

ANEXO I

La adolescencia temprana

La adolescencia temprana es una etapa en la que la función esencial de la pubertad es la conquista de la madurez biológica, esto ocurre debido a que el cuerpo infantil se transforma en un cuerpo adulto en un corto espacio de tiempo. En esta etapa se desarrolla la maduración sexual o aptitud para la procreación. Además el paso de una sexualidad pregenital a una sexualidad genital entraña algunos riesgos: la excesiva curiosidad hacia este tema, el autoerotismo, sentimientos de culpabilidad e injustificaciones. Todos estos cambios son excesivamente rápidos y no están sincronizados, lo que suele afectar negativamente a la vida del adolescente.

Aparece una nueva imagen corporal con la que el adolescente no se siente satisfecho por lo que crea un desconcierto, decepción y disgusto, afectando así a su autoestima. Además aumenta la influencia de la afectividad sobre la vida psíquica, dando lugar a las reacciones emocionales primarias.

Por otro lado se produce un distanciamiento de la familia y un acercamiento a su grupo de iguales, en el que además debido a ello aparecen malos modales.

En definitiva; podemos decir que es una etapa en la que el adolescente comienza a cambiar tanto en relaciones sociales como físicamente por lo que este se encuentra descolocado.

Caso de Raquel

1. Cambios en la adolescencia

Ha sido criada por su madre en casa, con la ausencia por trabajo del padre durante todo el día, es la tercera de cuatro hermanos.

Un día Raquel se le perdió a sus padres durante una hora en la calle.

2. *Qué conductas mantiene ¿Por qué?*

Desarrolla un carácter introvertido y más tímido que sus hermanos, aislándose en su cuarto donde lee o escucha música tumbada en la cama.

Con las visitas en casa ella desaparece, le gusta estar sola, pasear, y escribir un diario.

Le cuestiona cosas a su madre plantándole cara de vez en cuando.

No se atreve a salir de casa sola, la tienen que acompañar la madre o las amigas, ella dice que tiene vergüenza.

Nunca ha pasado una noche fuera del hogar familia.

3. *Reflexiones sobre la adolescencia.*

Descubrimiento del “yo” para concentrarse en él y preservarlo de amenazas exteriores.

Autoafirmación de la personalidad, intenta ganar en seguridad e independencia.

Inseguridad típica de la edad, además esta inseguridad puede estar agravada por el episodio traumático que le sucedió cuando era una niña.

Puede que las novedades corporales que están sucediendo en su cuerpo, hagan que su autoconcepto cambie y se encierre en su cuarto y pase tanto tiempo a solas porque necesita volver a conocerse.

Según García, J.A y Pardo, P (1997) “los adolescentes, en la búsqueda de su propia definición, creen valores diferentes a los de sus mayores” y “el padre y la madre son juzgados tanto personalmente como por la función de autoridad que representan”

Puede que haya un desequilibrio entre su madurez física y su madurez social, ya que a pesar de tener 13 años (2º E.S.O) y parecer físicamente una “mujercita”, no se atreve a realizar actos que socialmente pueden verse como habituales en una persona de esta edad.

Caso de Adriana

1. Cambios en la adolescencia

Su altura y cambio físico hace que no le gusten los chicos de su edad, ya bien sea porque los ve pequeños o menos desarrollado que ella.

Autoafirma su “yo” encarándose a los demás y explotando su buena presencia física, perdiendo interés por los estudios y dando mayor atención e importancia al ocio, el cual lo asocia a sus salidas nocturnas hasta altas horas de la noche.

Tiene un carácter extrovertido y es muy “astuta” para conseguir aquello que ella se propone.

2. Qué conductas mantiene ¿Por qué?

Cuida mucho su aspecto físico, se ve a sí misma demasiado alta. Tiene un trato asiduo con los chicos que le resultan indiferentes. Tiene una relación con un chico 5 años mayor que ella.

No hace deporte, no le interesa ni la cultura ni los deportes, concibe estos últimos como instrumento material para conseguir un trabajo que le proporcione dinero e independencia.

Actúa siempre con cuquería y cálculo premeditado a su favor. Es infrecuente que haga algo por los demás, sin que ello le aporte un beneficio.

3. Reflexiones sobre la adolescencia.

Inseguridad producida por la no aceptación de su nueva imagen corpórea, ya que se siente demasiado alta.

No aprecia ningún tipo de inquietudes culturales y sociales. Tiene un comportamiento frívolo de la vida. Estas características nos llegan a un carácter de tipo muy utilitarista y calculador.

Ha despertado su personalidad desde un punto de vista muy narcisista podríamos decir en cuanto a las relaciones con sus iguales, a través del descubrimiento de su “yo” interior.

Caso Francisco

1. Cambios adolescencia.

Ha sido influenciado por los hermanos, ya que pasa de ser muy cariñoso, y estar con su madre a ser un “listillo” y un “gracioso”, no admite las críticas de sus mayores ya que se cree superior a ellos. Puede ser debido a que siempre ha sido muy consentido.

2. Qué conducta mantiene:

Francisco está influenciado por sus hermanos por lo que es por ello por lo que tiene un vocabulario más elevado al que le corresponde por su de su edad, y siempre ha querido ser igual de mayor que ellos, al intervenir y participar en sus conversaciones se da.

- a. ¿Por qué? Fundaméntalas.

3. Reflexiones sobre:

a. **Identidad:** sufre cambios a lo largo de su vida (profesión), le gusta hacerse el “listo” y el “gracioso”. Identidad dinámica, se empieza de construir desde que era pequeño. Identidad difusa. Después explora y consigue su *logro de identidad. MORATORIA*. Él va explorando. Es egocéntrico, no para de hablar. Grupo familiar que hay que tener en cuenta.

b. **Autoconcepto:** se ve superior a los demás, por destacar y por querer igualar la edad de sus hermanos.

c. **Autoestima:** elevada ya que siempre se ha creído capaz de hacer todo y siempre le han dado todo lo que quería, mostrando pedantería ante los profesores, poniendo en juicio la autoridad de los profesores

4. Si te pide ayuda como profesor tutor

Habría que actuar como psicólogos que sea él el que hable, que nos cuente sus intereses y preferencias. No preguntar de forma directa, indagar y a raíz de allí buscar lo que quiere. Orientarle. Escucharle, atenderle y asesorarle.

Caso Juan Luis

Juan Luis es un adolescente de 13 años, que se encuentra en la fase temprana de la adolescencia. Siempre estaba solo en el patio del colegio porque es un chico muy tímido, y su padre había muerto poco tiempo atrás.

1. Los problemas que más le afectan

Lo que más le afecta a Juan Luis eran los malos resultados en los exámenes, que no tiene amigos y además se siente incomprendido y humillado por los demás. Él creía que todo el mundo estaba contra él, es decir que nadie quería estar con él y que nadie quería ser su amigo.

2. Cambios en el estado de ánimo

Muchas veces era cariñoso y las otras hosco, antipático y descortés. En las ocasiones en las que lograba algo en el colegio y tenía éxito se le veía contento y optimista y después también se le veía deprimido y se venía abajo.

Juan Luis es un chico que se emociona fácilmente y necesitaba grandes dosis de cariño y paciencia.

3. Rasgos típicos de la pubertad

Juan Luis va siempre en pijama, ve mucho la televisión hasta altas horas de la noche, se encierra en su habitación a escuchar música y jugar al ordenador. Tiene la habitación decorada con grandes posters de héroes de películas y chicas fulgurantes. Le molesta mucho que su madre le haga realizar tareas y le dé consejos. En el colegio se rebela contra las normas del centro (disciplina).

No tiene la madurez adecuada para afrontar los problemas que tiene en el colegio. Está en un estado habitual de frustración. Se muestra también en esta edad un desequilibrio emocional típico, observado en los cambios de humor.

4. Desequilibrio emocional en esta edad

Tiene muchos cambios de humor, sensibilidad exagerada, es suspicaz (todo el mundo contra él) y susceptible; y además muy inseguro e indeciso. Los rasgos básicos de Juan Luis son: tímido, indeciso, fácilmente emocionable (asociado a la muerte de su padre) y muy vulnerable.

5. La crisis afectiva

Se debe a tres factores:

- La edad
- Carácter sentimental
- Efecto de la muerte de su padre

6. Cómo profesor tutor, orientaciones

Es un chico muy reservado, así que debe abrirse, que no tenga miedo a emocionarse delante de las personas.

Juan Luis necesita que su madre esté más cerca: que se establezcan horarios de estudio, de televisión, horario de dormir y que ayude más en casa y haga más caso a su madre cuando le dice las cosas.

También necesita:

- Sociabilizarse.
- Que no se le interroque, que le salga a él contar las cosas
- Comunicación directa con la madre, habiendo un seguimiento más continuado, que la vea como un punto de apoyo.
- Mantener una buena relación con su hermano.
- Seguimiento de cerca con registros para que el niño no baje la guardia.

7. Que debería hacer la madre, orientaciones

Lo que tiene que hacer la madre es ser más autoritaria, imponer más firmeza cuando no le haga caso. Pasar más tiempo con su hijo. Hacerse respetar, pero de manera paulatina y ceder responsabilidades a Juan Luis.

Caso Víctor

1. ¿Cuáles son los rasgos típicos de la pubertad?

Víctor acaba de cumplir trece años, lo cual hace que se encuentre en la fase final de la pubertad y empezando la adolescencia temprana, eso hace que surjan multitud de cambios en sus comportamientos debidos al difuso desarrollo de la personalidad que está experimentando.

Como consecuencia de ese descubrimiento de la personalidad tiene diferentes rasgos característicos como son:

- Muestra aficiones (heavy, quiere ser famoso rockero, canta, toca la guitarra) que a lo largo de la pubertad irán cambiando conforme se ajusten los gustos y necesidades que se le planteen.
- Lo que le gusta lo realiza sin ningún esfuerzo, pero en las tareas de clase muestra una gran irregularidad.
- Empieza a conocerse a sí mismo, un rasgo importante a desarrollar en la etapa en la que se encuentra.
- Es muy inquieto, necesita quemar energía que tiene, y no deja de hacer cosas, incluso varias a la vez
- Deja entrever una debilidad en cuanto a su imagen física (se viste mal y no deja ver su cuerpo), pero mayor en lo que respecta a la imagen psíquica, ya que llora cuando queda mal ante los demás.
- Las relaciones de amistad con sus amigos son más importantes que la relación con su familia, que pasa a estar en un segundo plano, ya que sus iguales es lo más importante en este momento. Necesidad de autoafirmar un “yo” débil, identificación personal, recibir apoyo afectivo, etc.

2. ¿Se debe aceptar cómo es Víctor?

En esta edad en la que se encuentra Víctor, se le debe aceptar, ya que está pasando por unos cambios importantes en su vida, intentando no enfrentarse ni rivalizar con él, y atendiendo a un diálogo de entendimiento donde seamos capaces de hacerle comprender esas actitudes que él mismo está desarrollando en el día a día.

3. ¿Cómo se le debe tratar?

Cómo profesor-tutor orientaciones

- Como profesor la verdad es que no se necesita mucha intervención en lo que respecta al comportamiento del púber, ya que en las clases se comporta de forma normal, va bien en los estudios, se relaciona fenomenal con su grupo de amigos en el que está muy integrado, etc.
- Podríamos animar al niño a enfocar su gran talento que desarrolla en según qué actividades, a extrapolarlo a las demás áreas de su vida diaria, tanto en los estudios como en aquello que él encuentre interesante, así de esta forma desarrollará un interés y una motivación mayor por lo que hace.

Que debería hacer la madre orientaciones

- El único aspecto que podríamos tratar es el de las disputas que sufre con sus hermanas y en especial con la mayor, haciendo que la madre como mediadora, haga entender a la hermana que muestre más cariño y menos autoridad, y ella como madre también tiene la responsabilidad de tratar al niño con tacto, entendiendo que necesita cada vez más espacio y menos control de su libertad.

4. ¿Por qué se caracteriza la vida afectiva de Víctor?

Muerte de su padre cuando era pequeño (7años), algo que hace que en su familia tenga sobreprotección por parte de su madre.

Le afecta tener horarios o control en las cosas que no le gusta hacer.

Deja entrever una debilidad en cuanto a su imagen física (se viste mal y no deja ver su cuerpo), pero mayor en lo que respecta a la imagen psíquica, ya que llora cuando queda mal ante los demás.

Las relaciones de amistad con sus amigos son más importantes que la relación con su familia, que pasa a estar en un segundo plano, ya que sus iguales es lo más importante en este momento. Necesidad de autoafirmar un “yo” débil, identificación personal, recibir apoyo afectivo, etc.

La adolescencia intermedia

La adolescencia intermedia se caracteriza debido a que hay cambios psíquicos en los que se comienza a forjar otra personalidad diferente buscando ser cada vez más autónomos. Es aquí donde se da una autoafirmación de la personalidad, aprendiendo a reflexionar el adolescente sobre sí mismo descubriendo tanto posibilidades como limitaciones, esto último origina sentimientos de duda e inseguridad.

Se pasa de las operaciones concretas a las operaciones formales, perfeccionando así estrategias cognitivas, moviendo así al adolescente a pensar por sí mismo, lo que le ayuda a ganar en independencia de criterio y autonomía personal. Se favorece la personalización de la vida moral que pasa a ser autónoma. En esta etapa se desarrolla con más énfasis la afectividad siendo consciente de ella, además controla mucho mejor las emociones el adolescente, encauzando los sentimientos a través del amor y de la amistad.

Caso Isabel

5. Descubrimiento consciente del yo

Isabel es una chica de 16 años que muestra diferentes preocupaciones que están sacudiendo a su vida de forma directa. Está comenzando una etapa de autodescubrimiento y ello le imposibilita seguir correctamente los estudios. De tal modo que debe descubrirse así misma puesto que está constantemente distraída.

6. Época de la introspección - autoconocimiento - autocomprensión

En esta aparición del pensamiento forma, tiene numerosas dudas acerca de sus expectativas que le van a acontecer en la vida. Es una chica muy reflexiva y se muestra en ocasiones inquieta, con variaciones de humor. Todo ello en grandes razones puede ser motivado por estas dudas e inseguridades que le produce una edad en la que todavía se está descubriendo así mismo y el mundo que tiene a su alrededor

7. Razonamiento del deber

Podemos encontrar la aparición del razonamiento del deber, mediante el cual se empiezan a establecer responsabilidades en su vida y a actuar por medio de sí misma, mediante sus ideales y autonomía.

8. Aparición del pensamiento formal – reflexivo – de lo posible – pensar por sí mismo

Llevar a cabo un proceso reflexivo en esta etapa empieza a ser cada vez más relevante para que puedan comenzar a pensar qué es lo que está ocurriendo en su vida, que sea capaz de afrontarlo y aprenderlo, aunque en este caso sería más positivo hacerlo mediante la ayuda, la comprensión y el proceso de guía por parte de los padres que son fundamentales para establecer un desarrollo cognitivo y afectivo del alumno, en este caso.

9. Etapa de los sentimientos – amistad personalizada – enamoramiento

También se está aconteciendo en su vida la aparición de la etapa de los sentimientos, de la fijación de amistades más verdaderas y los enamoramientos. Quizás, en el caso de Isabel, al estar madurando, está conociendo muchos chicos, lo cual a veces le tiene distraída de otras obligaciones. Son etapas de cambios y en la que a veces acontecen crisis de afectividad en la que los padres no pueden suplir, y que se encuentran por la búsqueda de otra persona por medio de enamoramientos, que en muchos casos son pasajeros.

Caso Pedro

1. Realiza un encuadre sobre los aspectos más fundamentales que le ocurre a Pedro

Pedro:

- Alumno con ciertas necesidades motrices, debido a sus movimientos bruscos y precipitados.
- Es una persona que posee una gran inteligencia intelectual

- Se encuentra en plena adolescencia intermedia, cumpliendo 16 años
- Tiene un hermano mayor que él
- Su carácter muestra altibajos, de repente es una persona optimista como al cabo de los minutos se muestra poco motivado ante todo y depresivo
- Es contestón e incluso a veces se muestra corrige todo lo que se le dice mostrando ser en ocasiones pedante y una rebeldía inapropiada para su edad
- Es inseguro y busca refugios para encontrarse así mismo, como con el caso de la música moderna

2. Comentario sobre las operaciones formales cognitivas

Las operaciones formales cognitivas muestran un nuevo proceso de estrategias cognitivas muestran la capacidad del adolescente de pensar por sí mismo. De tener unos criterios adecuados a su pensamiento para aportar ideas y formar deducciones y razonamientos de forma autónoma. En este caso, quizás Pedro, necesitaría de una atención individualizada para reforzar la confianza en él mismo y en sus propias actitudes, convicciones y formas de actuar.

