



**Universidad
Zaragoza**

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**Coeducación en Educación Física: Propuesta de
intervención para el curso de 5º de Educación Primaria**

**Coeducation in Physical Education: Intervention proposal
for the 5th grade of Primary Education**

Autora: Marta San Martín Lanz

NIA:855816

Directora: Lucía González- Mendiando

Facultad de Educación. Universidad de Zaragoza

Agradecimientos

Muchas gracias a mi tutora (Lucía) por su ayuda en todo momento, por su buena disposición y por haber podido trabajar a su lado.

Muchas gracias a mi familia porque sin ellos no podría haber estudiado la carrera de mis sueños.

RESUMEN

Actualmente el concepto de coeducación está muy presente en los centros educativos, pero son pocos los artículos y estudios que recogen información sobre ello. Este Trabajo de Fin de Grado (TFG), es una propuesta de intervención para el curso de 5º de Educación Primaria. Analizando cómo ha sido históricamente invisibilizada la mujer en el ámbito deportivo, el trabajo pone de manifiesto la importancia de la coeducación como herramienta para fomentar la igualdad desde edades tempranas. Tras una revisión teórica, se propone una intervención de nueve sesiones, en la que por medio de una encuesta inicial y final, se observarán los cambios en el alumnado.

ABSTRACT

The concept of coeducation is currently present in educational centers, but few articles and studies collect information about this. This Final Degree Project (FDP) is an interventional proposal for the 5th year primary course. Analyzing how women have historically been non visible in sports, the project highlights the importance of coeducation as a tool to promote the equality from an early age. After a theoretical review, a nine sessions intervention are proposed and the changes in the students will be observed through an initial and final survey.

Palabras clave: Coeducación, deporte, mujer, igualdad, evolución y primaria

Keywords: Coeducation, sport, woman, equality, evolution and primary education.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
2. MARCO TEÓRICO	5
2.1 COEDUCACIÓN	6
2.2 COEDUCACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA	8
2.3 ESTRATEGIAS COEDUCATIVAS	9
2.4 EL DESARROLLO DE LA IDENTIDAD DE GÉNERO EN LA INFANCIA	10
3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	12
3.1. INTRODUCCIÓN	12
3.2. OBJETIVOS	13
3.3. CONTENIDO	13
3.4. ELEMENTOS CURRICULARES	13
3.5. METODOLOGÍA	19
3.7. MATERIALES	27
3.8. ORGANIZACIÓN	27
3.9. EVALUACIÓN	28
4. CONCLUSIONES	29
5. BIBLIOGRAFÍA	30
6. ANEXOS	33

1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo de Fin de Grado (TFG), parte de una revisión teórica sobre la evolución del papel de la mujer en la educación física a lo largo de la historia. Durante gran parte de la historia, la presencia de la mujer en el deporte ha sido prácticamente nula o invisible. A las mujeres se les ha prohibido o negado el acceso a la práctica deportiva en igualdad de condiciones, o por prejuicios sociales, estereotipos de género o por falta de apoyo de instituciones, Subirats (2017). En muchas ocasiones, su participación ha sido limitada por disciplinas consideradas “adecuadas” para su rol tradicional, mientras que su rendimiento y logros eran desprestigiados o minimizados por los medios de comunicación y las estructuras deportivas dominadas por hombres. Esto provocó que el mundo deportivo se desarrollara en torno a los hombres, dejando a las mujeres en un papel secundario.

En los últimos años se ha observado un cambio sustancial en la percepción de la sociedad sobre las mujeres en el ámbito deportivo. Debido a diferentes cambios legislativos, movimientos y comportamientos, sobre la importancia de la igualdad de género. (Pelegrín et al., 2012, p 271)

La coeducación en el ámbito escolar, ha contribuido sustancialmente a la creación de esa sociedad más igualitaria aunque, en este sentido, aún queda mucho por hacer.

Partiendo de esta afirmación, el objetivo de este TFG es proponer una intervención adecuada al curso de 5º de Educación Primaria, donde se fomente la coeducación en la asignatura de Educación Física.

Me parece interesante el tema escogido, porque creo en la transformación de la educación para alcanzar una sociedad más igualitaria. Además en la actualidad no se encuentran muchos artículos sobre la coeducación en comparación con décadas anteriores, como si diéramos por hecho que el tema ya está resuelto, y no adquiere la relevancia que se merece, por lo que esta propuesta puede ser una contribución significativa al ámbito educativo. A través de la investigación que se llevará a cabo, se busca integrar la coeducación en las clases de Educación Física en Primaria, fomentando valores entre los alumnos y alcanzar respeto, inclusión e igualdad desde edades tempranas.

2. MARCO TEÓRICO

La participación de la mujer en el mundo deportivo se ha visto históricamente limitada por los estereotipos de género, y, pese haber demostrado que las mujeres son plenamente capaces de realizar cosas que parecían exclusivas de los varones, dichos estereotipos siguen presentes en nuestra cultura y a menudo se traducen en cuestiones legislativas, si bien es cierto que, como afirma Escobar (2016), las mujeres deportistas comienzan a cosechar éxitos y superar ciertos obstáculos que parecían insuperables hasta hace relativamente poco.

