo pillados, el grupo de los que pillan irá aumentando.

Esquema



Dominio de acción: 4 Cooperación-oposición

Grupo de actividades: Calentamiento

Subgrupo de actividades: Juegos predeportivos

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Preparar el cuerpo para la actividad física

Lo que hay que aprender: Observar la localización de los compañeros y crear estrategias para pillar a todos.

Posibles reglas de acción: Si entre varios acorralamos a uno, será más fácil pillarle

Criterios de realización: Avanzar con pases.

Criterios de éxito: Conseguir pillar a todos

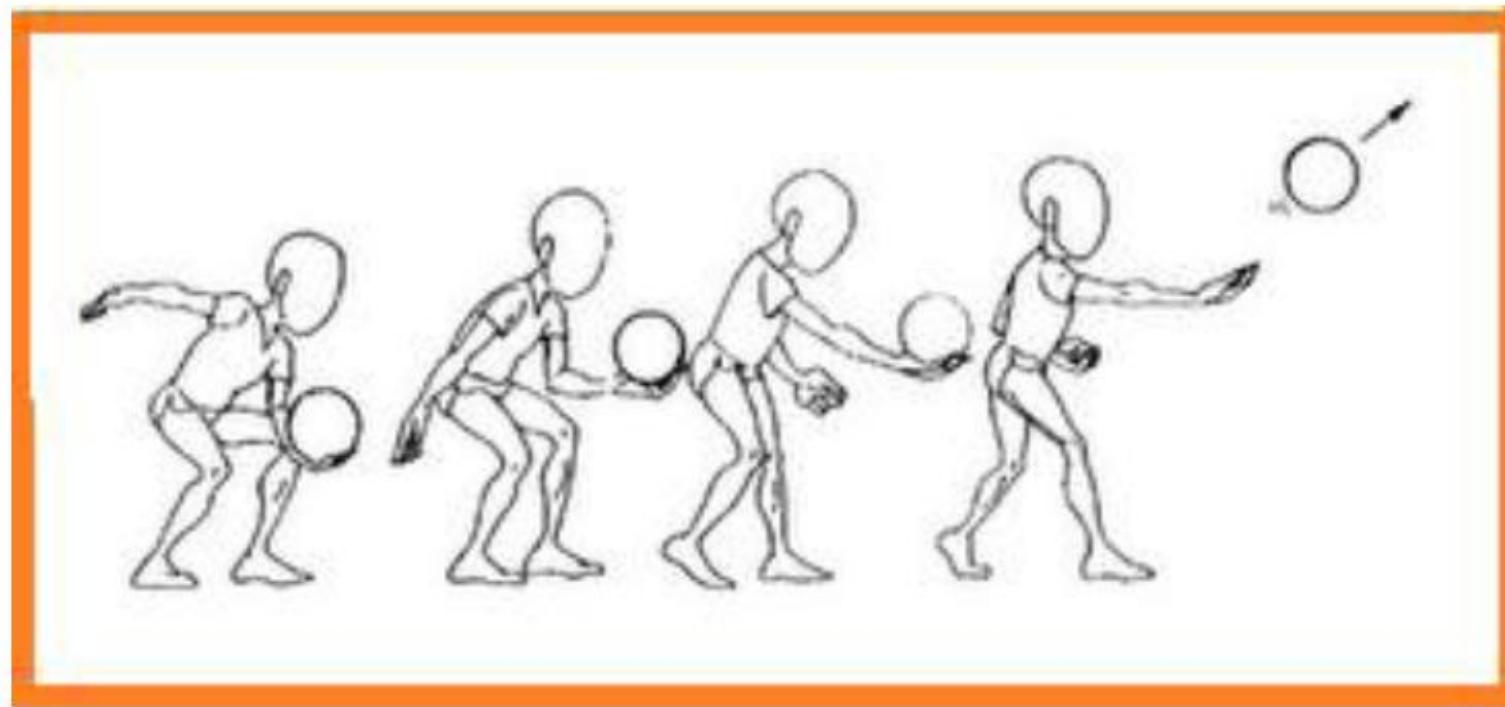
Preguntas para la reflexión: Cuando erais pocos pagándola, ¿cómo lo hacíais para pillar?