3. ¿Cómo es? ¿Quién lo entiende?

Es una persona introvertida y que se muestra rebelde. Es decir, parece que esté en otra parte, pero quizás le falta ese apoyo y esa atención adecuada para que cambie este tipo de pensamientos que le producen inseguridad. Tiene un amigo llamado Leandro, aunque en ocasiones se porta de manera injusta con él puesto que éste no tiene la culpa.

De otro modo, los que más se preocupan por el carácter de Pedro son sus padres, ya que es de vital importancia para ellos el desarrollo de su hijo. En ocasiones incluso discuten entre ellos por el comportamiento del menor, pero lo aconsejable que deberían de hacer es reunir fuerzas y puntos en común para modificar el comportamiento de Pedro.

De tal modo que incentivarán la confianza en él mismo y que le ayudarán a creer en sus propias posibilidades y limitaciones siendo realistas, pero ofrecerle una imagen real y positiva que dejara de lado sus inseguridades.

La adolescencia tardía

La adolescencia tardía es una etapa que supone una salida de la crisis de identidad en la fase anterior, es decir, el adolescente pasa de no saber quién es, ni qué le gusta y de no tener una personalidad a poco a poco ir reflexionando y solucionando estas cuestiones, lo que provoca una recuperación de un equilibrio que durante las dos etapas anteriores (adolescencia temprana y media) había perdido.

Es un momento en el que la personalidad ya no se autoafirma con el aislamiento o el enfrentamiento con los demás sino que ya es aquí cuando el adolescente busca una mayor auto exigencia en sí mismo y conseguir así una superación a sí mismo. Además a la afirmación del yo le sucede una afirmación positiva de sí mismo, del yo mejor, al servicio de las necesidades de autorrealización personal. Es también en esta edad donde surgen los grandes ideales, donde realmente ha de decidir el qué va a estudiar, se forjarán además sus amistades, el trabajo e incluso el amor. Todo ello provoca que el carácter madure. Es por ello por lo que su conducta se vuelve a reorientar, pero esta vez hacia el bien siendo a su vez como consigue adecuar su comportamiento conforme a unos principios éticos.

En definitiva, es la etapa final del adolescente donde se empieza a consolidar como persona, a tener un carácter firme, a saber realmente cuáles son sus gustos, preferencia y a reorientar lo que será su vida futura.

Caso de Marta

1. ¿Cuántos interrogantes aparecen en la vida de Marta?

La vida de Marta a su edad es un poco diferente a la que llevan muchas chicas de su edad, ya que son varios los interrogantes aunque inusuales en esta etapa de la vida

- Marta se da cuenta que necesita de personas cercanas para compartir sus experiencias, sufrimientos...

- Tiene un debate interior con la ropa lo que le provoca una gran capacidad de indecisión.
- En relación con el punto anterior le cuesta mucho actuar ya que saca pros y contras a todos los aspectos de su vida.
- Todavía no sabe qué valores prevalecen en su vida, es algo que todavía sigue buscando.

2. Imagen a esta edad y preocupación.

En cuanto a la imagen de Marta la podemos estudiar en dos partes: imagen exterior e imagen interior. En la primera de ellas, esta es una chica muy indecisa, es decir, le cuesta mucho decidir sobre la ropa que va a llevar al día siguiente e incluso ese mismo día, si ella misma se mira al espejo y no se ve bien se vuelve a cambiar las veces que haga falta hasta que se llega a ver bien, por lo que ahí se demuestra una gran inseguridad y lo que quiere es llegar a sentirse bien con ella misma, gustarse, pero para ello su autoestima y/o autoconcepto deberían mejorar. Por otro lado aparece la imagen interior, es aquella relacionada con su personalidad y su forma de ser, poco a poco va entrando en una etapa de extroversión en la que le gusta relacionarse con las demás personas, e incluso se acerca al trato con los demás ya que demuestra muchas inquietudes y preocupaciones sobre el resto.

3. ¿Qué significado tiene la amistad en estas edades?

La amistad para estas edades y sobre todo en este caso como puede ser el de Marta es muy importante, puesto que con las personas de confianza busca hablar, desahogarse, contarle sus cosas, ayudarles y sobre todo pasar un buen rato con ellas y distraerse.

4. ¿Cómo definirías la identidad personal de Marta?

La identidad personal de Marta se ha creado a una edad tardía, es una identidad la cual le ha costado mucho forjarla, pese a ello creo que es una identidad sólida. Marta al inicio de esta etapa de la adolescencia no tenía una identidad personal, sino que ésta la ha ido creando con el paso del tiempo, la identidad personal de esta es una mezcla de caracteres, con la que a través de la experiencia, del

descubrimiento de su imagen exterior y su paso a la imagen interior la ha ido poco a poco forjando. Por lo que podemos decir que la identidad personal de Marta es un poco “mezcla” de las cosas que más le gustaban de las personas que estaban cerca de esta.

5. ¿Cómo ampliar el campo de valores? ¿A qué se refiere Marta con esto?

Para ampliar el campo de valores se refiere al bien y a la belleza, para tratar el bien es hacerle saber la importancia que tienen las cosas, ya que no por pensarlas más están mejor echas ni mucho menos, sino que hay que tener fe, o esperanza en aquello que ella cree o piensa. Y por otro lado la belleza, está bien que ella se sienta bien consigo misma con la ropa, pero hay que enseñarle a ver que no todo está relacionado con ello, sino que hay algo más allá.

6. ¿Cómo se podría definir un proyecto personal de vida?

Un proyecto de vida personal sería recabar las cosas pasadas, lo que le ha ocurrido en el pasado, su forma de ser y a raíz de allí plasmar un proyecto para su vida futura, fomentando su capacidad de elección, que sepa elegir el camino correcto sin crear indecisiones y sabiendo corregir aquellos más profundos errores.

Caso de Alicia

1. ¿Quién es Alicia?

Alicia es una chica de 20 años, vive con sus padres y es la menor de seis hermanos. De pequeña fue una chica sociable, estudiosa, obediente, cariñosa... Pero que al llegar a la adolescencia temprana su carácter dio un giro totalmente se volvió asocial, no se relacionaba en casa, no tenía personalidad propia y salía con sus amigas. Pero llegó un momento en el que se sintió sola, y decidió que debería cambiar apoyándose en los demás. Descubriendo que el fallo no viene en los demás, sino en ella misma por haber adquirido tanta responsabilidad y no haberla sabido delegar en el resto de personas. A medida que pasaba los años empezó a descomplicarse a pensar bien de los demás y sobre todo a ser más positiva, no dándole ninguna importancia a como la valoraban los demás.

2. ¿Cuáles son sus problemas?

El principal problema de Alicia es que en una adolescencia temprana decidió aislarse, dejó de relacionarse con su familia, para pasar a relacionarse únicamente con sus amigas. Es aquí cuando no forja su personalidad, huyendo de todo y recalando la culpa de todo lo que le pasaba sobre el resto de personas. Además el principal problema de Alicia es que adquiere demasiada responsabilidad para su edad.

3. Este caso: ¿es frecuente en los jóvenes? ¿por qué?

Lo más frecuente en los jóvenes es que se encierran en “su mundo” y que dejen de relacionarse con los adultos. Esto ocurre posiblemente debido a que tienen ideales totalmente opuestos a los de los adultos, y debido a que piensan que no les comprenden para nada. En otras ocasiones ocurre por celos, por dejadez hacia los jóvenes e incluso porque estos últimos quieran llegar a captar la atención de los adultos.

4. ¿A qué tipo de emociones se refiere lo que le está ocurriendo?

Son emociones de inseguridad, reproche, no encontrar su sitio.

5. ¿Qué significa tocar fondo en un joven?

En un joven tocar fondo significa no encontrarse bien consigo mismo, no tener ganas de hacer nada en un momento determinado, encontrarse inseguro, no sentirse querido ni comprendido por las personas que le rodean, y sobre todo encontrarse solo y que nadie le comprenda su situación.

6. ¿Por qué se da esta situación?

Esta situación (tocar fondo) se puede dar por un alejamiento de esta persona del resto, que esta persona se sienta abandonada, incomprendida, no poder o salir forjar sus ideales.

7. Si no encuentra amigos o profesores ¿qué hubiera hecho para poder ser feliz?

Es muy difícil decir qué hubiera hecho Alicia para poder ser feliz, pero lo que tendría o debería haber hecho es recabar todos sus errores anteriores, deshacerlos

poco a poco e intentar construir y verlos para poder empezar a cambiarlos. Por otro lado tendría que buscar su propia personalidad, determinar sus gustos y preferencias para sacarlos y realizar pequeñas actividades que le gustaran, determinar su forma de vestir, saber qué estudiar y/o en qué trabajar para forjar así sus gustos y preferencias e ir creando un grupo cercano a ella.

Caso de Félix

1. ¿Quién es Félix?

Félix es un chico que tiene veinte años y estudia la carrera de Arquitectura. Tiene cinco hermanas y como es el único chico y el más pequeño, siempre ha sido mimado por sus padres.

2. Factores de riesgo.

- Mimado por sus padres → influencia negativa en su maduración
- Es perezoso
- Crisis de adolescencia: muy sensible y lo pasó mal
- No aceptaba las prohibiciones de sus padres y protestaba (Bachiller → cambio de colegio)
- Preocupación por la imagen física
- Presumido y conquistador
- En bachiller sólo pensaba en salir con sus amigos y hacer windsurfing

3. Factores de protección.

Sus padres combinaron la comprensión con la exigencia, es decir que optaron por relacionarse con su hijo “por las buenas”, lo escuchaban cuando él lo necesitaba, trataban de ponerse en su situación para comprenderle, eran cariñosos y pacientes con él, aunque todo esto sin renunciar a los criterios educativos de la familia. Todo esto hizo que Félix se volviera más razonable, dejara de salir tanto con los amigos, estudiara las horas que necesitaba. Se queda los fines de semana voluntariamente en casa con sus padres. Se ha convertido en una persona sacrificada, con la

administración económica que le dan sus padres tiene que hacer la compra, la comida, plancharse la ropa, limpiar la habitación,...

4. Vida de ocio y/o ociosa de los jóvenes.

Lo que más les suele importar a los jóvenes es cómo pasar su tiempo libre, porque si no están vigilados por sus padres, actúan libremente. La mayoría de este tiempo lo gastan para estar con los amigos (que son muy importantes durante la adolescencia).

Pero también existen riesgos que tienes que ser preventivos tanto para los padres como para los hijos. No confundir libertad con liberación de las normas y deberes. Muchas veces se aburren de llevar una rutina con sus amigos o por no saber divertirse junto a ellos a causa de la falta de novedad en lo que hacen. Riesgo de confundir ocio con ociosidad.

Lo que hay que evitar es que el adolescente evite la diversión masificada y uniforme en lugares donde puede haber alcohol y drogas. Es decir que el adolescente tiene que ser capaz de crear un ambiente de diversión con sus verdaderos amigos.

Caso de Julia

- 1. Definir qué método o estrategias educativas debería seguir Adela, madre de Julia, para conseguir los objetivos de que su hija pueda estudiar sin tanta presión. Al padre donde lo incluyes en esta entrevista y que responsabilidad tiene en este conflicto. ¿Cómo deberían tratar a su hija adolescente?**

Adela, la madre, debería ayudar a Julia a organizarse con sus deberes y estudios mediante la conversación, es decir, nosotros creemos indispensable el diálogo para la resolución de problemas y en este caso, en el que la madre agobia a Julia, Adela debería tratarla como una persona mayor y no como una niña, tiene que ser capaz Adela de superar el miedo a que Julia se confunda y sufra. Julia tiene que aprender de sus errores y además, tiene que solventarlos ella sola. Además del diálogo, también debería trabajar la comprensión, como hemos mencionado anteriormente, Adela tiene que comprender que Julia es responsable de sus actos y no puede estar encima de ella toda la vida, tiene que dejar que madure, que crezca. Y por último y

relacionándolo un poco con todo, Adela tiene que dejar que sea ella, Julia, la que decida qué hacer antes o después, cómo organizarse, etc.

Además, le debe ayudar a crear una rutina en la que Julia sea la responsable de lo que hace, y debe hacerle reflexionar sobre su bajo rendimiento escolar, con el fin de que sea ella misma quien encuentre la solución a su problema, dándose cuenta de las causas del mismo. En el caso de que Julia no sea capaz de solventarlo, pasaríamos a ayudarle, pero creemos conveniente que primero sea ella la que lo intente.

La responsabilidad del padre en este conflicto es tanta como la de la madre, ya que el padre peca de ser justo lo contrario a la madre, es decir, es muy permisivo. Así pues, creemos que es tan malo ser tan permisivo como tan “agobiante”, tienen que buscar ambos un término medio.

En particular, el padre de Julia, ha de cambiar su actitud ante los estudios de su hija, participando más activamente en la formación académica de la misma, y colaborar con la madre en todas las estrategias educativas.

Los padres deberían tratar a Julia dándole mayor libertad dentro de unos límites, que previamente hayan establecidos entre los tres, con el fin de que Julia desarrolle su autonomía personal y sea capaz de comprobar que en función de sus decisiones alcanzará consecuencias positivas o negativas.

Caso de Santiago

- 1. Cómo profesor tutor de Santiago, ¿qué planteamiento sería conveniente hacer a los padres en una entrevista con ellos? ¿qué tipo de orientación le podría servir a Santiago hasta llegar a un compromiso para terminar bien el Bachillerato?**

El planteamiento que debería ser empleado con los padres de Santiago en una posible reunión sería las siguientes: Que sean partícipes de forma activa en la mejora de la facilitación del autoconocimiento, la aceptación de sí mismo y el incremento de la autoestima de Santiago, así como, llevar a cabo ciertas estrategias educativas con el

objetivo de fomentar la maduración educativa y competencial de su hijo. Sería muy positivo que los padres ayudaran a Santiago a analizar los itinerarios académicos y profesionales teniendo en cuenta cual son los que más se ajustan a sus posibilidades y preferencias, así como su repercusión profesional futura.

El tipo de orientación que podría ser utilizado para que Santiago cumpla los objetivos (acabar bien el bachillerato) teniendo en cuenta sus características académicas podrían ser las siguientes:

En primer lugar, orientaciones a nivel personal, aprovechando situaciones idóneas para mejorar su autoestima, también sería idóneo promocionar actitudes participativas en el aula y fuera de ella, así como potenciar en Santiago actitudes para que se plantee sus necesidades, expectativas, problemas y dificultades para que el mismo halle la mejor respuesta.

En segundo lugar, orientaciones a nivel académico, orientando en la planificación y realización de tareas escolares, sería conveniente la personalización de los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como un seguimiento global de los procesos de enseñanza y sobretodo fomentar estrategias de aprendizaje.

Y por último, orientaciones a nivel profesional. Teniendo en cuenta que se encuentra en la etapa de bachillerato sería muy conveniente informar y orientar en la elección de materias optativas de acuerdo con sus intereses educativos y capacidades. Fomentar su proceso de maduración vocacional y profesional. Y también implicarse en la facilitación de su autoconocimiento para que tome sus propias decisiones académicas y profesionales.

ANEXO II

Al finalizar la etapa de E.S.O. los alumnos deberán alcanzar las siguientes capacidades (en relación con el área de E.F.) enunciadas en los siguientes objetivos (Orden de 9 de mayo de 2007, BOA de 1 de junio de 2007). Dentro de los objetivos he analizado la coherencia interna que tienen en relación tanto con los objetivos generales del currículo Aragonés, las competencias y los criterios de evaluación.