Ejemplos lejanos como el de Charlotte Cooper y Hélène de Pourtalés nos muestran que la capacidad deportiva de las mujeres ha existido siempre, aunque se haya visto sistemáticamente silenciada. Ambas fueron las primeras mujeres en obtener una medalla olímpica en los Juegos de París del año 1900, un hecho histórico pero que pasó desapercibido en su contexto (Modesto, 2024).

Más de un siglo después, en el año 2023, la Selección Femenina de Fútbol, fue campeona del mundo lo que tuvo un gran reconocimiento mediático y social. Asimismo, ejemplos como el de Simone Biles, quien ha dominado la gimnasia en los últimos años o Serena Williams, la cual ha sido un ícono del tenis y de la lucha por la igualdad, refuerzan el cambio de este paradigma Raquelober (2025, 10 de Enero). Comparando con las épocas anteriores, en las que no se retransmitían partidos, ya fueran de fútbol u otra disciplina, porque no se les daba la misma importancia mediática, actualmente se retransmiten en directo, son comentados por expertos y seguidos por millones de personas. Este crecimiento en la visibilidad muestra un gran cambio en la percepción social del deporte practicado por las mujeres. Este tipo de reconocimientos actuales evidencian el progreso de la visibilidad, a la vez que refuerza la idea de que su papel ha sido históricamente silenciado, pero nunca inexistente.

Autores como Pelegrín Muñoz et al. (2012) señalan algunos factores que han contribuido a dicho cambio, desde el ámbito educativo. Como la localización de actitudes sexistas en el alumnado, el diseño de intervenciones educativas centradas en la igualdad y la implementación de actividades que fomenten las mismas oportunidades. Pero, a pesar de los avances, siguen existiendo condicionantes que limitan a niños y niñas su libertad de elección y la participación deportiva.

Por ello es importante incorporar una perspectiva de coeducativa en las clases de Educación Física, ofreciendo igualdad de oportunidades a todos y construyendo una mejor sociedad (Subirats, 2017).

2.1 COEDUCACIÓN

Desde el ámbito educativo, entiendo que la escuela como instancia de socialización primaria ha jugado un papel relevante en este cambio, y por ello es importante destacar la idea de coeducación y su implementación progresiva. Diversos autores como Subirats (2017) o López (2010), coinciden en definir el concepto de coeducación como una propuesta pedagógica que valora por igual las aportaciones de las mujeres y de los hombres, reivindicando la igualdad de género, ya que deberá ser transmitida en futuros aprendizajes.

La coeducación surge como reacción de desigualdades surgidas entre niños y niñas que se dan en el entorno escolar, e indica la necesidad de establecer un acuerdo sobre este ambiente educativo para que los profesionales que quieran trabajar esta línea puedan alcanzar sus objetivos y metas. (Valdivia et al., 2010).

Supone un cambio cultural, venimos de una sociedad androcéntrica, donde el hombre ha sido el centro de todo, estableciéndose unos roles: los hombres muestran actitudes más violentas, porque han sido durante toda la historia los que se han dedicado al ataque o defensa en diferentes situaciones de supervivencia y, por otro lado, las mujeres han sido las verdaderas protagonistas de la reproducción humana (Subirats, 2017).

De acuerdo con Blández “coeducar es algo más que introducir nuevos contenidos o determinadas actividades. Supone un replanteamiento de la totalidad de los elementos implicados en el proceso de enseñanza-aprendizaje” (2007, p.1) y el profesorado de Educación Física juega un papel fundamental en la transmisión de los valores coeducativos, pudiendo reforzar las conductas del alumnado para evitar discriminaciones y comportamientos sexistas, en sus clases (Escobar, 2016a).

Sintetizando lo planteado por estos y otros autores, consideramos que coeducar significa enseñar a valorar tanto a chicos como a chicas, los rasgos de carácter positivo de los modelos femeninos y masculinos. No se trata de suprimir las formas de comportamiento femenino, sino de hacer partícipes a los chicos de las ventajas que tienen las formas de conducta que

hasta ahora han sido exclusivamente de chicas y viceversa. Por lo que implicaría valorar el modelo femenino como hasta ahora ha sido valorado el masculino.

A nivel legislativo, la coeducación está apoyada en una serie de argumentos recogidos en las diferentes leyes:

- **Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), modificada por la LOMLOE (2020).** Señala en su artículo 1 como uno de los principios del sistema educativo “la igualdad de derechos y oportunidades y la no discriminación por razón de sexo”. Además, la LOMLOE refuerza la perspectiva de género, incluyendo la coeducación como eje transversal que debe estar presente a lo largo de todas las etapas educativas, adaptándose a cada etapa madurativa, para eliminar estereotipos de género y promover la igualdad entre la sociedad.
- **La Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres.** Se registra en su artículo 24 la obligación de incluir la educación para la igualdad entre mujeres y hombres, en el plano de la educación.

Además, impulsa la inclusión de la coeducación como herramienta, en los planes de estudio, por lo que se logrará alcanzar una sociedad más igualitaria.

- **Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género.** Esta ley recoge desde la protección legal frente a la violencia de género, hasta introducir medidas preventivas a través de la educación. En el artículo 4; establece que en el sistema educativo debe incluir la formación a la igualdad para la no discriminación.
- **Normativas autonómicas de coeducación.** Son muchas las comunidades que tienen planes de coeducación en sus sistemas educativos. Como II Plan Estratégico para la Igualdad entre Mujeres y Hombres en Aragón (2021-2024).