Control de contingencias: Si al principio no logran pillar a nadie, añadir a otro alumno que la pague o reducir el espacio.

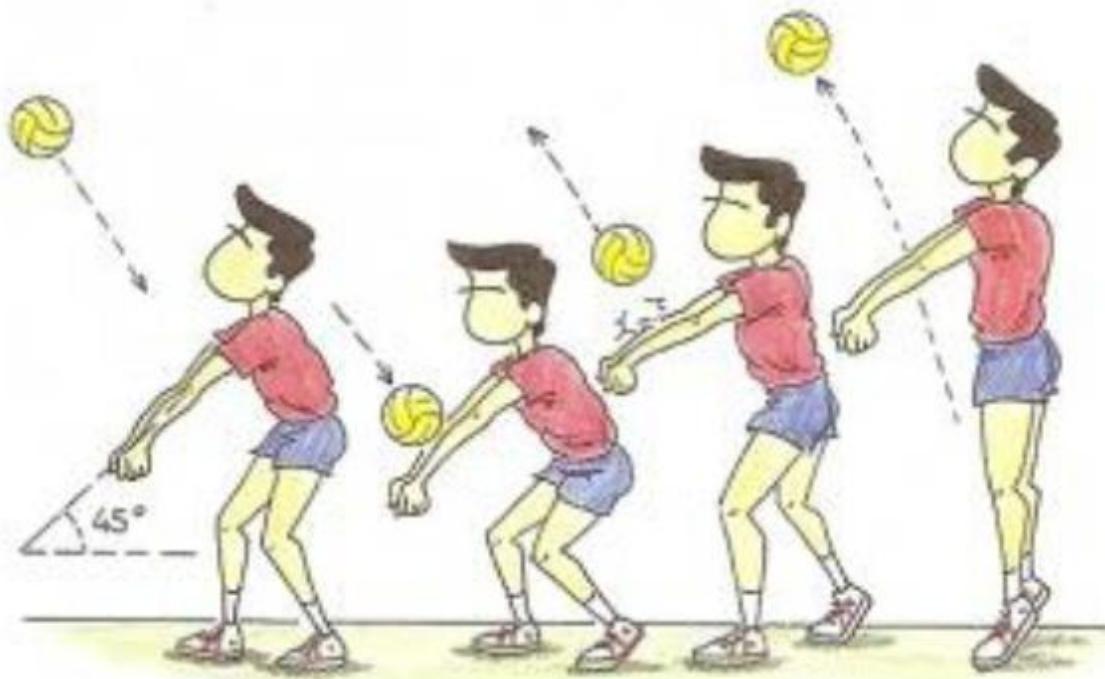
Observaciones para el profesor: De vez en cuando hacer que los que faltan por ser pillados levanten la mano para que todos sepan quienes son.