	OBJETIVOS	Relación - Criterio	Relación - Objetivo
1	Mejorar las cualidades físicas relacionadas con la salud a partir de la valoración del nivel inicial	3	3 y 5
2	Conocer hábitos higiénicos y posturales saludables como medio para mejorar las condiciones de salud y la calidad de vida	1 y 2	1 y 2
3	Mejorar la técnica de actividades deportivas individuales según las posibilidades de cada alumno	4	7
4	Aplicar los fundamentos técnicos y tácticos en juegos o actividades deportivas colectivas teniendo en cuenta los aspectos actitudinales	5	7 y 8
5	Transmitir y trabajar el mensaje de importancia que tienen los Juegos Tradicionales Aragoneses con los compañeros	6	9 y 11
6	Realizar actividades de rastreo en un recorrido por el centro o sus instalaciones respetando el entorno físico o social	7	6
7	Realizar actividades físico deportivas aplicando los fundamentos reglamentarios y responsabilizándose de una adecuada utilización de los materiales e instalaciones	8	7
8	Realizar de forma autónoma un recorrido de senderismo cumpliendo las normas de seguridad básicas con una actitud de respeto hacia la conservación del entorno conociendo las posibilidades que tiene la Comunidad Foral de Aragón.	7	7 y 12

ANEXO III

ARTÍCULOS DE LA ASIGNATURA

ARTÍCULO 1: Del Villar, F. (2009) La calidad del aprendizaje en la educación física.

¿Cuál es nuestra opinión sobre la presencia de la competencia motriz en las clases de E.F.?

Dentro de las clases de educación física, nuestra opinión como docentes hace alusión a la importancia de una competencia ligada directamente con la educación física, es decir, no sólo de “educar a través del movimiento”, sino también una “educación del movimiento”.

Desde hace años se viene utilizando la educación física para el desarrollo de otras competencias motrices diferentes a la específica que era tiempo atrás la del trabajo motriz exclusivo del alumnado, estas competencias se refieren a la socialización, mejora de la salud u ocupación del tiempo de ocio por parte de los alumnos, algo que hoy en día nos perjudica al perder nuestra competencia básica dentro de las ocho competencias básicas que recoge el currículo para la educación integral de los alumnos de E.S.O.

¿Cómo podemos encontrar el equilibrio entre “enseñar competencia motriz” y “enseñar a través de la competencia motriz”?

Por parte de los responsables de la educación física como somos los profesores de la asignatura, debería existir una complementariedad entre enseñar competencia motriz y enseñar a través de la competencia motriz, ya que tienen una gran importancia en los aspectos de desarrollo de los alumnos, tanto por la adquisición y mejora de las cualidades físicas, como por el trabajo de las otras competencias básicas que se relacionan con el área de la educación física como son la socialización, la mejora de la salud, etc., nombradas anteriormente, dando una calidad de enseñanza integral para los alumnos.

Basándonos en el constructivismo, sería necesario a la hora de desarrollar un aprendizaje motriz, que éste tuviese un desarrollo del conocimiento sobre aquello que va a ejecutar, y un desarrollo de la acción propiamente dicha y su aplicación, algo a lo que se había llegado tras la desaparición del modelo mecanicista.

Así que dentro del aprendizaje de una competencia motriz, también se enseña a través de esa competencia motriz, ya que es necesario ese componente cognitivo importante de cara a la ejecución de una tarea (saber hacer), una actitud positiva (sentir) y la propia tarea (hacer).

Por ejemplo si utilizamos la tecnología dentro de las clases de educación física a la hora de realizar cualquier tarea, bien sea un GPS para una clase de orientación, o un Pulsómetro para pruebas de resistencia, estaremos integrando a los alumnos dentro de una enseñanza de calidad en la que se despierta un interés de investigar sobre las aplicaciones de las NN.TT. a cualquier otro campo de la vida diaria, y no olvidemos que hoy en día los alumnos han crecido dentro de la era de las cada vez más abundantes Nuevas Tecnologías.

ARTÍCULO 1B: Me muevo, luego existo.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	2-12-2013
Referencia bibliográfica (normas APA)	Martín R. y Fernández del Olmo M. (2013, 26 de septiembre). Me muevo, luego existo. <i>El Mundo</i> . P.21.
Breve Resumen	<p>En el texto se trata la problemática de las instituciones sobre el debate de nuestro sistema escolar de carácter dualista, algo que crea problemas en la salud de los alumnos de los centros, haciendo que estos disminuyan el rendimiento académico de forma notable, a causa de la obesidad infantil, la baja capacidad de esfuerzo, etc., abocando al aumento del fracaso escolar.</p> <p>Existen estudios que determinan que los niños que realizan una actividad física de forma continuada en el tiempo, obtienen mejores resultados a nivel académico.</p> <p>En la actualidad con la mencionada ley de la LOMCE que el estado quiere instauran, parece que se va a seguir en la misma línea errónea en la que se ha estado hasta ahora, y esto hace que no se den cuenta de la importancia de la educación física en los niños, con los beneficios que supone para ellos y la mejora a nivel económico y de salud que sería para sociedad en la que estamos inmersos.</p>
Palabras clave	LOMCE, DUALISMO, RENDIMIENTO ESCOLAR, ACTIVIDAD FÍSICA.
Aspectos significativos, ideas clave	Mejora del rendimiento académico a través de la instauración de la educación física en los centros con un carácter de mayor continuidad.
Dudas y cuestiones	Acerca de los estudios realizados, ¿han sido contrastados?

Reflexiones para el debate	A nivel de los docentes, ya que existen estudios que nos respaldan, debería de presionarse y dar más a conocer esta mejora del rendimiento a través de la educación física continuada.
(Otros...)	

ARTÍCULO 1C: España, la que menos Educación Física hace.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	9-12-2013
Referencia bibliográfica (normas APA)	García v. (2013, 8 de Abril). España, la que menos Educación Física hace. Diario electrónico <i>El Referente</i> . Estudio de Eurydice.
Breve Resumen	<p>Este artículo hace referencia a las horas de educación física que se dedican en la ESO, y las diferencias a nivel europeo que son muy grandes. Por ejemplo el Parlamento Europeo aconseja realizar tres horas a la semana, mientras que en España se fija como obligatoria solamente una semana, cumpliendo en la actualidad con 2 horas y media, algo que nos coloca a la cola en Europa dentro del porcentaje destinado a la Educación Física con entre un 3% y 4% ya desde el año 2006.</p> <p>La idea según se plantea desde el Consejo de Colegios Oficiales de Licenciados en Educación Física, sería la de ampliar la obligatoriedad de la Educación Física a las 3 horas semanales, para en un futuro poder llegar al objetivo de las 5 horas a la semana para poder aproximarnos a países como Francia en el que se realizan 100 horas anuales, y no las entre 24 y 35 horas que dedicamos en España a esta asignatura, tan importante para el desarrollo integral del alumnado, dado su doble valor educativo.</p>
Palabras clave	Educación Física; diferencia Europea; Doble valor; España a la cola
Aspectos significativos, ideas clave	Dentro de la importancia de la Educación Física para el desarrollo de los alumnos, es importante destacar una reivindicación por parte de los competentes de esta materia, para poder desarrollar esta asignatura como se merece. Muchos de los valores que se tienen en la educación de los alumnos,

	<p>vienen dados por la importancia que se le da en la sociedad, pero creo que cada vez existe una mayor conciencia social acerca de todo lo que implica la Educación Física.</p>
	<p>Mirando estudios al respecto, y comparando España con Francia, me he dado cuenta de que en nuestro país no se destinan tantas horas a la Educación física como se debería, pero por otro lado a nivel global en la vida de los estudiantes de los dos países, nuestros alumnos, fuera del centro, realizan mucha más actividades físicas y deporte que en el país vecino, influyendo factores sociales, costumbres, horarios, climatología, etc. Esto hace que la balanza del deporte en el desarrollo de los niños se equilibre, pero siendo necesario un aumento de la Educación Física en los centros, ya que son radicalmente diferentes los puntos que se desarrollan dentro que fuera de los centros, como son los valores sociales, ambientales, de mejora de la salud, etc.</p>
Dudas y cuestiones	¿Llegará algún día el aumento de horas destinadas a la Educación Física en los centros educativos? ¿Qué materias son las que perderían horas a favor de la Educación física? ¿Los padres de los alumnos aprobarían esa pérdida de horas de las asignaturas?
Reflexiones para el debate	Se debería de intentar valorar el deporte de los alumnos fuera de los centros para intentar introducirlos dentro, es decir, que los alumnos también aporten su parte de formación de los compañeros, con inquietudes, conocimientos, etc.
(Otros...)	

ARTÍCULO 1D: La Educación Física y el Deporte en la escuela en Europa.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	11-12-2013
Referencia bibliográfica	La Educación Física y el Deporte en la escuela en Europa. Página web <i>Eurydice</i> .
Breve Resumen	<p>El artículo trata la información de la Educación Física a nivel Europeo, donde se plasman las grandes diferencias entre los países de la importancia que adquiere en cada uno de ellos a la hora de llevarla a cabo en los centros educativos.</p> <p>Importante saber que en todo Europa se incluye como asignatura obligatoria dentro del currículo, y las curiosidades que nos presentan las diferencias entre los países, tales como que en los países nórdicos, utilizan los mapas y la orientación en un contexto natural, en la república checa, Alemania y noruega las normas de tráfico para peatones y bicicletas se imparten en la materia de educación física, y en Eslovenia existe hasta un “minuto de la salud”, donde los alumnos aprovechan para realizar estiramientos y relajarse durante un tiempo.</p> <p>En la mayoría de los países trabajan la natación y la Gimnasia como parte obligatoria dentro de las actividades propuestas en la asignatura de educación física, mientras que en España no están presentes ninguna de las dos.</p> <p>Los deportes de invierno, como es lógico, aparecen en los programas de los países nórdicos.</p> <p>Por otra parte nos hace mención a la baja proporción de horas de educación física comparada con las demás asignaturas, algo que se debe a que se percibe como menos importante.</p> <p>La asignatura de educación física se evalúa como las demás asignaturas en la mayoría de Europa, y los profesores son especialistas de la asignatura, y cuanto más alto es el nivel educativo, mayor probabilidad de que el profesor sea un especialista en la asignatura.</p>
Palabras clave	Europa; Educación Física; Deporte; Especialistas de la asignatura

Aspectos significativos, ideas clave	Dentro del texto hay una idea que me parece destacar, y es la diferencia de las actividades obligatorias dentro de la asignatura de Educación Física, algo que se debe a las instalaciones, la climatología y algunas costumbres, pero por norma general, en Europa existe una homogeneidad de estas actividades, algo beneficioso, ya que podrían fijarse en consenso a nivel europeo, de forma que cada uno aporte los beneficios de su propuesta, para llegar a una educación de calidad dentro de toda la comunidad europea en lo que a Educación Física se refiere. Cuando hace referencia a la menor proporción de las horas lectivas dedicadas a la educación física respecto a las demás asignaturas, propiciada por una menor percepción de importancia, creo que como docentes deberíamos presionar a los ministerios para que se nos reconozca la asignatura con la importancia que se merece, ya que en algunos de los países europeos la consideración de esta asignatura gana muchos puntos en relación a España.
Dudas y cuestiones	
Reflexiones para el debate	Obligatoriedad de las actividades de los diferentes países de Europa con un carácter homogéneo.
(Otros...)	

ARTÍCULO 2: Lo que los Deportes Enseñan cuando se Aprenden los Deportes.

1.- ¿Por qué un alumno puede no sentirse a gusto en el deporte o en la EF?

La falta de experiencia, el exceso de competitividad, la mala praxis, baja autoestima en el E.F. y repetidos fracasos dan origen a una falta de predisposición y motivación, la cual hace que no quieren realizar educación física.

2.- ¿Por qué un alumno puede llegar a expresar “no soy bueno en los deportes”?

Por la percepción de falta de competencia y falta de cualidades que se tienen de uno mismo.

3.- ¿Qué importancia tienen nuestras acciones como docentes?

Tenemos gran importancia como docentes actuando a través de la integración de todos en las actividades y motivando con objetivos de éxito a corto plazo.

4.- ¿Qué consecuencias positivas y negativas pueden tener?

Según nuestra correcta o no actuación, el alumno puede llegar a motivarse y alcanzar un grado de empatía con la E.F., o por el contrario puede llevarle a un rechazo de la E.F. y total aislamiento de las actividades.

5.- ¿A qué se denominan necesidades psicológicas básicas? ¿Crees que están presentes y pueden satisfacerse en las clases de EF?

Saber relacionarse con los demás, sentirse competente y sentirse autónomo en la práctica de la actividad física.

Estas necesidades están presentes en la E.F., y ayudan a autorealizarse en estos aspectos a través del deporte.

6.- Con relación al clima motivacional que se genera en una clase de EF. ¿Qué errores son comunes en la práctica docente?

Un clima basado en la comparación social, superación de los demás, fomentar lo competitivo, puede generar un clima incómodo e incluso insopportable.

7.- ¿Qué podemos hacer para contrarrestarlos?

Un clima centrado en la maestría, en la superación personal, en el dominio de las habilidades, en el que no sea necesario compararse constantemente con los demás, es más inclusivo y favorable al aprendizaje, y promueve un desarrollo personal para todos y todas.

Podemos crear unas adaptación es a las tareas a desarrollar durante las sesiones, de forma que se simplifiquen las normas, técnicas, tácticas, etc. para conseguir unos determinados objetivos que nos creen mayor motivación en el alumnado.

8.- ¿Qué estándares de referencia se utilizan en muchas ocasiones durante las clases de EF? ¿Qué consecuencias pueden tener?

Se tiene más en cuenta a los alumnos que realizan las tareas de forma correcta, sin importarnos tanto aquellos a los que les cuesta conseguirlas. Esta es una de las formas en la que muchos docentes no individualizan la enseñanza, y así logran que sea difícil que algunos de los alumnos se sientan competentes, por lo que se desmotivan y pierden el interés por la asignatura.

Orientación al ego y orientación a la tarea.?

9.-De la lectura del artículo, ¿qué necesidades se desprenden para la práctica docente?

ARTÍCULO 3: Importancia del apoyo de autonomía en la figura del docente en educación física.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	17-12-2013
Referencia bibliográfica (normas APA)	Moreno – Murcia J.A. y Conde C. (2012, Julio). Importancia del apoyo de autonomía en la figura del docente en educación física. Revista <i>Tándem</i> (40) pp. 18-27.
Breve Resumen	Dentro de los diferentes estilos de enseñanza de los que dispone el profesorado de educación física, está el de dar soporte de autonomía al alumnado, para que de esta forma tenga una motivación por las actividades, y sepa obtener recursos interiorizados que le sean útiles a la hora de enfrentarse a las tareas propuestas.
Palabras clave	Autonomía; Motivación autodeterminada; Mediadores psicológicos; Teoría de metas de logro; Éxito; Fracaso.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>El soporte de autonomía lo podemos afrontar desde varias perspectivas, una de ellas es la teoría de las metas de logro, algo que responde a cómo los alumnos entienden el éxito y el fracaso, dependiendo de la valoración que el estudiante realiza de sí mismo a través del clima motivacional, que puede estar orientado al ego (el alumno se compara con los demás) o la tarea (el alumno valora el aprendizaje, a sí mismo y su mejora).</p> <p>Dentro del clima motivacional existen valores como las metas sociales, muy importantes por ser parte imprescindible en el desarrollo de los adolescentes con el grupo de iguales, y más en nuestros tiempos, donde las redes sociales también juegan un papel principal en el desarrollo de muchos de nuestros alumnos.</p> <p>En la educación física se hace referencia a la meta de responsabilidad y la meta de relación, ya bien sea para la aceptación de reglas dentro de unos roles establecidos, o bien como hemos comentado anteriormente, para las relaciones sociales dentro de su entorno.</p>

	<p>Otra perspectiva desde la que podemos ver el soporte de autonomía es la teoría de la autodeterminación y educación física, la cual estudia la motivación desde un punto de vista social, educativo y deportivo, centrándose en tres necesidades psicológicas básicas como son la percepción de competencia, la autonomía y la relación con los demás.</p> <p>Plantea diferentes grados de motivación: motivación extrínseca, motivación intrínseca y desmotivación. Cuanta más autonomía y voluntariedad, más percepción de competencia, autonomía y relación con los demás.</p> <p>En el texto hace referencia a dos tipos de docentes, el controlador y el que genera autonomía en educación física, y dentro de dar soporte de autonomía, utiliza varias estrategias para conseguirlo, como son que el alumno sea protagonista de los aprendizajes, a través de una indagación propuesta por el profesor a través de las tareas, para que sea el alumno el promotor de la resolución de los problemas.</p>
Dudas y cuestiones	¿En todas las tareas que se pueden proponer dentro de una unidad didáctica, y para todos los contextos de alumnado, es necesario generar una autonomía del aprendizaje?
Reflexiones para el debate	<p>¿Están los profesores utilizando todas estas estrategias de aprendizaje para las diferentes asignaturas a parte de la de educación física?</p> <p>Creo que se deberían incluir planes de reciclaje para aquellos docentes que no saben de la existencia de las diferentes estrategias de aprendizaje, ya que se les da una gran importancia a la hora de formar a los futuros alumnos, y así se haría una educación de mayor calidad y homogénea en muchos aspectos en los que en la actualidad se queda algo incompleta.</p>
(Otros...)	