Debemos tener en cuenta que es complicado conseguir una coeducación real, a pesar de que tengamos leyes y medidas detrás para conseguirlo. Ya que lo difícil es cambiar las creencias y no las leyes, Blández (2007).

2.2 COEDUCACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

La Educación Física desempeña un papel fundamental en el alumnado, ya que no solo adquieren nuevas capacidades motrices sino, desarrollan valores y actitudes, que les permiten mejorar su calidad de vida y las relaciones sociales. La coeducación en la Educación Física, surge como respuesta a las barreras impuestas a la mujer, para promover una enseñanza más inclusiva. Distintos autores definen este concepto, desde diferentes perspectivas, destacando de manera simultánea la importancia de conseguir una educación inclusiva.

En esta asignatura, a pesar de su evolución en los últimos años, existen aún muchos aspectos para ser trabajados, como el trato más igualitario eliminando prejuicios y estereotipos de género, para llegar a transmitir los aspectos positivos de cada sexo. (Rueda, 2007).

En cuanto a la evolución de la mujer a lo largo de la historia, en las clases de Educación Física, se observa un notable cambio. Sintetizando lo expuesto por, Ebone, (2024b), podemos ver que:

A partir de los Juegos Olímpicos de la Antigua Grecia (776 a.C), las mujeres solteras únicamente podían asistir como espectadoras, sin embargo, las casadas tenían prohibida la entrada. Hacia finales del siglo XVIII, se crean escuelas (segregadas) para niñas, con el fin de que les enseñaran algún oficio para poder ganarse la vida. Y también en esta época se crean una serie de escuelas gimnásticas, una escuela alemana, Dalcroze y en la escuela sueca, Ling, donde se fomenta la participación de la mujer en actividades físicas. Del siglo XIX al siglo XX, siguen creciendo las escuelas gimnásticas del siglo anterior. Además, se crean pruebas donde participa la mujer como la llamada “Marcha de las Midinettes” en París. (Guterman, s. f.).

Por último; en el primer tercio del siglo XX la EF de la mujer se centraba básicamente en el baile y la gimnasia, alejadas de las modalidades de deporte masculino que surgían.

Ya entrando en el siglo XX, a nivel escolar se produjo un salto cualitativo con la Ley General de Educación (LGE) del año 1970, la cual modifica muchas cosas del ámbito educativo, y da pie a la aparición de las escuelas mixtas, desde las escuelas públicas, privadas, incluso las religiosas. Sin embargo, algunas se mantuvieron al margen y perduran en la actualidad. Pese al avance que supuso el currículum no se terminó de adaptar a ambos sexos, sino que se ajustó a un modelo androcéntrico. En la EF tiene escasa presencia la expresión corporal y se

basa básicamente en ejercicios de preparación física y en deportes de competición (Rueda, 2007).

En su investigación, Muñoz-Sanchez y Grana-Gil (2020), analizan el interés y disposición del alumnado, ante la práctica deportiva, en Educación Primaria y E.S.O, analizando la diferencia entre niños y niñas. Nos centraremos en Educación Primaria, donde observamos que gran parte de ellos tienen una buena actitud ante las clases de Educación Física más o menos parecida, pero a medida que van creciendo y se hacen mayores, se muestra una notable diferencia entre ambos géneros, donde las alumnas aumentan su desinterés por la actividad física, lo que provoca una posterior indiferencia por el deporte.

Además, se destaca que el profesorado es más consciente de que sus acciones se reflejan en el alumnado, tanto de manera positiva como negativa, por lo que están cada vez más mentalizados para poder contribuir a la igualdad del aula. Entre las causas que hacen que sea difícil el cambio en el ámbito educativo, encontramos la falta de formación sobre coeducación y la poca concienciación del profesorado sobre las cuestiones de igualdad de género Muñoz-Sanchez y Grana- Gil (2020).

2.3 ESTRATEGIAS COEDUCATIVAS

Adentrándonos en el término de coeducar, significa que *“todas las personas sean educadas por igual en un sistema de valores, comportamientos, de normas y expectativas que no esté jerarquizado por el género social, (...) cuando coeducamos queremos eliminar el predominio de un género sobre el otro”* Cremades (1995).

El profesorado de Educación Física, como hemos visto anteriormente, juega un papel muy importante en la transmisión de valores educativos. Por ello cualquier docente deberá tener en cuenta una serie de cuestiones:

- *La formación en género del profesorado.* Si el personal docente no cuenta con estudios para combatir la desigualdad en el aula, será complejo poder combatirla, ya que debe ser constante y continua a lo largo de la vida académica. (Subirats, 2017).
- *Uso no discriminatorio del lenguaje.* El profesorado debe dirigirse con igualdad a los alumnos y alumnas, lenguaje inclusivo y libre de estereotipos, para favorecer a la construcción de un entorno igualitario y respetuoso. (López-García-Torres y Saneleuterio, 2016).