FICHA 20

SAQUE DE MANO BAJA



TOQUE DE ANTEBRAZOS



TOQUE DE DEDOS

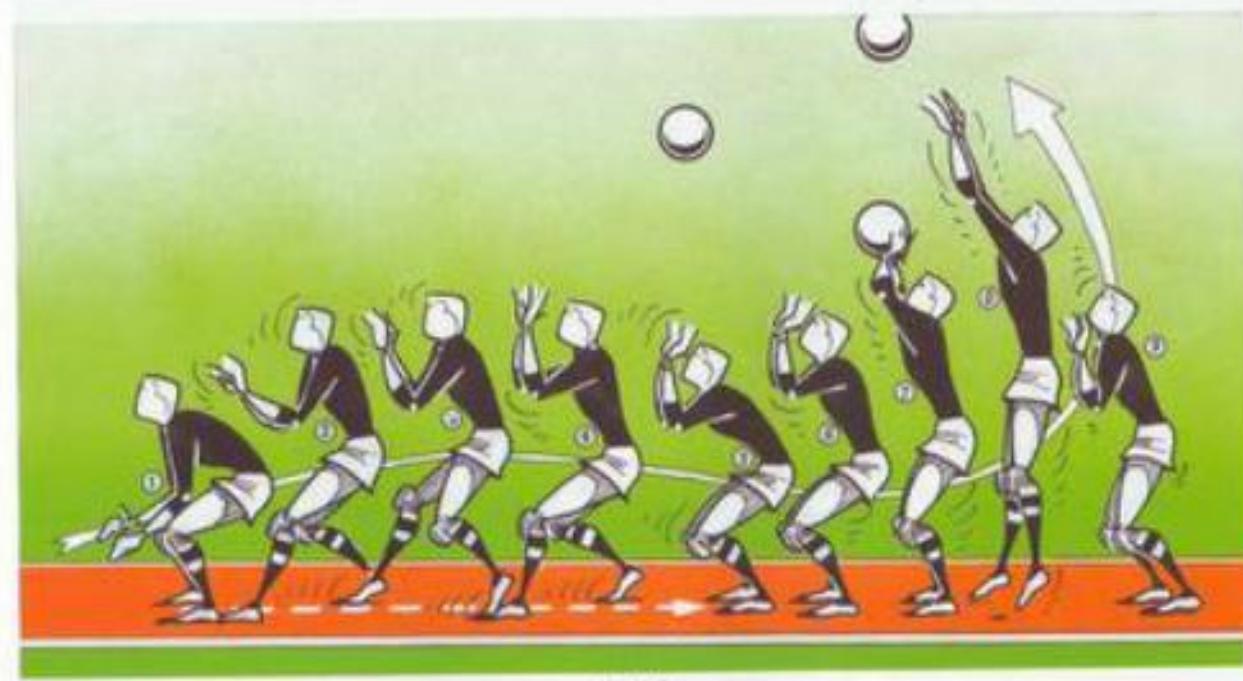


Fig. 22-07



PRECISIÓN



FICHA 21

Descripción

Nombre: Los 10 pases

Descripción: Se divide a los alumnos en dos equipos (con petos de colores para diferenciarlos). El objetivo es realizar 10 pases seguidos entre los miembros del mismo equipo.

Información adicional: Hay que contar los pases en voz alta

Material: un balón

Normas/reglas: Si el balón cae al suelo, la posesión pasará al equipo contrario al último que lo haya tocado

Aspectos temporales: 10'

Agrupaciones/roles/organización: 2 equipos equilibrados

Esquema



Dominio de acción: 4 Cooperación-oposición

Grupo de actividades: Calentamiento

Subgrupo de actividades: Juegos predeportivos

Aspectos didácticos en la aplicación

Objetivos didácticos: Observar la localización de los compañeros y adversarios para ver a compañeros desmarcados y poder pasar el balón. Por parte de la defensa, cubrir todos los pases posibles para interceptar el balón

Lo que hay que aprender: Observar la localización de compañeros y adversarios y leer la trayectoria del balón

Posibles reglas de acción: Si paso a mi compañero que está desmarcado será más difícil que nos intercepten

Criterios de realización: Pasar a los compañeros mejor situados

Criterios de éxito: Lograr realizar 10 pases seguidos

Preguntas para la reflexión: ¿qué hacíais para recuperar el balón? ¿y para que os pasaran los de vuestro propio equipo?

Control de contingencias: Diferenciar a los equipos con petos

Observaciones para el profesor: Si no todos los alumnos participan, poner un peto diferente a aquel que tenga que tocar el balón al menos una vez para que los 10 pases sean válidos. Este peto irá rotando por varios alumnos.