ARTÍCULO 4: Facilitación de la autonomía en el alumnado dentro de un modelo pedagógico d educación física y salud.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	22-12-2013
Referencia bibliográfica (normas APA)	Peiró-Velert C.; Pérez Gimeno E.; Valencia-Peris A. (2012, Julio). Facilitación de la autonomía en el alumnado dentro de un modelo pedagógico d educación física y salud. Revista Tándem (40) pp. 28-44.
Breve Resumen	<p>En este artículo han presentado una propuesta de salto con combas, como actividad de aprendizaje dentro de un modelo pedagógico de educación física y salud. El artículo hace referencia a la importancia que tiene la autonomía en el alumnado a la hora de aprender a través de un modelo pedagógico de educación física y salud, donde los alumnos tengan motivación por realizar actividad física más allá de la educación física obligatoria de la etapa escolar.</p> <p>Habla de las metas de logro, la autodeterminación y el clima motivacional de aula como las claves para conseguir esa inquietud por la educación física y el entorno que la rodea por parte del alumnado.</p> <p>Para crear un clima motivacional de aula positivo, es necesario que se atienda a las tres necesidades psicológicas básicas, que son la percepción de competencia, la autonomía y la relación con los demás, algo que se nombra como importante para la motivación intrínseca de los alumnos, que también se sentirán mejor emocionalmente, mejorarán su bienestar personal y social, y por lo tanto su salud.</p>
Palabras clave	Salto a la comba; clima motivacional; vida saludable; características del alumnado; experiencias satisfactorias
Aspectos significativos, ideas clave	Podemos conseguir una motivación intrínseca en el alumnado a través de un clima motivacional de aula positivo Destacar la importancia de que los alumnos satisfagan las tres necesidades psicológicas básicas para poder disponer de ese clima motivacional que va a ser positivo para su aprendizaje. Autonomía del alumnado atendiendo a las características de cada uno, de

	<p>forma que individualicemos el aprendizaje.</p> <p>Las experiencias positivas son importantes para todos los alumnos, de forma que ellos mismos se sientan competentes en todo aquello que se les propone.</p> <p>Las relaciones sociales y el respeto a los iguales es uno de los valores que intentamos transmitir en el salto de combas, así como un reto personal donde puedan ver la progresión que tienen dentro de la actividad.</p> <p>La autoestima de cada uno de los alumnos también afecta a la motivación por las actividades, por eso es importante que se sientan bien consigo mismos, inculcando valores de aceptación del propio cuerpo y de respeto a los demás.</p> <p>El docente deberá dar sentido a todas las actividades de comba que se realicen, explicando la finalidad de cada una de ellas, para hacer un aprendizaje más significativo de lo que se trabaja en las clases.</p> <p>Se cede autonomía al alumnado para que se sienta participe de su propio aprendizaje y se implique en la toma de decisiones, involucrándose así en roles de responsabilidad dentro de la gestión propia de las tareas.</p> <p>Es importante hacer partícipe al alumnado de la evaluación, ya que de esta forma favoreceremos su implicación en las actividades y su sentimiento de autonomía.</p> <p>Si el alumnado se percibe competente, autónomo y bien relacionado en un grupo, estará más motivado intrínsecamente, se mostrará mejor emocionalmente y esto favorecerá su bienestar personal y social y su salud.</p> <p>Diferentes niveles de progresión para generar autonomía en los alumnos, donde en los primeros niveles el profesor da una enseñanza más dirigida y en los niveles de más autonomía del alumnado, el profesor simplemente es un orientador, observador y motivador de los alumnos.</p> <p>Los criterios de evaluación dentro del salto de combas se centran más en el progreso, la capacidad, el respeto, la participación y la evolución del alumnado que en una finalidad a conseguir.</p>
Dudas y cuestiones	¿Estas estrategias motivacionales son extrapolables a otras materias dentro de los centros, o por el contrario sólo funcionan bien en la asignatura de Educación Física?
Reflexiones para el debate	Dada la importancia de las estrategias metodológicas a seguir para crear climas motivacionales positivos en los alumnos, sería necesaria una formación por parte de todos los docentes en este aspecto, de cara a tener una educación formativa de calidad, en la que todos los alumnos se sientan competentes y motivados por aquello que hacen.
(Otros...)	Un artículo interesante en el que se plasma el contenido teórico expuesto con ejemplos de aplicación dentro de la educación física, algo que resulta útil de cara a nuestra formación como futuros docentes.

ARTÍCULO 5: Coeducación y climas de aprendizaje en educación física. Aportaciones desde la teoría de Metas de Logro.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	8-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	Moreno J.A, Sicilia A., Martínez C., Alonso N. (2008). Coeducación y climas de aprendizaje en educación física. Aportaciones desde la teoría de Metas de Logro. <i>Revista internacional de ciencias del deporte</i> , 11 (4), 42-64.
Breve Resumen	<p>En el artículo trata de abrir un planteamiento de climas de aprendizaje que favorezcan la igualdad de oportunidades de alumnos de diferentes sexos, y para ellos nos plantea una estrategia basada en las áreas del TARGET.</p> <p>Los docentes que generan un clima motivacional orientado a la tarea, crean una mayor percepción de igualdad, así como los que lo orientan al ego propician una percepción de discriminación por parte del profesor.</p>
Palabras clave	Coeducación, clima motivacional, teoría de Metas de Logro, educación física.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>La teoría de las metas de logro está vinculada con la percepción de competencia de los alumnos, y esto provoca una motivación intrínseca, diversión, interés, satisfacción, etc., algo que hace desencadenar un aprendizaje cooperativo y un mayor esfuerzo voluntario por la tarea. La motivación orientada a la tarea también produce una mayor igualdad entre sexos y mayor disciplina y coeducación.</p> <p>Por otro lado, la motivación orientada hacia el ego produce mayores sentimientos afectivos negativos, presión, mayor competición y conlleva a una evaluación por comparación. También provoca desigualdad entre sexos, unos mayores comportamientos de indisciplina y mayor discriminación que la orientada a la tarea.</p>

	<p>Los 6 escenarios de aprendizaje (TARGET: tarea, autoridad, reconocimiento, agrupación, evaluación y tiempo) pueden favorecer la coeducación en clases de educación física.</p> <p>Tarea: Diseñar actividades basadas en la variedad, el reto personal y la implicación activa, mediante la consecución de objetivos a corto plazo.</p> <p>Autoridad: Implicar a los sujetos en las decisiones (de manera temporal) y en los papeles de liderazgo. Ayudar a los sujetos a desarrollar técnicas de autocontrol y auto-dirección.</p> <p>Reconocimiento: Del progreso individual y de la mejora en el que los alumnos puedan ser capaces de obtener recompensas positivas por parte del profesor con las mismas oportunidades para todos. Centrarse en el auto-valor de cada individuo.</p> <p>Agrupación: Los alumnos se agrupan de forma flexible y heterogénea. Posibilitar múltiples formas de agrupación.</p> <p>Evaluación: utilizar criterios relativos al progreso personal y dominio de la tarea. Auto-evaluación. Evaluación privada y significativa. Evaluación del docente.</p> <p>Tiempo: posibilitar oportunidades al alumno, así como tiempo para afianzar su progreso, ayudarles a establecer y saber programar el trabajo.</p>
Dudas y cuestiones	
Reflexiones	Desde siempre ha habido más facilidad para que los chicos realicen

para el debate	actividad física en nuestro país, ya bien sea por cuestiones culturales o por otros aspectos, pero ahora parece que la actividad física tiene mayor presencia en las chicas, anteriormente vetadas en muchos de los deportes “de chicos”, que hace que evolucione y exista un equilibrio entre los dos sexos muy positivos a nivel educativo, y que debería tenerse muy en cuenta a la hora de inculcar valores en los centros educativos importantes para la sociedad en la que vivimos.
(Otros...)	

ARTÍCULO 6: Relación del tipo de feed-back del docente con la percepción de autonomía del alumnado en clases de educación física.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	9-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	Moreno-Murcia J.A., Huéscar E. (2012). Relación del tipo de feed-back del docente con la percepción de autonomía del alumnado en clases de educación física. <i>Fundación infancia y aprendizaje</i> , 35 (1)
Breve Resumen	En el texto se hace referencia a un estudio de la importancia y utilidad de dar por parte de los profesores, un feed-back positivo general a los alumnos, del conocimiento del rendimiento, y no verbal positivo, se relacionaba con la percepción de autonomía por parte del alumnado, el cual tenía mayor motivación por las clases de educación física.
Palabras clave	Autonomía, educación física, feed-back, motivación, sexo.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>El marco europeo invita a los docentes a fomentar la autonomía en los alumnos de ESO, para que el alumno sea capaz de emprender, desarrollar y evaluar acciones o proyectos con responsabilidad y confianza al final de su formación obligatoria.</p> <p>Las clases de educación física se presentan como un contexto ideal para estimular el comportamiento autónomo de los estudiantes, ya que si reciben experiencias positivas, los alumnos tendrán una mayor persistencia o continuidad en el futuro con esa actividad.</p> <p>El feed-back positivo aumenta la motivación en personas que tienen una orientación dirigida a una meta, mientras que para las personas que se sienten obligadas a aprender es más efectivo el feed-back negativo (Van-Dijk y Kluger, 2000, 2001).</p> <p>Los resultados sobre la relación del feed-back del docente y la percepción de autonomía teniendo en cuenta el sexo de los alumnos de</p>

	<p>educación física, están relacionados con los trabajos que defienden que el feed-back es más frecuente en chicos que en chicas, los cuales perciben más feed-back positivo general, por lo que la diferencia sería cuantitativa y cualitativa.</p> <p>Existen otros factores que intervienen en las diferencias entre sexos, y pueden ser el sexo del docente o la composición de género de la clase.</p> <p>Para llegar a fomentar en los alumnos la práctica físico-deportiva de forma autónoma y continuada, es más beneficioso que el docente use feed-backs de carácter positivo, ya que tanto el feed-back positivo verbal como el no verbal se relacionan positivamente con la autonomía mientras que el feed-back no verbal negativo no parece relacionarse con la percepción de autonomía.</p> <p>El feed-back sobre el rendimiento alcanzado también se relaciona positivamente con la percepción de autonomía.</p>
Dudas y cuestiones	Dentro de los estudios realizados, ¿se tiene en cuenta el contexto social de los estudiantes y los recursos de los que disponen para realizar actividad física fuera del aula?
Reflexiones para el debate	En mi opinión, el artículo debería explicar de forma más ejemplificada sobre todo los estudios, algo que a mi parecer no se sabe con certeza, ya que no se ha contrastado si en u futuro los alumnos a los que se les dan los feed-back, realmente están haciendo más actividad física fuera del centro escolar o no.
(Otros...)	A parte del clima motivacional y generar autonomía dentro de las clases de educación física, para que los alumnos lleguen a tener una adhesión a la actividad física fuera del centro escolar, también influirán en gran medida el entorno en el que se encuentren, el nivel socio-económico de la familia, las costumbres (hijos de futbolistas juegan al futbol), el tiempo del que dispongan (puede ser que tengan extraescolares o clases de apoyo de otras asignaturas), la ubicación de los niños, los recursos deportivos, etc.

ARTÍCULO 7: Aplicación de modelos de ecuaciones estructurales al estudio de la motivación de los alumnos en las clases de educación física.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	9-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	Cervelló, E., Iglesias D., Moreno P., Jiménez R., Del Villar F. (2003, 10 de Febrero). Aplicación de modelos de ecuaciones estructurales al estudio de la motivación de los alumnos en las clases de educación física. <i>Revista de educación</i> , 335 (2004), 371-382.
Breve Resumen	<p>Este artículo de una revista de educación, trata de una investigación llevada a cabo en la que se relaciona la implicación motivacional de los alumnos de educación física y su percepción del clima motivacional establecido por el profesor.</p> <p>La investigación se realiza con 110 alumnos de 3º y 4º de ESO</p> <p>A modo de conclusión del estudio realizado se muestra la importancia del clima motivacional como variable influyente sobre la implicación motivacional de los alumnos durante el desarrollo de una sesión de educación física.</p>
Palabras clave	
Aspectos significativos, ideas clave	<p>En el deporte y la educación física una de las principales necesidades desde el punto de vista de la motivación es demostrar la capacidad o competencia. Esta competencia o habilidad, puede variar de unos sujetos a otros y de unas situaciones a otras.</p> <p>Esta concepción de habilidad y demostración de competencias, en el momento que está basada en la comparación social se conoce en la perspectiva de metas de logro como orientación al ego. Por otro lado, si consideran que se refiere a mejorar el proceso de ejecución personal, sin comparación externa para juzgar su habilidad, y social, hablamos de</p>

	<p>orientación a la tarea.</p> <p>Los sujetos orientados a la tarea, presentan mayores índices de valoración en estos aspectos relacionados con la práctica deportiva.</p> <p>El clima motivacional es el conjunto de señales situacionales o del entorno. En entornos donde se fomenta la competición interpersonal, evaluación pública y la retroalimentación normativa, ayudan a que aparezca una habilidad relacionada con el ego, y si el entorno enfatiza el proceso de aprendizaje, la participación, el dominio de la tarea individualizado y resolución de problemas, fomentan la aparición de habilidades basadas en los criterios de la tarea.</p> <p>El tercer factor de las metas de logro es el estado de implicación; el cual es el resultado del conflicto entre la orientación disposicional y el clima motivacional percibido.</p> <p>El clima motivacional es el principal responsable de la aparición del estado de implicación, bien hacia el ego o hacia la tarea, dependiendo del tipo de clima motivacional creado en torno al alumno.</p>
Dudas y cuestiones	Durante el desarrollo de la sesión, ¿cómo fomentaremos un clima ego en según qué unidades didácticas de competición? Y ¿Cómo lo extrapolamos a las demás asignaturas del centro?
Reflexiones para el debate	<p>Inclusión en los programas de formación del profesorado aspectos que tengan que ver con la importancia de los climas motivacionales en las clases de educación física.</p> <p>¿Deberíamos cambiar la orientación a la competición en los chicos para equilibrar la balanza de la implicación a la tarea de las chicas? ¿</p> <p>Esta orientación al ego proviene de unas costumbres que pasan de generación a generación con influencia de aquellos deportes en los que son mayoritarios los chicos?</p>
(Otros...)	Desde siempre las chicas han participado en deportes de carácter individual, y los chicos de equipo, ya sea por costumbre o por el tipo de

deporte estandarizado para cada sexo, y como consecuencia de ello los chicos siempre han tenido una implicación al ego mayor, ya que se les ha educado de forma competitiva en la mayoría de los deportes.

ARTÍCULO 8: Un estudio cuasi-experimental de los efectos del clima motivador tarea en las clases de Educación Física.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	11-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	González Cutre, D., Sicilia A., Moreno J.A. (2010, 16 de Enero). Un estudio cuasi-experimental de los efectos del clima motivador tarea en las clases de Educación Física. Revista de Educación, (356), 677-700.
Breve Resumen	<p>El texto hace referencia al estudio sobre el objetivo de analizar los efectos de intervención de un clima motivador tarea sobre diferentes variables motivadoras.</p> <p>El estudio analiza la intervención de los efectos del clima tarea sobre la competencia percibida, las metas de logro 2x2, las metas sociales, las diferentes formas de motivación establecidas por la teoría de la autodeterminación y el flow disposicional. Todo ello busca el resultado de la importancia de los climas motivadores para la mayor adherencia de los alumnos a la práctica de actividad físico-deportiva.</p>
Palabras clave	Clima motivador; competencia; Metas de Logro 2x2; Metas Sociales; motivación autodeterminada, <i>Flow</i> .
Aspectos significativos, ideas clave	<p>La educación física es un medio excelente para desarrollar conocimientos y actitudes positivas hacia la práctica físico-deportiva, sin embargo las malas experiencias con las actividades en la adolescencia pueden influir negativamente en la intención de ser físicamente activos en la etapa adulta por lo que es un arma de doble filo a tener en cuenta a la hora de realizar las sesiones con los alumnos.</p> <p>Elliot (1999), establece cuatro metas de logro, aproximación-rendimiento (los estudiantes tratan de demostrar una mejor ejecución que sus compañeros), aproximación-maestría (alumnos buscan el aprendizaje y desarrollo personal de habilidades), evitación-rendimiento (intención por parte de los alumnos de evitar ser peor que otros), y evitación-maestría (el objetivo es evitar la falta de</p>

entendimiento y aprendizaje de la asignatura.