- *Metodología; las formas de organizar la sesión.* Se plantean desde, cómo organizar los materiales, los espacios e incluir nuevos estilos de enseñanza, más socializadores a través de debates. asambleas, dinámicas de grupo... (Rueda, 2007).
- *Actuaciones sobre el currículo educativo.* Incorporar a referentes femeninos para transformar la transmisión de conocimientos. Dar visibilidad a poetisas, científicas, arquitectas... Además, sirve para que las niñas tengan modelos referenciales y sean conscientes de que deben luchar por lo que deseen. Por otro lado, el currículo debería introducir la educación emocional de forma explícita:

“La educación emocional es imprescindible para educar personas que puedan resolver los conflictos de la vía por el diálogo, para educar niñas con confianza en sí mismas, para educar niños que sepan ponerse en la piel de otros, para entender la diversidad como una riqueza, para aprender a relacionarse afectivamente, para prevenir abusos sexuales...” (Subirats, 2017, p. 132).

Si se llevan a cabo, estrategias y actividades basadas en el respeto, la cooperación y el trabajo, estaremos un paso más cerca de conseguir más igualdad en el aula. Se trata de crear grupos mixtos y equilibrados para enseñar al alumnado más valores cooperativos que competitivos (Montávez Martín, 2012).

2.4 EL DESARROLLO DE LA IDENTIDAD DE GÉNERO EN LA INFANCIA

Según la American Academy of Pediatrics (2024) la identidad de género se define como el sentimiento interno que las personas tienen de quiénes son, surge de la interacción de los rasgos biológicos, de sus influencias y de las condiciones del entorno. Así mismo, los niños y niñas son capaces de un reconocimiento propio según su desarrollo. El reconocimiento se identifica según el desarrollo de cada persona, y en la mayoría de los casos coincide con su género asignado (sexo).

La identidad de género puede desarrollarse en las siguientes etapas, González (2022):

- *Alrededor de los dos años:* Los niños y niñas toman conciencia de las diferencias físicas entre hombres y mujeres.
- *Antes de su tercer cumpleaños:* En la mayoría de los casos, aquí ellos mismos se pueden identificar como hombres o mujeres fácilmente.
- *A los cuatro años:* La mayoría de los niños y niñas tienen una percepción clara sobre su identidad de género.

La variación del género del alumnado es algo que está dentro del proceso de identificación de cada uno de ellos. Durante los procesos de socialización, se ajustan los valores, actitudes y comportamientos a los roles culturalmente asignados; algo paralelamente asociado a la edad y al nivel educativo del estudiantado, de manera que antes de alcanzar la adolescencia ya están asimilados (Barragán, 2001).

En el área de Educación Física, como también en el resto de ellas, es relevante la transmisión y reproducción de estereotipos sociales del género a través de las pautas de los docentes (Colás Bravo, 2004). Según Sánchez Sánchez (2007) en la actualidad se relacionan algunas características y habilidades como la competitividad y la agresividad, la fuerza o la resistencia, con el género masculino. Y la flexibilidad o la coordinación, al género femenino.

En la etapa de Educación Primaria, se desarrollan determinados procesos de socialización y construcción de valores. Además, entre los seis y los doce años, los niños y niñas van adquiriendo una autonomía, tanto motriz como cognitiva, que les permite desarrollar nuevas expresiones para su construcción como personas (Vargas Merino, 2009). Es por ello por lo que se escoge para esta propuesta el curso de 5º E.P, ya que su aspecto madurativo es capaz de entender estos conceptos y contenidos que se pretenden trabajar.

En este momento de su desarrollo los niños y niñas aprenden conductas sociales del rol de género, es decir, “cosas que hacen los hombres” o “cosas que hacen las mujeres”. Y aquí existe el riesgo de que sufran acoso, ya que cuando los intereses de un niño o niña son diferentes a lo que la sociedad espera, surgen discriminaciones (González, 2022). Es decir, en torno a los 8 o 10 años, interiorizan o hacen suyas las normas, valores, costumbres roles y estereotipos que cada cultura asigna a hombres o mujeres, por lo que se trata de un momento especialmente sensible y en el que la coeducación juega un papel fundamental.

Son escasas las investigaciones que planteen y evalúen intervenciones sobre este tema en la última década, en el ámbito de la Educación Física. Por todo ello, el objetivo de este trabajo es plantear una propuesta de intervención coeducativa para el alumnado de 5º de Primaria, en la asignatura de EF.

3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

3.1. INTRODUCCIÓN

Partiendo de la constatación de que la coeducación ha permitido una flexibilización de los roles y estereotipos de las clases de Educación Física de Primaria, a continuación, se desarrolla una propuesta de intervención en Educación Física para 3º ciclo, más concretamente 5º de E.P. La elección de este curso se debe a que a esta edad ya podemos observar la influencia que ejercen sobre ellos los estereotipos deportivos impuestos por la sociedad, tal manera que podamos trabajar con ellos la concienciación de dicho tema (Rueda, 2007).

La propuesta, se titula “Iguales en la vida y en el juego”, consta de 9 sesiones (2 de cada deporte) y se trabajarán 4 disciplinas deportivas, donde una sesión irá destinada a las habilidades motrices básicas de dicha actividad física, junto a reflexiones sobre la relevancia de aspectos que no se valoran lo suficiente en los deportes y están muy presentes en los conflictos del alumnado (como el trabajo en equipo, el respeto...) y la otra, seguirán con actividades del juego que se trabaje y un tiempo destinado a referentes femeninos, o actividades para trabajar la coeducación en el aula. En la primera sesión se realizará una encuesta de “introducción” para conocer el grado de conocimiento del tema del alumnado. Así, se establecerá un punto de partida, desde el cual sabremos qué aspectos habrá que trabajar más y cuáles no.

Los deportes que se trabajarán serán el fútbol, el baloncesto, bádminton y atletismo. Será una intervención destinada a un grupo de entre 20 y 24 alumnos. Y será primordial la formación de equipos mixtos y equilibrados, para priorizar la cooperación y reflexión, frente a la competición. Al terminar las sesiones se realizará una encuesta final a cada alumno, para observar los cambios de actitud que han podido tener, dar su opinión, reflexionar y consolidar lo visto durante las clases. La última sesión irá destinada a un debate grupal con toda la clase, donde se compararán las diferencias entre las dos encuestas realizadas (la inicial y la final). Será una forma de observar las opiniones del alumnado, que desarrollen su visión crítica, capacidad para decidir y opinar. Así como comprobar, si se cumplen los objetivos planteados.

3.2. OBJETIVOS

- Fomentar la coeducación en las clases de Educación Física, promoviendo la participación de los niños y niñas.
- Practicar y reflexionar sobre los deportes seleccionados, desde una perspectiva coeducativa.
- Aumentar la cooperación, el respeto y la igualdad entre el alumnado.
- Concienciar al alumnado sobre los estereotipos y la situación actual de la igualdad.

3.3. CONTENIDO

- Los contenidos que se impartirán serán; fútbol, baloncesto, bádminton y atletismo. De cada uno de ellos se enseñarán las habilidades motrices básicas, las reglas (número de jugadores, normas, materiales, espacios...) y diferentes técnicas para profundizar en ellos. No es cuestión de que aprendan las reglas perfectamente, sino de que haya un buen ambiente de trabajo y todos puedan disfrutar jugando.
- También, trabajaremos aspectos actitudinales, presentes en todas las prácticas deportivas. En una de las sesiones de cada deporte, se dejará un tiempo para reflexionar sobre cómo han funcionado las actividades, si ha ocurrido alguna problemática, y se dará la importancia que requiera.
- Además, de cada deporte se presentará una figura femenina de referencia, o se plantearán preguntas para abordar situaciones actuales y relevantes, así poder llegar al alumnado y que sea consciente de ello. Es uno de los contenidos más importantes, ya que se trabajarán conceptos relacionados con la coeducación y la igualdad de género.

3.4. ELEMENTOS CURRICULARES

Tomando como referencia el currículum oficial de Educación Física de Educación Primaria de Aragón, se establecen relaciones entre las competencias específicas y los criterios de evaluación, organizándolas según los deportes trabajados:

Deporte: Fútbol	CURSO: 5°
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE.EF.1. Adaptar la motricidad (esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) en diferentes situaciones de aprendizaje, para dar una respuesta ajustada a las demandas de proyectos de aprendizaje relacionadas con actividades conectadas con el contexto social próximo.	1.2. Encadenar acciones motrices durante el juego para resolver, analizar, valorar y perfeccionar diferentes situaciones motrices (tácticos y técnicos) de oposición (por ejemplo, luctatorias, de cancha dividida u otras).
	1.4. Utilizar los recursos adecuados para resolver con éxito situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices colaboración oposición.
CE.EF.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades personales y sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios conectados con el contexto social próximo.	3.1. Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándose de forma asertiva
	3.3. Afianzar habilidades sociales en la realización de prácticas motrices, utilizando el diálogo en la resolución de conflictos y el respeto ante la diversidad (género, afectivosexual, origen nacional, étnico, socioeconómica o competencia motriz), y mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
CE.EF.5. Desarrollar un estilo de vida activo y saludable a través de un proceso de construcción social compartido, practicando regularmente actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, que le capacite a tomar decisiones saludables (físicas, emocionales y sociales), para él o para ella y para su entorno social que contribuyan a su bienestar.	5.4. Identificar conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando posturas de rechazo a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

Fuente: Elaboración propia

Deporte: Baloncesto	CURSO: 5°
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE.EF.1. Adaptar la motricidad (esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) en diferentes situaciones de aprendizaje, para dar una respuesta ajustada a las demandas de proyectos de aprendizaje relacionadas con actividades conectadas con el contexto social próximo.	1.2. Encadenar acciones motrices durante el juego para resolver, analizar, valorar y perfeccionar diferentes situaciones motrices (tácticos y técnicos) de oposición (por ejemplo, luctatorias, de cancha dividida u otras).
	1.4. Utilizar los recursos adecuados para resolver con éxito situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices colaboración oposición.
CE.EF.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades personales y sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios conectados con el contexto social próximo.	3.1. Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándose de forma asertiva
	3.3. Afianzar habilidades sociales en la realización de prácticas motrices, utilizando el diálogo en la resolución de conflictos y el respeto ante la diversidad (género, afectivosexual, origen nacional, étnico, socioeconómica o competencia motriz), y mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.
CE.EF.5. Desarrollar un estilo de vida activo y saludable a través de un proceso de construcción social compartido, practicando regularmente actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, que le capacite a tomar decisiones saludables (físicas, emocionales y sociales), para él o para ella y para su entorno social que contribuyan a su bienestar.	5.4. Identificar conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando posturas de rechazo a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