El clima motivador tarea se relaciona con las consecuencias más positivas, tanto en el ámbito cognitivo, como en los ámbitos conductual y afectivo; puede influir positivamente en el desarrollo de las metas de relación y responsabilidad; y se asocia con formas de motivación más autodeterminadas.

En climas motivadores orientados al ego las diferentes consecuencias pueden ser “maladaptativas”.

Otro tipo de metas que podrían estar influidas por el clima motivador percibido son las metas sociales, tanto la meta de responsabilidad como la meta de relación, importantes para muchos de los alumnos fuera del ámbito escolar.

El estado de flow hace referencia a un estado psicológico óptimo en el que todo fluye de manera adecuada, la concentración es máxima y al final de la experiencia queda muy buen sabor de boca., y depende en gran parte del ambiente en el que se desenvuelve el alumno.

Tanto el clima tarea como el clima ego influyen positivamente sobre el flow disposicional.

Por medio de una intervención que priorice el esfuerzo y la superación personal se puede conseguir que el alumno se centre más en la maestría, dando importancia a aspectos de mejora personal y aprendizaje.

Los resultados de este estudio muestran la importancia de las aéreas del TARGET para una creación de un clima tarea, algo que hace que mejore la motivación de los alumnos en la clase.

	Para mejorar la motivación es necesario: la presencia de variedad y novedad en las tareas, la cesión de responsabilidad al alumnado, el reconocimiento de la mejora personal y el esfuerzo, la agrupación variada y siguiendo criterios diferentes, la evaluación del progreso individual, privada, significativa y evitando la comparación social, y el tiempo suficiente para practicar y mejorar en las tareas. De esta forma, se puede conseguir que el alumnado se centre más en metas de maestría, refleje una motivación más autodeterminada y estados psicológicos óptimos para el desarrollo integral y el aprendizaje.
Dudas y cuestiones	Necesidad de contrastar el estudio dentro de un grupo más numeroso para que tenga una validez constatada
Reflexiones para el debate	Me gusta la explicación del uso de los datos estudiados. Enlaza las ideas de los artículos anteriores de forma muy progresiva, haciendo que la comprensión del texto sea amena a estas alturas de contenido teórico.
(Otros...)	

ARTÍCULO 9: Applications of Achievement Goal Theory to Physical Education: Implications for Enhancing Motivation.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	19-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	Darren C. Treasure & Glyn C. Roberts (1995), Applications of Achievement Goal Theory to Physical Education: Implications for Enhancing Motivation. . <i>National association for Physical Education in Higher Education. QUEST,(1995), 47, 475-489.</i>
Breve Resumen	<p>En el artículo se hace referencia a una revisión de los principios básicos de la teoría de las metas de logro y analizar la mejora de la motivación a nivel escolar a través de diferentes estrategias. La motivación se ha convertido en un tema popular a discusión, hasta en Estados Unidos, ya que su papel va más allá de lo académico.</p> <p>En estos tiempos en que hay una importancia por la salud, la falta de motivación por la actividad física es lamentable, así que debemos implicar a las escuelas para fomentar esta motivación por la actividad física.</p> <p>El propósito que expone este texto es:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Revisar los principios básicos de la teoría de las Metas de Logro.2. Analizar la investigación que se lleva a cabo en la educación física.3. Formular observaciones sobre la utilidad potencial de adoptar un enfoque de metas de logro de la comprensión y mejora de la motivación en el contexto de educación física.
Palabras clave	Teoría de las Metas de Logro; Motivación; Áreas del TARGET;
Aspectos significativos, ideas clave	<p>La percepción de competencia viene definida por los niveles de motivación que el alumno posee en la ejecución de una tarea.</p> <p>Los alumnos de más de 12 años empiezan a ser conscientes y diferenciar entre la suerte, el esfuerzo o la dificultad a la hora de realizar una actividad, lo que se relaciona con la percepción de competencia que ellos tienen a esa edad.</p> <p>Existe una motivación hacia la tarea, la cual proporciona consecuencias positivas para el aprendizaje del alumno, como esforzarse más, mostrar</p>

	<p>interés por las clases de educación física, motivación intrínseca, mayor autocontrol y participación.</p> <p>Los alumnos que han estado en un clima ego, son propensos a pensar en sus capacidades mediante su alta capacidad de éxito, mientras que los que han estado en un clima tarea, atribuyen el éxito a través de una motivación intrínseca de la actividad, la cooperación, y un alto esfuerzo.</p> <p>Se destaca la importancia que tiene el profesor para crear un clima orientado a la tarea dentro de las clases de educación física, de cara a que los alumnos aumenten su motivación por las tareas. Esta motivación vendrá dada por las aéreas del TARGET.</p>
Dudas y cuestiones	
Reflexiones para el debate	
(Otros...)	

ARTÍCULO 11: El clima motivacional en las clases de Educación Física: una aproximación práctica desde la Teoría de Metas de Logro.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	12-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	García T., Santos-Rosa F.J., Jiménez R., Cervelló E.M (2005). El clima motivacional en las clases de Educación Física: una aproximación práctica desde la Teoría de Metas de Logro. <i>Apunts. Educación Física y Deportes</i> , 81, 21-28.
Breve Resumen	<p>El artículo habla de las Metas de Logro desde donde se fundamentan cómo el desarrollo de un clima implicante a la tarea, puede mejorar y hacer más adaptativos los patrones conductuales de los alumnos.</p> <p>Por último, utilizando las áreas del TARGET, se nos plantean situaciones concretas y estrategias que desarrollan un clima implicante a la tarea por parte del profesorado de Educación Física, y los beneficios que supone.</p>
Palabras clave	Teoría de Metas de Logro; clima motivacional; Estrategias Metodológicas.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>Dentro de las metas de logro podemos diferenciar dos formas diferentes de valorar la competencia, que son la orientación al ego (comparación con los demás) y la orientación a la tarea (juicio basado en el nivel de habilidad personal).</p> <p>Los estudiantes orientados a la tarea centran sus esfuerzos en el proceso de ejecución y les atraen tareas con nivel de dificultad desafiante, mientras que los estudiantes orientados al ego, prefieren actividades de reconocimiento social para poder destacar dentro de un grupo de iguales.</p> <p>La orientación a la tarea se asocia a patrones afectivos y conductuales más positivos, mientras que la orientación al ego se relaciona con patrones menos adaptativos.</p>

	<p>Los entornos a los que se ve expuesto el estudiante, condicionan tanto la orientación de metas que presenta, como ciertas conductas.</p> <p>Los entornos que enfatizan el proceso de aprendizaje, la participación, el dominio de la tarea individualizado y la resolución de problemas, tienden a fomentar la aparición de la orientación hacia criterios de éxito relativos a la tarea.</p> <p>Si el profesor fomenta un clima motivacional orientado a la tarea existen mayores posibilidades de que los alumnos se impliquen motivacionalmente en esa dirección y muestran mayores niveles de implicación en las clases de educación física y además, demuestran mayor interés por aquellas tareas de dificultad superior.</p> <p>A continuación se exponen una serie de principios y estrategias para conseguir un clima que implique a los alumnos a la tarea, basándonos en las aéreas del TARGET.</p> <p>Tareas: diseñar la tareas de aprendizaje basadas en la variedad, que la tarea a realizar suponga un reto personal, utilizar ejercicios y juegos cooperativos, que exista implicación activa hacia la tarea a realizar y libertad de decisión; plantear objetivos a corto, medio y largo plazo y adaptados al lenguaje de nuestros discentes.</p> <p>Autoridad: permitir a los alumnos la toma de ciertas decisiones en su aprendizaje, utilizar adecuadamente los estilos de enseñanza, ayudar a los sujetos a desarrollar técnicas de autocontrol y auto dirección.</p> <p>Reconocimiento, recompensas y castigos: Utilizar preferiblemente recompensas antes que castigos, asegurar las mismas oportunidades para la obtención de recompensas, fomentar las recompensas intrínsecas, establecer las recompensas y castigos al inicio del curso.</p> <p>Corrección y feedback: Ofrecer un feedback adecuado a cada situación, corrección y feedback sobre el progreso individual y la</p>
--	--

	<p>mejora, utilizar feedback positivo con asiduidad.</p> <p>Agrupación: Agrupar a los sujetos de forma flexible y heterogénea, posibilitar múltiples formas de agrupamiento de los individuos y utilizar estrategias adecuadas de formación y agrupamientos.</p> <p>Evaluación: Utilizar criterios relativos al progreso personal y al dominio de las tareas, implicar al sujeto en la autoevaluación, utilizar evaluación privada y significativa.</p> <p>Tiempo: posibilitar oportunidades y tiempo para el progreso, ayudar a los sujetos a establecer el trabajo y la programación de la práctica, tiempo de práctica acorde a la edad y características de los alumnos.</p>
Dudas y cuestiones	En ciertos ejercicios establecidos desde la educación física tradicional, resulta difícil realizarlos orientándolos a la tarea.
Reflexiones para el debate	Desde siempre ha sido muy importante la actuación del docente en las clases de educación física, ya que eres un referente para los alumnos en lo que a motivación respecta, así que dad la relevancia del tema que se ha tratado, destacar la formación de calidad de los docentes para una enseñanza enfocada al aprendizaje a través de la orientación a la tarea como forma de desarrollo de los alumnos de cara a la sociedad en la que vivimos, necesitada de tolerancia, respeto y muchos otros valores que a veces parece que se pierden.
(Otros...)	

ARTÍCULO 13 y 13B: Teoría de la autodeterminación.

- **¿Cuáles son las tres necesidades psicológicas básicas que motivan el comportamiento humano?**
- La autonomía, la competencia y la relación con los demás.
- **Pon un ejemplo de estas necesidades psicológicas básicas en el ámbito de la Educación Física.**
- Autonomía: que los alumnos sean capaces de realizar los ejercicios por sí mismos, sin apoyo del profesor, de manera autosuficiente.
- Competencia: Un alumno se siente capaz de realizar una de las tareas que se le proponen, sin suponer ningún problema para él y llevarla a cabo.
- Relación con los demás: Un alumno colabora con sus compañeros para conseguir un objetivo en común, sabiendo aportar sus conocimientos al resto y aprender de los compañeros a la vez.
- **¿Qué supone la satisfacción de estas necesidades psicológicas básicas en EF?**
- El óptimo funcionamiento de las tendencias naturales para el crecimiento y la integración, así como para el desarrollo social y el bienestar personal, algo que hace que los alumnos tengan un aumento de la motivación intrínseca por aquello que hacen, con una implicación positiva en las actividades,
- **¿Qué supone la frustración de estas necesidades psicológicas básicas en EF?**
- Una menor motivación intrínseca de los alumnos, así como una mayor motivación extrínseca y desmotivación.
- **Dentro de las sub-teorías que componen la TAD, cómo aplicarías la teoría de la evaluación cognitiva en EF?**
- Para aplicar la teoría de la evaluación cognitiva en EF, es necesario crear una motivación intrínseca por parte de los alumnos, mediante la consecución de objetivos a corto plazo, donde se individualice la enseñanza para que todos llegue a esos objetivos, y sean capaces también de recibir feed-back positivos.

- Daremos libertad de elección de los ejercicios de forma que los alumnos puedan elegir entre unos propuestos, y también les haremos partícipes de la evaluación, siempre que ésta sea finalmente acordada por el profesor.

- **Dentro de la sub-teorías que compone la TAD, en la Teoría de la integración del organismo, pon un ejemplos en EF de:**
 - **Desmotivación (sin regulación)**
 - Un alumno que dentro de las clases realiza las tareas a medias, porque dice que está perdiendo el tiempo, ya que no sirven para nada los ejercicios propuestos por el profesor.
 - **Motivación extrínseca con regulación externa**
 - Un alumno que juega a vóley, que no le gusta nada, sólo por el hecho de aprobar la asignatura.
 - **Motivación extrínseca con regulación introyectada**
 - Un alumno que realiza las tareas de clase por el simple hecho de no sentirse culpable de no realizarlas, algo que haría que se sintiese mal consigo mismo.
 - **Motivación extrínseca con regulación identificada**
 - Salir a correr con el objetivo de perder peso.
 - **Motivación extrínseca con regulación integrada**
 - Salir a correr porque sabemos que es bueno para la salud, algo a lo que le damos una gran importancia en nuestro estilo de vida.
 - **Motivación intrínseca con regulación intrínseca**
 - Los alumnos que juegan a un deporte por el simple hecho de jugar, ya que se lo pasan bien y para ello es un fin en sí mismo.

- **Dentro del modelo jerárquico de Vallerand (1997, 2001), pon un ejemplo de cómo los niveles de motivación (global, contextual y situacional) están interconectados.**
- En un torneo de futbol, los jugadores pueden estar motivados por el partido porque les encanta jugar, pero están condicionados en su motivación ya que juegan fuera de casa y se genera una presión por parte del público, que es el contexto en el cual se encuentran, y a la vez necesitan los puntos para poder seguir luchando por quedarse en la liga, sino el año que viene puede que ya no les dejen seguir jugando, y para ellos es importante porque hemos dicho que es una de sus pasiones.

- **Dentro de la figura 3, se habla de consecuencias afectivas, cognitivas y comportamentales. Pon ejemplos de estas consecuencias relacionadas con la EF.**

- Dentro de una motivación intrínseca por jugar a un deporte, coexiste el hecho de la relación con los compañeros al estar en el mismo equipo, y esto hace que se generen unas relaciones de afectividad entre ellos dentro y fuera del campo de acción por norma general.
 - A nivel cognitivo, el ser parte de un grupo hace que cada uno de los integrantes del mismo se enriquezcan de los conocimientos de los demás, aprendiendo así cada día y aportando al grupo sus propios conocimientos y opiniones al respecto.
 - Los alumnos de una clase, que tienen que tener valores de respeto a las normas y a los compañeros, algo que se fomenta a través de tareas de cooperación en torno a un objetivo común.
-
- **Dentro de la relación entre la teoría de la autodeterminación y la teoría de las metas de logro, ¿qué consecuencias motivacionales tiene desarrollar un clima tarea y un clima ego?**
 - Un clima que implica a la tarea se asocia positivamente con una motivación intrínseca, una percepción de competencia y una orientación a la tarea.
 - Un clima que implica al ego, predice la desmotivación, no muestra asociaciones con la motivación intrínseca ni la percepción de competencia, y está relacionado con una orientación al ego.

ARTÍCULO 14: Motivación e intervención docente en la clase de educación física

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	13-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	Julián, J.A. (2012, Julio). Motivación e intervención docente en la clase de educación física. <i>Tándem. Didáctica de la Educación física</i> , 40, 7-17
Breve Resumen	<p>Este artículo hace referencia al concepto de estilo docente, y los ámbitos que configuran el ambiente de aprendizaje en el área de educación física, a través de los cuales se intentará generar climas que sean óptimos para el aprendizaje y una conducta positiva por parte del alumnado, y de relevancia para el sistema educativo.</p> <p>Hace hincapié en la importancia de la acción docente en torno a las metas de logro y autodeterminación, mediante el diseño del aprendizaje y los aspectos interactivos relacionados con el discurso docente, con unas estrategias de intervención propuestas al efecto.</p>
Palabras clave	Intervención didáctica; estilo docente; estrategias motivacionales; clima motivacional óptimo; ambiente de aprendizaje.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>Los programas de educación física que se combinan con otros ámbitos (familiar y comunitario) pueden tener una contribución significativa en el fomento de la práctica de actividad física de los jóvenes.</p> <p>Una «nueva» educación física debe ofrecer oportunidades a niños y adolescentes para adquirir conocimientos y desarrollar las actitudes y competencias necesarias, lo que implica la educación física como vía para la promoción de actividad física orientada hacia una participación autónoma, satisfactoria y prolongada a lo largo de toda la vida. Según esta nueva idea, el profesor pasa a ser facilitador y promotor de una educación activa.</p> <p>El éxito de la intervención del profesorado, permitirá contribuir a las finalidades de la educación física tales como:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Mostrar las conductas motrices, así como las competencias y

	<p>recursos para su construcción.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Participar del patrimonio cultural que suponen las diversas actividades corporales. 3. Justificar la gestión de su vida física de forma saludable a través de un modo de vida activo. 4. Argumentar la adopción de principios de ciudadanía y valores que nos permitan extrapolarlos a otros contextos de la actividad física. <p>El docente de educación física, mediante su forma de actuar en el aula, se configura como un agente determinante en el grado de implicación de su alumnado en la práctica de actividad física presente y futura, de forma que contribuye a generar hábitos positivos dentro del sistema educativo.</p> <p>Cada ámbito de intervención está constituido por diferentes estrategias, y estas estrategias inciden en el discurso verbal y gestual o en el diseño del proceso de aprendizaje y constituyen los pilares básicos del estilo docente.</p> <p>El estilo docente centrado en el discurso verbal y gestual del docente, hace referencia al desarrollo de estrategias como: informar de los objetivos que nos fijamos a diferentes niveles, diseñar tareas orientadas al proceso y no al resultado, dar la posibilidad de elección de tareas durante la unidad didáctica (aumenta la autonomía de los alumnos), etc.</p> <p>El estilo docente centrado en el diseño del aprendizaje propone estrategias tales como: diseñar sesiones basadas en la variedad, tareas que promuevan el reto, implicar a los participantes en diferentes tipos de liderazgo de modo que asuman diferentes roles a lo largo del proceso enseñanza-aprendizaje, etc.</p> <p>La autonomía es un camino largo en el que los alumnos deberán experimentar diferentes papeles de liderazgo, y es responsabilidad del docente y de cómo diseña las sesiones para poder alcanzar esa autonomía a través del intercambio de roles de los alumnos.</p>
Dudas y cuestiones	¿Generar autonomía funciona en todas las tareas que podamos desarrollar en las clases de educación física?
Reflexiones	Supongo que el nivel de autonomía del alumnado en las clases de

para el debate	educación física también vendrá condicionado por el nivel de los alumnos y por el contexto social en el que se encuentren, así como por las características de las tareas que se propongan dentro de la sesión.
(Otros...)	

ARTÍCULO 15: Estrategias para fomentar un clima motivacional óptimo en el contenido de carrera de larga duración en la educación física escolar.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	13-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	Julián, J.A., Generelo E., García-González L., Abarco-Sos A., Zaragoza J. (2012, Julio). Estrategias para fomentar un clima motivacional óptimo en el contenido de carrera de larga duración en la educación física escolar. <i>Tándem. Didáctica de la Educación Física</i> , 40, 54-65.
Breve Resumen	El artículo trata de la carrera de larga duración dentro del ámbito escolar, dónde a través de diferentes estrategias de intervención docente, se convierte en un proyecto educativo dentro de las clases de educación física, en el que los alumnos dispongan de un clima motivacional óptimo dentro de ellas.
Palabras clave	Intervención docente; carrera de larga duración; estilo docente; estrategias motivacionales; clima motivacional óptimo.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>Correr solamente, no implica adquirir una serie de competencias, ya que necesita de un marco pedagógico óptimo que implique al alumno y le permita adquirir y aplicar aprendizajes fundamentales en la clase de educación física, y conectarlo con su realidad cultural motriz.</p> <p>Para considerar una actividad como educativa son necesarias una serie de características a tener en cuenta:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Una práctica apta para todos.2. Una práctica gratificante que proporcione bienestar.3. Una práctica de la que cada uno es actor.4. Una práctica que soy capaz de gestionar y dimensionar conociendo las ventajas y los problemas que puede tener.5. Una práctica que se valora dentro del concierto cultural.6. Una práctica dentro de mi realidad sociocultural. <p>Cuando transformamos el objeto cultural en objeto de enseñanza, definimos también qué es éxito y el fracaso en esa actividad, y estamos transmitiendo si el alumno es competente o no para realizar esa actividad, por lo tanto estaremos reforzando su idea general de los que significa la participación en ese objeto cultural.</p> <p>Estas son las estrategias propuestas para fomentar un clima motivacional óptimo en el contenido de CLD:</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diseñar prácticas variadas en el programa de enseñanza. 2. Informar sobre los objetivos de la unidad didáctica. 3. Diseñar evaluaciones diagnósticas que permitan al alumnado establecer necesidades de aprendizaje concretas. 4. Diseñar tareas que promuevan el reto. 5. Diseñar sesiones basadas en la variedad. 6. Utilizar criterios relativos al progreso personal y al dominio de la tarea. 7. establecer diferentes niveles de práctica. 8. Posibilitar diferentes formas de agrupamiento. 9. Hacer agrupaciones flexibles y heterogéneas. 10.Implicar a los participantes en diferentes tipos de liderazgo asumiendo diferentes roles a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje. 11.Implicar al participante en su evaluación. 12.Establecer reglas y rutinas con el grupo-clase. 13.Posibilitar oportunidades y tiempo para el progreso. 14.Ayudar a los practicantes a programar la práctica. <p>En todo lo expuesto, el docente debe de utilizar los errores como parte del aprendizaje para un futuro, enfatizar la participación, el compromiso con la actividad y el aprendizaje mediante el contrato didáctico, presentar una variedad de tareas a diferentes niveles de dificultad, etc., y mediante las estrategias, es probable que el docente haga que los estudiantes perciban un clima motivacional óptimo.</p>
Dudas y cuestiones	Dependiendo del contexto del grupo y de las destrezas o recursos que disponga el docente, puede haber muchas variaciones en el clima motivacional que se propone en el texto según mi punto de vista.
Reflexiones para el debate	Estas estrategias bien relacionadas entre ellas y aplicadas de forma correcta a un contexto de alumnos que nos encontramos en las clases de educación física, pueden llegar a ser muy motivantes y efectivas en la realización de las sesiones.
(Otros...)	Hoy en día la carrera de larga duración está muy en la actualidad, así que podremos pedir a los alumnos que traigan a las clases información que puedan buscar al respecto de carreras, entrenamientos, iconos nacionales a nivel deportivo, etc., de esta forma aumentaremos la motivación del alumnado por este tipo de deporte cada vez más en auge a nivel mundial.

ARTÍCULO 16: Análisis de la percepción del clima motivacional, necesidades psicológicas básicas, motivación autodeterminada y conductas de disciplina de estudiantes adolescentes en las clases de educación física.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	18-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	<p>Moreno, B.; Jiménez, R.; Aspano, M.I.; Torrero, F. (2010). Análisis de la percepción del clima motivacional, necesidades psicológicas básicas, motivación autodeterminada y conductas de disciplina de estudiantes adolescentes en las clases de educación física. <i>Motricidad. European Journal of Human Movement</i>, (2011) 26, 1-24.</p>
Breve Resumen	<p>El texto hace referencia a un estudio en el que se analizan las relaciones entre la percepción del clima motivacional, los mediadores psicológicos, la motivación autodeterminada y la disciplina, así como que variables motivacionales predecían la disciplina e indisciplina.</p> <p>Posteriormente al estudio realizado en 155 estudiantes, vieron que la disciplina se relacionaba positiva y significativamente con el clima tarea, la motivación intrínseca y extrínseca y negativa y significativamente con la desmotivación.</p> <p>Por otro lado se dieron cuenta que el clima tarea predecía una disciplina, mientras que la desmotivación y el clima ego generaban indisciplina.</p> <p>Como conclusión, se debería fomentar fundamentalmente un clima motivacional que implique a la tarea en las clases de educación física, evitando que los estudiantes cayeran en la desmotivación, favoreciendo la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y, consecuentemente, las formas de motivación más autodeterminadas.</p>

Palabras clave	Metas de logro; autodeterminación; mediadores psicológicos; disciplina; jóvenes estudiantes.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>La motivación y la disciplina de los estudiantes son dos elementos imprescindibles para crear un clima adecuado en el aula que potencie el desarrollo de los procesos de enseñanza-aprendizaje eficaces.</p> <p>La motivación se organiza en un continuo donde la menos autodeterminada es la desmotivación, seguida por la motivación extrínseca y finalmente la motivación intrínseca como la más autodeterminada.</p> <p>Las necesidades psicológicas básicas o mediadoras son innatas, universales y esenciales para la salud y bienestar y se determinaran en diferentes niveles de autodeterminación como son global, contextual y situacional. Estos niveles se relacionan entre sí, pero suponen diferentes niveles de motivación.</p> <p>Los aspectos sociales del entorno influyen en la motivación en función de la consecución o no de una serie de necesidades psicológicas básicas, cuya satisfacción incrementa el grado de motivación intrínseca. Por el contrario la falta de satisfacción de las mismas incrementa progresivamente la motivación extrínseca y la desmotivación, derivándose una serie de consecuencias a nivel afectivo, cognitivo y comportamental.</p> <p>El control de la clase constituye el verdadero centro de la efectividad en la enseñanza. Aquellos profesores que controlen eficazmente el tiempo y el comportamiento en el aula, podrán incrementar el tiempo de aprendizaje de los discentes.</p> <p>Tanto los profesores como los alumnos, creando un ambiente en las clases orientado a la enseñanza y al aprendizaje, y no a la disciplina, obtendrían mejores resultados de las conductas de los alumnos.</p> <p>La orientación a la tarea dentro de las clases está relacionada con la implicación de los alumnos, así como la motivación intrínseca de los mismos, algo que hace que sean disciplinados en las clases, mientras que un clima motivacional orientado al ego, se relaciona más con estrategias docentes que promueven un foco de causalidad externo en el aula.</p> <p>Si el alumnado se encuentra dentro de un clima motivacional orientado a la tarea, centrará su atención en la mejora de su competencia frente a la misma, por lo que no se producirán conductas disruptivas. Por otro lado en un clima orientado al ego existirán más conductas disruptivas, bien porque se generen comparaciones entre los alumnos, o bien porque aquellos que no se</p>

	perciben competentes desconecten de la actividad y sean indisciplinados como forma de llamar la atención.
Dudas y cuestiones	¿Deberían ponerse en práctica estas estrategias para poder afrontar la indisciplina en los centros que cada vez está más en auge? ¿Solamente son válidas para las clases de educación física?
Reflexiones para el debate	Creo que a parte de las estrategias que se utilicen al impartir las clases de educación física, al profesor se le tendría que dotar de mayor autoridad, para erradicar la mayoría de las conductas disruptivas de los centros por parte de alumnos que no tienen respeto por nada ni nadie.
(Otros...)	

ARTÍCULO 17: Motivación autodeterminada y conducta disciplina en el aula de educación física.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	18-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	Vera J. A. (2012, Julio). Motivación autodeterminada y conducta disciplina en el aula de educación física. <i>Tándem. Didáctica de la Educación Física</i> , 40, 45-53.
Breve Resumen	El texto hace referencia a la relación existente entre la motivación autodeterminada y las conductas de disciplina de los alumnos, por ello propone, dentro de las estrategias de control del aula, la orientación, el clima motivacional, la cesión de responsabilidad, la atención a las necesidades psicológicas básicas y los perfiles motivacionales, como parte fundamental a la hora de fomentar el desarrollo del comportamiento hacia una disciplina por parte de los alumnos.
Palabras clave	Orientación motivacional; clima motivacional; responsabilidad; mediadores Motivacionales; motivación autodeterminada; disciplina.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>La indisciplina en el aula, hace que muchos docentes dejen de centrarse en el proceso de enseñanza-aprendizaje para controlar la clase, por ello muchos atribuyen a la disciplina la parte más importante de su profesión.</p> <p>La disciplina se debe tener en cuenta a nivel preventivo, mediante una programación de las sesiones, y estrategias didácticas concretas.</p> <p>Uno de los fenómenos que tendremos que evitar es la desmotivación de los alumnos, ya que crea conflictos en las clases, y esto se llevará a cabo a través de una orientación motivacional positiva, un clima motivacional positivo y unas conductas disciplinadas.</p> <p>La orientación motivacional no es igual en todos los alumnos, ya que depende de las metas que tengan y los factores disposicionales, sociales y contextuales de cada uno.</p> <p>Por todo esto es importante el clima de aula que manifieste el docente, ya que tendrá gran influencia en la orientación motivacional de los alumnos de cara a la implicación en las tareas.</p> <p>Un clima orientado a la tarea promueve en el alumnado la consecución de metas, la diversión, la satisfacción, el interés y la motivación</p>

intrínseca, mientras que una orientación al ego promueve una competitividad, comparaciones, etc., lo que da una mayor indisciplina por la baja motivación que se tiene en relación a la tarea.

El alumnado que tiene una alta orientación a la tarea y baja al ego, cuando es enseñado en un clima de tarea, tiene una mejor percepción de las estrategias utilizadas por el profesorado para mantener la disciplina y percibe una mayor preocupación en el docente por favorecer la enseñanza.

Si el alumno se siente eficaz y participa en la toma de decisiones, alcanzará la motivación autodeterminada, dado que esta se desarrolla según las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relaciones con los demás), provocando un bienestar en el alumnado, siendo su comportamiento eficaz y óptimo.

Una combinación de climas motivacionales y orientaciones, pueden hacer que exista una motivación intrínseca y sentido de responsabilidad por parte de los alumnos, por ello el profesorado debe invertir tiempo en la creación de climas enfocados a la tarea que impliquen una cesión de responsabilidad (disminución de la desmotivación ya que se sienten importantes) a los alumnos de educación física.

Dentro de las tareas que permiten un autocontrol y autorregulación emocional, los alumnos pueden llegar a percibir razones intrínsecas para ser disciplinados.

El alumno llega a percibir razones intrínsecas para ser disciplinado cuando el clima permite la autonomía moral, es decir, si la estructura de la tarea permite el autocontrol y la autorregulación emocional. Estas capacidades permiten que el autoconocimiento de las posibilidades y limitaciones personales se valore de forma positiva.

Se presentan una serie de estrategias para la mejora de la motivación y la disciplina dentro de las orientaciones metodológicas:

1. Planificar para las sesiones un clima motivacional dirigido a la tarea, evitando comparaciones con los demás.
2. Fomentar las relaciones sociales mediante prácticas en grupo, donde el objetivo sea que cada uno consiga el suyo propio.
3. Dirigir las orientaciones motivacionales de los miembros de la clase hacia la tarea.
4. Utilizar el comienzo de la clase para interactuar con los alumnos.
5. Proponer actividades de enseñanza recíproca en las que hay que ponerse en el lugar del compañero y responsabilizarse de la seguridad de ejecución, confiar y suministrar feed-back.
6. Utilizar mediadores en los conflictos.
7. Dar públicamente feed-back positivos.
8. Tiempo muerto como integración de todos los alumnos.

	<p>9. Proponer tareas abiertas en las que el alumnado pueda tomar decisiones y dar autonomía en la elección de los niveles de dificultad.</p> <p>10. Reflexión sobre lo trabajado para dar feed-back positivos destacando los aspectos más importantes de la sesión y del grupo.</p>
Dudas y cuestiones	
Reflexiones para el debate	<p>La aportación de feed-back positivos a los alumnos en la reflexión final de las sesiones, me parece un punto a destacar dentro de la motivación, porque puedes valorar la progresión del grupo y dársela a conocer a los alumnos, para que ellos sepan en el punto en el que se encuentran y las posibilidades personales que tienen de mejora, algo que motiva en gran medida hacia la preparación de las siguientes sesiones, en las cuales generaremos un clima motivacional de implicación a la tarea por parte de los alumnos, y se llegará a los objetivos que hayamos propuesto al inicio de las unidades didácticas.</p>
(Otros...)	

ARTÍCULO 18: Metas sociales, necesidades psicológicas básicas y motivación intrínseca como predictores de la percepción de esfuerzo en las clases de educación física.