Fuente: Elaboración propia

Deporte: Bádminton	CURSO: 5°
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE.EF.1. Adaptar la motricidad (esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) en diferentes situaciones de aprendizaje, para dar una respuesta ajustada a las demandas de proyectos de aprendizaje relacionadas con actividades conectadas con el contexto social próximo.	1.2. Encadenar acciones motrices durante el juego para resolver, analizar, valorar y perfeccionar diferentes situaciones motrices (tácticos y técnicos) de oposición (por ejemplo, luctatorias, de cancha dividida u otras).
	1.4. Utilizar los recursos adecuados para resolver con éxito situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices colaboración oposición.
CE.EF.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades personales y sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios conectados con el contexto social próximo.	3.1. Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándose de forma asertiva
	3.3. Afianzar habilidades sociales en la realización de prácticas motrices, utilizando el diálogo en la resolución de conflictos y el respeto ante la diversidad (género, afectivosexual, origen nacional, étnico, socioeconómica o competencia motriz), y mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

Fuente: Elaboración Propia

Deporte: Atletismo	CURSO: 5º
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
CE.EF.1. Adaptar la motricidad (esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución) en diferentes situaciones de aprendizaje, para dar una respuesta ajustada a las demandas de proyectos de aprendizaje relacionadas con actividades conectadas con el contexto social próximo.	1.1. Combinar acciones motrices individuales para implicarse en proyectos de acción tendentes a mejorar sus resultados (por ejemplo, atletismo, carrera de larga duración, natación, etc.) y/o planificar un encadenamiento para realizar producciones con cierto grado de dificultad (por ejemplo, gimnasia deportiva, patines, etc.).

Fuente: Elaboración propia

❖ *Los bloques y saberes asociados, son los siguientes:*

Deporte: Fútbol	
Bloque	Saberes Básicos
A. Resolución de problemas en situaciones motrices	- Aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota), en ataque y en defensa
	- Ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo...).
C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Disfrute del placer de jugar, independientemente de los resultados alcanzados.
	- Gestión emocional: ansiedad, enfado desmedido en situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.
E. Organización y gestión de la actividad física	- Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.

Fuente: Elaboración propia

Deporte: Baloncesto	
Bloque	Saberes Básicos
A. Resolución de problemas en situaciones motrices	- Aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota), en ataque y en defensa
	- Ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo...).
C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Disfrute del placer de jugar, independientemente de los resultados alcanzados.
	- Gestión emocional: ansiedad, enfado desmedido en situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.
E. Organización y gestión de la actividad física	- Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.

Fuente: Elaboración propia

Deporte: Bádminton	
Bloque	Saberes Básicos
A. Resolución de problemas en situaciones motrices	- Aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota), en ataque y en defensa
	- Ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo...).
C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices	- Disfrute del placer de jugar, independientemente de los resultados alcanzados.
	- Gestión emocional: ansiedad, enfado desmedido en situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.

Fuente: Elaboración propia

Deporte: Atletismo	
Bloque	Saberes Básicos
A. Resolución de problemas en situaciones motrices	- Perfeccionamiento y combinación de acciones motrices elementales para construir otras de mayor complejidad en situaciones y medios variados.
	- Principios para actuar metódicamente: emitir hipótesis de acción, identificar constantes, anticipar las acciones que hay que realizar, seleccionar las formas de hacer más apropiadas, resolver problemas

Fuente: Elaboración propia

3.5. METODOLOGÍA

Las metodologías habituales en las clases de Educación Física, son activas y participativas, las cuales cobran un papel muy relevante, ya que permiten reconducir y orientar los procesos de enseñanza, a través de la reflexión y la conciencia del estudiante. Según Morente y Sánchez (2020), estas metodologías deben ser bien estructuradas y puestas en práctica, pues deben estar bien planteadas desde un primer momento, para que los aprendizajes se construyan desde ahí.

Uno de los pioneros del aprendizaje experimental fue John Dewey, defendió una educación enfocada en la práctica, es decir, que fuera útil para la formación del alumnado. Por tanto, rechazaba la educación basada en la teoría y en la memorización. (VOCA Editorial, s.f.). En la misma línea, este artículo recoge cómo el alumnado es el centro del aprendizaje (pasando de ser pasivo a activo). De esta forma, se busca que el alumnado pueda resolver situaciones reales en forma de práctica, lo que significa un éxito educativo. Es un proceso que se repite constantemente; *Experiencia- Reflexión- Aprendizaje- Experiencia- Reflexión- Aprendizaje* (repetidamente).

De manera paralela a la idea de Dewey, el psicólogo David Ausubel desarrolló el concepto de aprendizaje significativo, el cual también resalta la utilidad y el sentido para el alumnado. Esta teoría comenta que se hace necesario profundizar los conocimientos mediante la participación activa en el aula, aplicando métodos que permitan llamar la atención del estudiantado. (Moreira-Chóez et al. 2021)

Por tanto, esta propuesta de intervención, dispondrá de una metodología en la que el o la docente no aporte únicamente los contenidos al alumnado, sino que ellos mismos serán los verdaderos protagonistas de su aprendizaje, creando sus propias ideas y conclusiones. El docente, actuará como guía, para no influir en sus decisiones, para aclarar sus ideas y en momentos puntuales realizar intervenciones para aclarar dudas que tengan. El docente, planteará la reflexión coeducativa (problema inicial), y ellos deberán de investigar, resaltar, a través de sus investigaciones y trabajo que realicen.

La estrategia que se seguirá será principalmente la cooperación entre el alumnado, considerando, aceptando y apoyando las diversas ideas que se planteen en el grupo, para alcanzar el objetivo propuesto. Continuamente se fomentará la inclusión del grupo, respetando los ritmos de aprendizaje y las dificultades que surjan.

En las sesiones, especialmente aquellas dirigidas a las reflexiones coeducativas, se explicará lo que hay que realizar, y las instrucciones necesarias, para garantizar el desarrollo de ella. Ya están formados los grupos mixtos y equilibrados, de la clase anterior. Y por último finalizará con una reunión o demostración final para reflexionar sobre la actividad y extraer conclusiones entre todos.

3.6. ACTIVIDADES

A continuación, se presenta una tabla mostrando la secuencia didáctica de todas las sesiones, (*Ver Tabla II*).

SESIÓN 1	CONTENIDO	FÚTBOL
1	Introducir propuesta. Realización “encuesta inicial” (<i>Ver anexo I</i>).	
2	Ejercicio de calentamiento.	
3	Aspectos básicos del fútbol (reglas, normas...).	
4	Pases por grupos (mixtos) y acabar en portería.	
5	2 contra 2 (trabajar ataque y defensa).	
6	Partidos mixtos de 5 contra 5, roles rotativos.	
7	Reflexión sobre los roles en un equipo, la cooperación y el trabajo en equipo.	
SESIÓN 2	CONTENIDO	FÚTBOL
1	Juego de calentamiento.	
2	Organización de equipos y poner nombre de equipo.	
3	Mini torneo de 4 equipos de 5 personas.	
4	<p>Reflexión coeducativa. Cada equipo seleccionará a una jugadora femenina destacada en este deporte y hará un mural para mostrar al resto de compañeros.</p> <p>Ejemplo: Alexia Putellas, Aitana Bonmatí, Olga Carmona, Salma Paraluello...</p> <p>Deberán mostrar sus logros y éxitos, junto a una reflexión de ¿Por qué creen que se ven más partidos de fútbol masculino que femenino/¿ Por qué conocemos más a Messi</p>	

	que a cualquier jugadora mencionada?...
--	---

SESIÓN 3	CONTENIDO	BALONCESTO
1	Juego de calentamiento.	
2	Introducción baloncesto (normas, reglas, espacios...).	
3	Circuito de relevos por equipos (mixtos).	
4	Juegos cooperativos , como el “10 pases” o 3 en raya.	
5	Reflexión sobre la importancia de la solución de conflictos y la competitividad.	
SESIÓN 4	CONTENIDO	BALONCESTO
1	Juego calentamiento.	
2	Gestión de equipos mixtos y equilibrados.	
3	Torneo 3x3 (dos equipos juegan y otro arbitra).	
4	<p>Reflexión coeducativa. Visita del Casademont femenino y reflexionarán por equipos y compartirán sus respuestas.</p> <p>Preguntas; ¿Creéis que las chicas tienen las mismas oportunidades que los chicos en el deporte? Y cómo se podría cambiar. ¿Conoces jugadoras famosas de baloncesto? Podrán hacer un cartel con lo que hayan aprendido de la sesión.</p>	

SESIÓN 5	CONTENIDO	BÁDMINTON
1	Juego de calentamiento.	
2	Introducción bádminton (normas, reglas...).	
3	Circuito por equipos con manejo de volante.	
4	Reflexión sobre la empatía, el liderazgo....	
SESIÓN 6	CONTENIDO	BÁDMINTON
1	Juego de calentamiento.	
2	Creación de equipos (mixtos).	
3	Tiempo de juego.	
4	<p>Reflexión coeducativa. Video sobre Carolina Marín (sus logros, su vida, lesiones...) Y por grupos de trabajo tendrán que hacer una biografía destacando los momentos más relevantes de su carrera.</p> <p>Después debate con ciertas preguntas como; ¿Cómo podemos hacer para que un chico/a no se sienta juzgado de jugar a un determinado deporte? / ¿Qué deporte crees que no juegan mucho las niñas o los niños? ¿Por qué?...</p>	

SESIÓN 7	CONTENIDO	ATLETISMO
1	Juego de calentamiento.	
2	Aspectos básicos del atletismo (estilos, formas de competición...).	
3	Relevos y juegos cooperativos (mixtos e igualados).	
4	Reflexión sobre no rendirse, el esfuerzo, la lucha...	
SESIÓN 8	CONTENIDO	ATLETISMO
1	Juego de calentamiento.	
2	Creación de actividad por grupos (con las reglas y materiales que quieran).	
3	Tiempo de juego.	
4	Reflexión coeducativa. Mural conjunto por equipos donde podrán todos los referentes femeninos que han ido conociendo durante la realización de estas sesiones, junto a lo que más les ha sorprendido, que aprendizaje se llevan...	
5	Realización encuesta final (<i>Ver anexo II</i>)	

Fuente: Elaboración propia

En la sesión nueve realizaremos un debate grupal, donde se observarán las diferencias entre la primera encuesta realizada como “punto de partida” para saber qué aspectos habían de mejora. Y la encuesta final, destinada a ver qué han aprendido, si han cambiado su punto de vista, si han visto desigualdades que antes no conocían...