FICHA DE CONSULTA DE ARTÍCULO O DOCUMENTO

Alumno	73081857R
Fecha	18-01-2014
Referencia bibliográfica (normas APA)	<p>Moreno-Murcia J.A., Cervelló E., Montero C., Vera J.A., García T. (2012, 12 de Marzo). Metas sociales, necesidades psicológicas básicas y motivación intrínseca como predictores de la percepción de esfuerzo en las clases de educación física.</p> <p><i>Revista de psicología del deporte.</i> 21 (2), 215-221)</p>
Breve Resumen	<p>El texto nos habla de la comprobación del carácter predictivo que tienen las metas de sociales, las NPB, y la motivación sobre la percepción de esfuerzo en las clases de educación física por parte de los alumnos. Realiza un estudio con 558 estudiantes de ESO, donde se llega a la conclusión de que los docentes deben utilizar estrategias orientadas a crear ambientes en los que se fomente la responsabilidad, el sentimiento de competencia y la autonomía para a fin de lograr mejoras en el esfuerzo de los alumnos a la hora de afrontar las tareas que se les proponen.</p>
Palabras clave	Teoría de la autodeterminación; Motivación; Responsabilidad; Entrega; Educación Física.
Aspectos significativos, ideas clave	<p>El esfuerzo siempre ha sido parte integrante de la actividad física, por lo que la motivación del practicante tiene una gran importancia a la hora de esforzarse para la consecución de un objetivo dentro de la actividad física.</p> <p>Según la teoría de la autodeterminación, los alumnos experimentarán una necesidad psicológica básica como es la de relacionarse con los demás, de donde se definen cuatro metas que son:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Meta de relación2. Meta de reconocimiento3. Meta de responsabilidad4. Meta de estatus

	<p>5.</p> <p>La meta de responsabilidad social predecía positiva y significativamente el esfuerzo realizado en una tarea, percibiéndose a la vez el alumno más eficaz.</p> <p>Se hace referencia a la importancia de que los docentes deben crear un clima que implique a la tarea, en el que prime el esfuerzo y la autosuperación, de cara a que el alumno mejore su percepción de competencia.</p> <p>Siguiendo en la línea de lo anterior, la satisfacción de las NPB, predice de forma positiva una motivación intrínseca, y esta a su vez el esfuerzo de los alumnos en las clases.</p> <p>Una vez realizado en estudio se llegó a la conclusión de que la meta de responsabilidad social y la percepción de competencia y autonomía, predecían positivamente la percepción de esfuerzo.</p> <p>Entonces un clima de aula con metas de responsabilidad de las reglas sociales y del rol de cada uno a partir de la cesión de responsabilidad del profesorado, viene a enfatizar el esfuerzo en educación física, y para ello es necesario que los docentes planteen sesiones en la que los estudiantes sepan lo que se les exige, aplicando diferentes niveles de dificultad en la ejecución y comprensión, para que sepan capaces de responsabilizarse de cara a afrontar el reto propuesto.</p>
Dudas y cuestiones	Dentro de los centros los planes de mejora de la convivencia también tendrían importancia en la percepción de esfuerzo de los alumnos.
Reflexiones para el debate	Deberíamos trabajar en conjunto con los demás profesores para crear una cohesión de la clase de forma que todos se sientan responsables del funcionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje.
(Otros...)	

VIDEO “LA EDUCACIÓN PROHIBIDA”

El análisis del video nos va a dar las ideas clave que se pueden tener en cuenta a la hora de una educación de calidad a través de la experiencia de diferentes puntos de vista de docente e investigadores del sector de la educación. El mensaje de comienzo de la película es “la cultura se protege compartiéndola”, algo que tiene que ver con la importancia de la difusión de los conocimientos a nivel de educación, debiendo ser transmitidos por todos y para todos.

AQUÍ SE EXPONEN LAS PRINCIPALES IDEAS DEL VIDEO:

Existe una realidad más allá de lo que podemos ver, mediante el conocimiento de las cosas de forma objetiva, algo que debemos transmitir a los alumnos para que tengan una capacidad crítica de las cosas cotidianas de la vida, y en los diferentes entornos en los que se encuentre, para lograr la integridad como persona.

Hoy en día hay tantas escuelas como realidades sociales (públicas, privadas, para ricos, para pobres, obreros, etc.), dedicadas a diferentes aspectos como tener el mayor número de estudiantes, formar trabajadores, y otras se dedican a los resultados de excelencia pero todas buscando un camino común hacia la escuela con una educación ideal.

La valoración de los alumnos sobre la escuela en la mayoría de los casos es muy negativa, es como una forma de perder el tiempo en el que se prima la competitividad en detrimento del propio aprendizaje, condicionado por un sistema mal planteado.

Las reformas educativas son sólo un maquillaje, pero no se llega a la verdadera solución dentro de una educación de calidad.

La poca implicación de los profesores, anclados en sistemas de enseñanza en las clases muy anticuados para los tiempos en los que vivimos, hace que no se llegue a los alumnos como se debería, como una motivación e implicación empezando por los docentes, ya que son los referentes de los alumnos para el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Hoy en día la materia que se imparte es estática, algo que es impensable aprender, ya que los alumnos no ven una aplicación de los conocimientos que se hallan fuera de lo que sería el modelo ideal del aprendizaje significativo. Los paradigmas están cambiando, así como la materia que se imparte en las clases, un ejemplo lo tenemos en nuestra propia asignatura de contexto de la actividad docente del Máster de Educación Secundaria, ya que estudiamos en lo referente a la LOE, y en unos meses va a ser sustituida por la LOMCE.

Los sistemas educativos deberían ir al ritmo de la sociedad, ya que va siempre por detrás.

El sistema educativo estimula a los chicos a competir entre ellos, desde el punto de vista que la nota tiene demasiada importancia, y sobre todo al compararla con sus compañeros como grupo de iguales, haciendo que se sientan en constante competencia con los demás.

Enseñar se convierte en un proceso de reproducción simbólica, algo que provoca desmotivación por parte del alumnado y lo más transcendental, por parte del profesor en muchas de las ocasiones.

El estado marca unas pautas a seguir dentro de la labor de los docentes, algo que no permite que se evolucione de forma positiva dentro de las clases en el colegio.

Se compara los colegios con las cárceles, siendo espacios de adiestramiento para la secundaria, universidad, trabajo, etc., donde se hacen guardias, se les custodia, se ponen muros, pero no se les educa.

En el siglo XVIII en el “despotismo ilustrado” se crea el concepto de la escuela pública, gratuita y obligatoria.

En Prusia se crea un tipo de educación de ciudadanos obedientes al régimen de la monarquía, de forma que se les podía preparar como súbditos para las guerra o para lo que la monarquía viese más importante en ese momento.

Este modelo se expandió a nivel mundial con la idea de la enseñanza pública gratuita y obligatoria, pero con una idea totalmente despotista. Hasta Napoleón quería crear un cuerpo de docentes para poder dirigir a los franceses. La escuela era la necesidad ideal para los trabajadores.

La educación siempre se repite en el paso del tiempo, donde se transmite la cultura a través de ella, algo importante a niveles de naciones que manipulaban a sus ciudadanos.

Empieza la separación de los alumnos por las clases sociales de proveniencia. La educación está elaborada por administrativos, no por docentes, adquiriendo un carácter mecánico, tratando a los docentes como máquinas a disposición de la administración del estado.

Se han construido las escuelas basándose en la imagen de las cárceles y de las fábricas, ya que los alumnos empezaron siendo productos educados según las necesidades del sistema, hasta el recreo termina con un timbre anónimo que les dice lo que tienen que hacer y donde colocarse para volver a entrar al centro, ordenados en filas al principio de los centros.

Grupos, contenidos y resultados homogéneos dentro de las escuelas. Tiene poca capacidad de responder a las capacidades individuales de los alumnos, es un sistema de exclusión social, ya que determina los que llegarán o no a la universidad, los de las formaciones profesionales y el resto que no llegarán ni siquiera a conseguir una titulación.

Los test, las edades, los premios, castigos, separación, hace que sea un tipo de escuela cerrada al mundo exterior, algo que carece de un carácter global de integración de alumnos y de educación en general.

EDUCACIÓN

El territorio donde el aprendizaje sucede, pero hoy en día se basa en lograr aprobar una serie de contenidos estandarizados por las escuelas y recogidos a nivel curricular, con conocimientos que no les interesan, superando barreras que otros alumnos no podrán por su contexto social, pero dejan de lado el conseguir una calidad de vida y bienestar general del individuo.

Se debería empezar de nuevo, como si nunca hubiésemos hecho lo que aprendemos con anterioridad. Atendiendo a las características de los alumnos, basándonos en su potencial, intereses, cualidades, inquietudes, etc.

El centro de la educación debe ser el niño y sus necesidades para una educación de calidad, ya que se debe tener en cuenta la creatividad de los alumnos. El niño es inquieto por naturaleza, ya que quiere el porqué de las cosas.

Los niños pierden la inquietud por aprender, ya que en la escuela se le dice siempre lo que tiene que hacer, sin dejarle explorar por sí mismo.

Las cosas que se aprenden en la escuela, son muy poco necesarias a lo largo de la vida en la mayoría de los alumnos.

Los juegos y la exploración son lo más importante para el desarrollo y la educación del niño, donde aprenden los contenidos de manera inconsciente.



Todo lo que nos rodea influye en nuestro aprendizaje, los espacios, los tiempos, las actitudes de nuestros padres, las emociones, los gustos, las creencias, todo es parte del ambiente con el que nos construimos nosotros mismos.

Por eso nos tendremos que preguntar, ¿Qué ambiente les estamos ofreciendo a los niños para que de adultos se desarrolle de esta manera?

Los niños violentos siempre tienen algún ambiente de violencia en su entorno social, ya que reproducen aquello que ven en este entorno.

El potencial de los alumnos es muy grande, pero es responsabilidad de los docentes el saber desarrollar ese potencial hacia la creatividad del niño y sus inquietudes, y es en este camino de la creatividad y la explosión la importancia de un aprendizaje lo más abierto y menos reglado posible, por ejemplo a través del arte.

Los niños autoregulan su propio aprendizaje, basándose en su creatividad y su potencial, por eso debemos dejarlos fluir en aquello que les interesa, para que se desarrollen bajo sus propios recursos y cualidades.

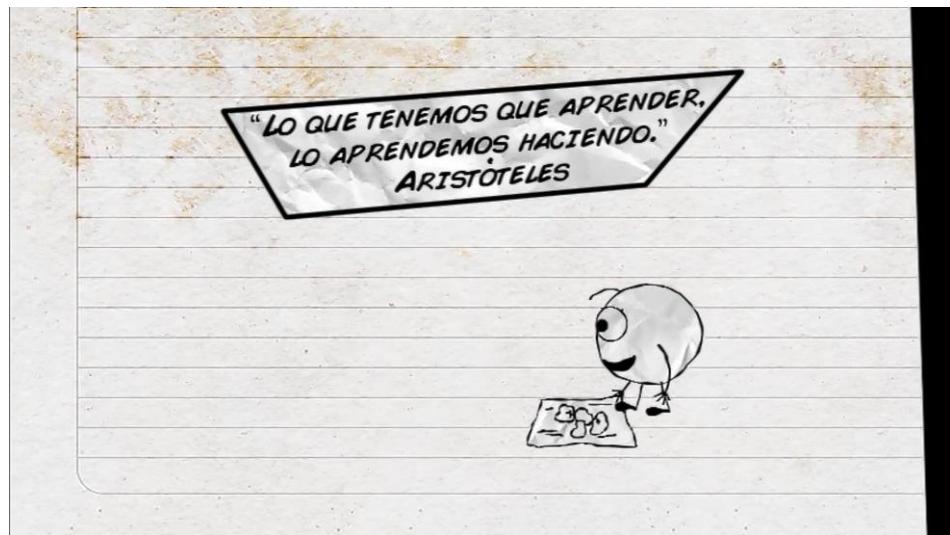


La repetición de los conocimientos no es la manera de que los alumnos aprendan algo, ya que nos transformamos en meros repetidores de conceptos, sin comprender aquello que se debería aprender, generando estrés y desmotivando en gran parte en el proceso de aprendizaje. La mayoría de los alumnos terminan por olvidar estos contenidos que han “aprendido” durante la educación en la escuela.

El disfrute del aprendizaje le da la calidad del propio aprendizaje, siendo un aprendizaje profundo aquel que se basa en el interés y la voluntad, donde se crean relaciones de la persona y su entorno.

Lo maravilloso del descubrimiento es el aprendizaje, ya que “nunca” se olvida ese conocimiento por parte del niño.

Lo que tenemos que aprender, es más enriquecedor si lo hacemos nosotros mismos, por ejemplo, al desarrollar un deporte, el niño siempre lo recordará si los materiales necesarios para realizarlo los fabricamos en las clases, ya que de este modo tiene una implicación en el proceso de aprendizaje, explorando su creatividad y sus capacidades. De otra forma cuesta más esfuerzo aprende aquello que no hace.



La motricidad está ligada muy íntimamente con lo cognitivo, ya que a través del juego y la elaboración, el aprendizaje puede ser mucho más significativo, ya que es un reto a lo desconocido con el movimiento del niño.

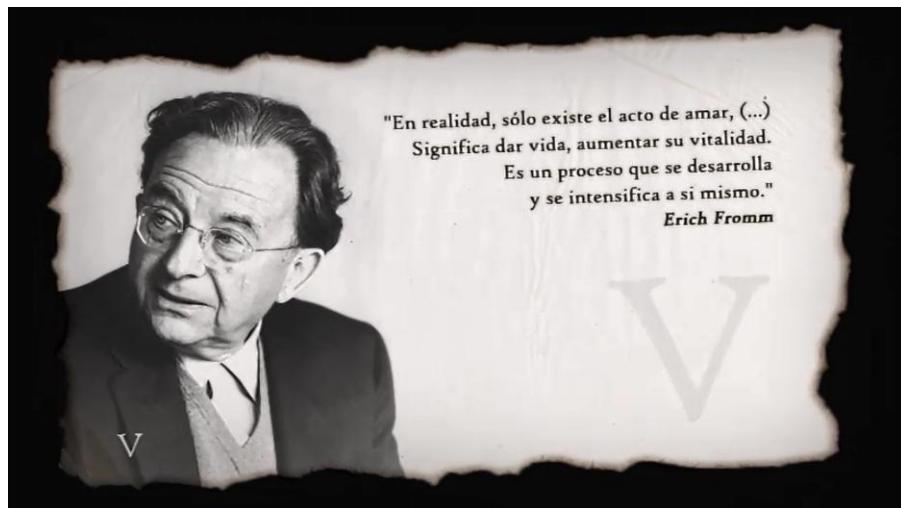
Las grandes cualidades de los niños se trabajan a través de los juegos, investigar, explorar, motivar, aprender, respetar, etc., buscando respuestas a las preguntas que el niño se hace.

Los objetos con los que los niños aprenden, son autocorrectores, haciendo que aprendan de sus propios errores y equivocaciones, igual que en la ciencia, ya que se basan en estos errores para seguir aprendiendo, como si fuesen pasos para llegar a un objetivo final.

La sociedad nos vuelve ignorantes en el momento en el que nos da respuestas, matando las preguntas y la capacidad de aprender, y todo el proceso de aprendizaje en la educación debería de basarse en la pregunta, en la indagación. La pregunta es el origen del aprendizaje, y no necesita de estructuración ni planificación ya que en dicho

aprendizaje no se sigue una progresión lineal ni progresiva, sino que tiene un carácter dinámico.

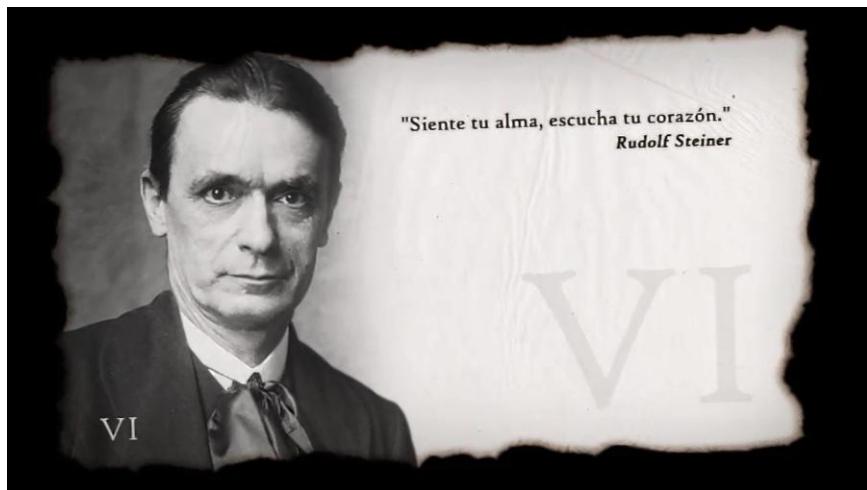
Se pone el énfasis en el resultado en vez de hacerlo en el proceso pero el desarrollo del niño se encuentra en el camino del aprendizaje, y no en los resultados, siendo el protagonista del conocimiento. Si nos centramos en los objetivos como docentes, solo nos preocupará el objetivo, dejando de lado el proceso de aprendizaje, pero si por otro lado le damos la importancia al proceso, no estaremos pendientes del objetivo, y todo esto hará que el aprendizaje fluya de forma natural, disfrutando del proceso.



Se diferencian dos ideales pedagógicos (el de adaptar la cultura al niño, y el de adaptar el niño a la cultura), pero la respuesta a una educación ideal debe estar en medio de las dos.

Cada ser tiene de forma interna las respuestas a los agentes externos que nos rodean, solamente es necesario que tenga a su alcance en su entorno aquello que necesita, al igual que con el aprendizaje, en el que no se debe forzar a los niños a aprender mediante amenazas o premios, que hacen que la motivación del niño por aprender cambie de plano y deje de ser intrínseca, ya que siente un chantaje a nivel emocional, que nos hace desconectar de aquello que nos alimentaba las ganas de explorar y de conocer (miedos).

El miedo es un sistema de control de los niños para que alcancen unos objetivos estructurados que se tienen estipulados desde el sistema educativo. Hoy en día controla muchos aspectos dentro de la sociedad de hoy en día, en la que hacemos la mayoría de las cosas por aparentar o ser quienes no somos, perdiendo la identidad propia. No se debe motivar al niño, ya que está motivado al aprendizaje por su propia naturaleza, de forma autónoma buscando las respuestas a las preguntas internas de su identidad.

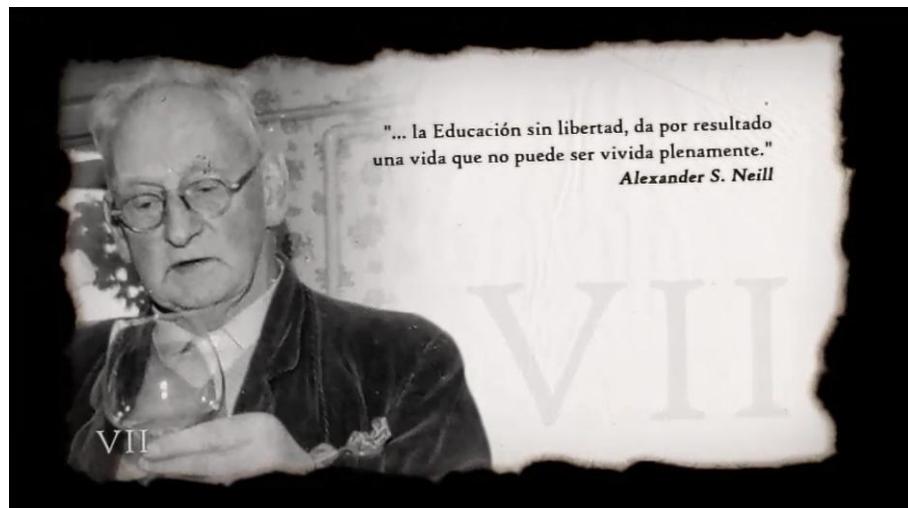


La agrupación de los niños por edades homogeniza las clases, creando una serie de características estandarizadas dentro de la educación en las clases, pero los niños son diferentes aunque tengan edades iguales. Cada niño es original como individuo, diferente al de al lado, mostrando una diversidad dentro de las clases, algo que se debe de atender en cada una de las necesidades que muestran. Los niños en sus entornos siempre se han relacionado con otras generaciones y el aprendizaje ha sido intergeneracional.

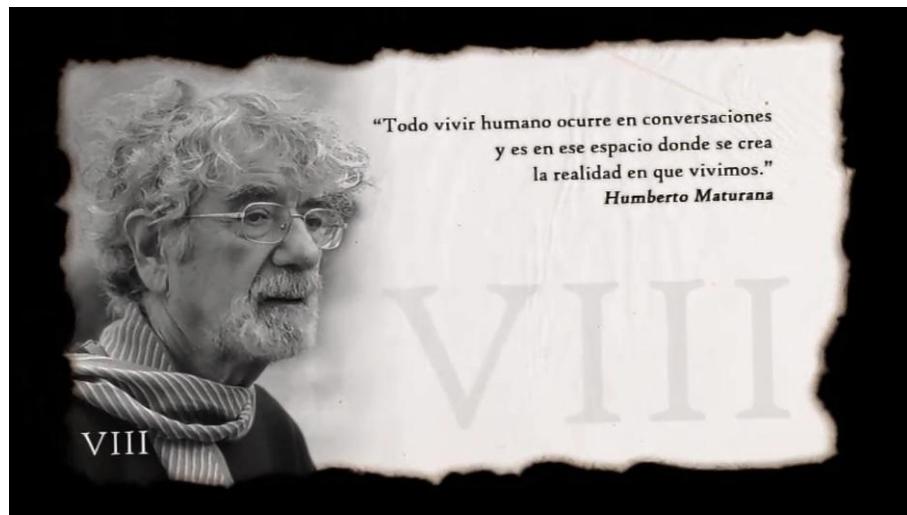
La fragmentación de los espacios es algo que no debería estar separado para una educación integral de los alumnos, en la que no habría que separar las aéreas, sino integrarlas unas en otras para una globalidad de los conocimientos que les transmitimos a los niños. Todo se relaciona con todo, las matemáticas son historia, la historia es lengua, etc. todo lo que surge de forma espontánea del niño, es creación.

La atención emocional de los niños con paciencia, amor, respeto, hará que tengamos adultos emocionalmente estables.

La vida está llena de opciones, por lo que los alumnos tienen que ser partícipes de la elección de las tareas en las que se quieren involucrar, ya bien sea por sus intereses o por sus gustos, donde no aprenden lo que no quieren aprender. Esta elección les ayuda a probar las opciones, dándoles una idea clara de sí mismos, con una identidad propia en la que van a tener éxito, ya que hacen aquello que realmente les gusta. Por otro lado los niños dependientes nunca van a hacer lo que quieren. El profesor debe de proponer, y no de imponer.



Las notas son subjetivas e imperfectas, ya que no hay docentes que evalúen igual, y es el niño el que sabe el nivel que tiene en cada momento dentro del camino de la educación. En la escuela libre no hay calificaciones a través de exámenes, sino que se valora el progreso de los alumnos mediante la observación de un proceso de enseñanza durante el tiempo. El ambiente es fluido y de tranquilidad, donde cada niño hace lo que quiere, trabajando en grupos unidos por intereses comunes, a su ritmo, sin presiones, de forma integral. Hay escuelas en las que aprenden niños de diferentes edades a la vez, donde los que son buenos en algunas materias ayudan a los que no, y también se nutren de los conocimientos de los demás, colaborando los mayores y los pequeños complementándose entre ellos.



La disciplina es el aprendizaje de la conducta y la podemos clasificar en 3 diferentes:

1. Autoritaria con reglas establecidas por una autoridad que controla.
2. Una disciplina funcional donde las reglas vienen de experiencias reales, son modificadas y aceptadas, es establecida por la comunidad a la elección de todos.
3. Una autodisciplina, donde cada persona es consciente de que construye su propia disciplina.

La disciplina creo que no se tiene que confundir con obediencia a la autoridad, en este caso al profesor. Siempre que el niño tiene poder de elección, generará una autodisciplina, ya que respeta a los demás (cooperación con los compañeros), y tiene una motivación por el trabajo autónomo que no hace pensar en conductas indisciplinadas. En la escuela activa todos participan con todos en un equilibrio de convivencia en la que no buscan romper ningún límite.

EDUCACIÓN SIN ESCUELA

¿Hay Educación SIN Escuela?



Educación también es:

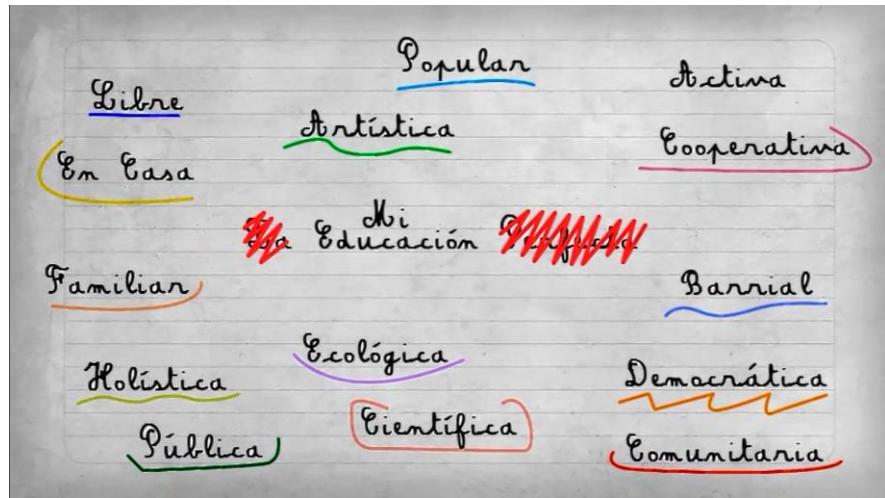
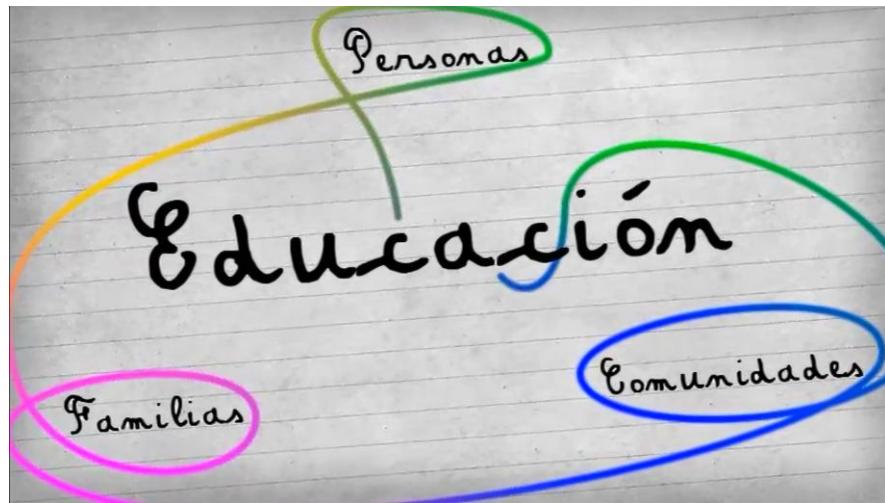
- Educación en Casa
- Educación sin Escuela
- Redes Autodidactas
- Aprendizaje Autodirijido
- Aprendizaje entre Pares

Se trata que aprendan en la vida cotidiana donde aprenden con los profesores fuera de lo exclusivo del currículo, de autoaprendizaje o aprendizaje libre, donde los niños aprenden todo lo que saben sus mayores, y generan inquietudes a desarrollar dentro de ellos. La educación debería ser libre, donde cada uno puede tener la pedagogía que quiera para los niños.

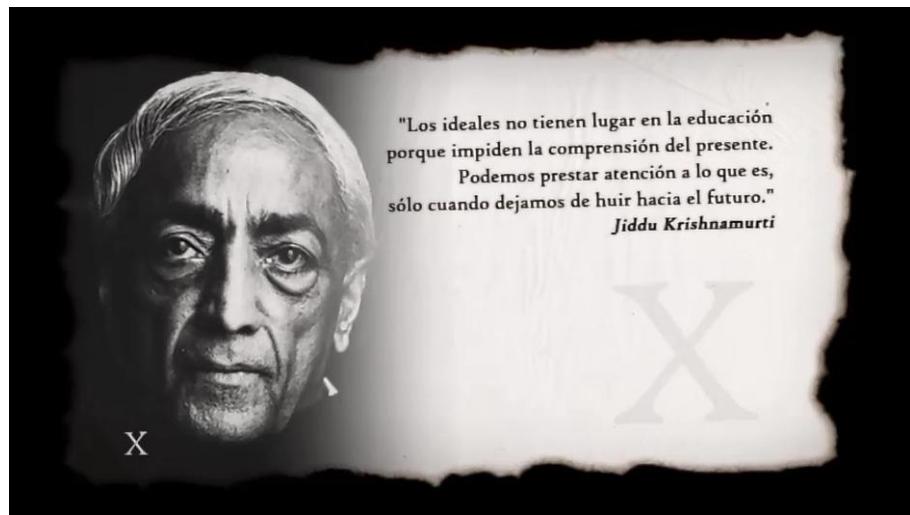
A nivel docente se necesita hacer un gran trabajo por parte de los profesores para seguir el progreso de los niños en su educación, teniendo una implicación real en aquello que está haciendo, comunicándose con los niños con una actitud dinámica,

estamos dispuestos a posibles cambios en lo que nos condiciona como docentes. Debemos ser ejemplo de una vida, de una experiencia personal, en la que disfrutemos del trabajo que hacemos.

La escuela debería ser democrática, en la que los alumnos elijan la forma de evaluar, donde los padres sean partícipes del aprendizaje, y los profesores desarrollen aquello que quieran en las diferentes aulas de los diversos centros.



No existe una escuela perfecta, sino una adecuada a cada contexto en el que nos encontramos, ya que cada niño y cada situación son diferentes. Va más allá de las instituciones, la hacen las personas.



La familia tiene una gran importancia dentro de la escuela, ya que su implicación es necesaria para un proyecto educativo, determinante en su formación, apoyando aquellos valores que se establecen y transmiten en la escuela, viviendo experiencias con ellos, creando vínculos, respeto por los demás, sin “aparcarlos” mientras están trabajando. Uno de los componentes de la familia y de la escuela es poder adaptar el niño a la sociedad en la que vivimos.



CONCLUSIONES DEL VIDEO; OPINIÓN PERSONAL

Se habla mucho de ideales hoy en día, pero no se cumplen dentro del aula, y sólo unos pocos se atreven a romper esas barreras institucionales y dar un salto de calidad en la educación de nuestros alumnos.

Un video muy interesante en el que una serie de docentes nos muestran un tipo de escuela alternativa en la que se pone en práctica todo lo que exponen, como una educación sin barreras, ni presiones, sin estructuras de ámbito social o institucional, en la que los niños se enriquecen de los conocimientos de los demás, interactuando todos de forma cooperativa, en una libre exploración de los potenciales que cada uno, según su personalidad, valores o inquietudes, se anima a realizar.

Esta escuela utópica, sobre todo para la sociedad actual en nuestro país, daría un cambio de perspectiva en la visión de lo que es el mundo y sobre todo en las relaciones sociales, donde prima la opinión de los demás por encima de la nuestra en muchos casos, sobre todo cuando te sales un poco de lo que se considera como establecido.

Una de las premisas necesarias para este tipo de escuela sería la implicación de los padres en la enseñanza de los niños, ya que ahora dista mucho del ideal que se pretende con este tipo de educación, dado el poco tiempo e interés que muestran la mayoría de los padres por la educación de los hijos. Algo que también ayudaría a que los profesores tuvieran una actitud dinámica, ya que se verían respaldados por los padres en la transmisión de los valores que se les inculca en la escuela, y que no se los tiran por tierra justo llegar a casa, con descalificaciones u otro tipo de acciones por parte de la familia.

Por último decir que creo que hoy en día, tendríamos que cambiar la sociedad para concienciarla de lo importante de la educación para la formación de los niños, pero no sólo en lo académico, sino a nivel integral, para favorecer su autonomía, autoestima, valoración de los demás, respeto, relaciones saludables con su entorno, etc., algo que no se tiene en cuenta, ya que lo que quieren los padres es que los hijos tengan una formación para labrarse un “futuro”, pero ¿y si ese futuro no les hace felices?.