Algunas de las preguntas que se harán serán las siguientes:

- ¿Ha cambiado vuestra opinión acerca de si existen deportes “de chicos” y “de chicas”?
- ¿Conocéis más deportistas femeninas ahora? Dame algún ejemplo y cuéntame sobre ellas.
- ¿Creéis ahora que todos tenemos derecho a participar en cualquier deporte?
- ¿Qué cosas observáis que antes os parecían normales y ahora consideráis injustas?
- ¿Qué cosas son las que más os han llamado la atención?
- ¿Pensáis lo mismo ahora que antes?
- ¿Qué respuestas cambiaríais de la primera encuesta?

Se puede plantear realizar varios gráficos donde se muestran las diferencias entre los conocimientos que tenían en la primera sesión y en esta última.

A continuación, se presenta un resumen de las actividades recogidas en la propuesta educativa:

- **Encuesta inicial:** Se plantea para observar qué conocimientos del tema tiene el alumnado, para saber en qué nos tenemos que centrar, a qué tenemos que dedicar más tiempo y qué referentes pueden conocer.
- **Juegos de calentamiento:** Es de las partes más relevantes de la sesión, ya que se evitan lesiones, se prepara física, fisiológica y psicológicamente para los ejercicios que se realizarán. Los que se plantean son: “Polis y cacos”, el pañuelo, la araña, el pilla-pilla infinito...
- **Pases por grupos y acabar en portería (Fútbol):** Por grupos estarán en medio del campo dándose pases, el profesor al decir ¡Ya!, la persona que tenga el balón tendrá que ir corriendo y chutar a la portería, antes que los demás grupos.
- **Dos contra dos (Fútbol):** Se colocarán mini-porterías y jugarán en un espacio más reducido partidos de 4 minutos, de dos contra dos. Será una manera de que todos participen continuamente y no tengan tiempo de espera.
- **Reflexión coeducativa (Fútbol):** Por grupos elegirán una futbolista profesional, y de cada una de ellas, tendrán que poner su biografía, sus logros... sobre un mural que mostrarán al resto de compañeros. Junto a unas preguntas de reflexión coeducativas.

- **Circuito de relevos (Baloncesto):** Se colocarán equipos de 5 personas en línea de fondo. Habrá diferentes conos y vallas, que tendrán que superar, meter canasta y volver a su equipo para que salga el siguiente.
- **Juego de los 10 pases (Baloncesto):** Por equipos (un equipo de 5 contra otro), tendrán que conseguir dar 10 pases en el campo de baloncesto, sin que se les caiga al suelo o lo robe el otro equipo.
- **Tres en raya (Baloncesto):** Cada equipo en una canasta, tendrán que meter un tiro libre. Al meter una persona, cogerán un peto y lo colocarán en el lugar que quieran de los aros que habrá en medio del campo. El primero en conseguir 3 en raya, ganará.
- **Reflexión coeducativa (Baloncesto):** Será una visita de las jugadoras profesionales de Casademont Zaragoza y después de que cuenten sus experiencias, reflexionarán con unas preguntas (desarrolladas en la tabla). Todo ello quedará plasmado en una cartulina a modo de cartel.
- **Circuito por equipos con manejo de volante (Bádminton):** Competirá un equipo contra otro, tendrán que superar unos obstáculos con la raqueta estirada y el volante colocado en ella. Si el volante se cae tendrán que empezar desde el principio.
- **Reflexión coeducativa (Bádminton):** Será un trabajo por grupos de la profesional Carolina Marín, tras ver un vídeo, por grupos tendrán que destacar sus momentos más importantes de su carrera. Junto a unas preguntas para reflexionar, dando cada uno su opinión.
- **Relevos (Atletismo):** Serán pruebas donde estarán por equipos y cada vez saldrá uno, de salto, carrera... El primer equipo en acabar el circuito, ganará.
- **Creación de deporte (Atletismo):** Cada equipo deberá crear un deporte nuevo de atletismo, podrá elegir las normas, reglas, número de jugadores que quiera...
- **Reflexión coeducativa (Atletismo):** Se hará un mural conjunto a modo de resumen de todo lo aprendido de las sesiones anteriores, en él podrán mostrar lo más llamativo, lo que más les haya gustado...
- **Torneos:** En todos los deportes se realizan torneos, será el espacio donde creemos los equipos mixtos, equilibrados, para trabajar las desigualdades, y todos los aspectos que queremos conseguir.
- **Encuesta final:** Al terminar el último deporte, se pasará una encuesta donde se realizarán preguntas libres a los alumnos, ellos tendrán que mostrar si han aprendido algo, o si de lo contrario, no han aprendido nada.

- **Evaluación grupal:** A modo de evaluación se realizará conjuntamente un debate, en él, el docente podrá observar los notables cambios, si los hay, de los aspectos (coeducativos y valores) que se han trabajado durante las 8 sesiones. En el que cada alumno podrá mostrar su opinión, su postura y sus aprendizajes, en un ambiente libre y sin ser juzgados.

3.7. MATERIALES

- **Recursos materiales:** Balones de fútbol, porterías, balones de baloncesto, canastas, raquetas de bádminton, volantes, petos, red de bádminton, vallas...
- **Recursos espaciales:** Es necesario un buen estado del lugar donde practiquemos los deportes, un buen polideportivo, con suelo en condiciones, buena adherencia y estabilidad.

3.8. ORGANIZACIÓN

Para la organización y el desarrollo de las sesiones, se llevarán a cabo en un polideportivo. El profesorado estará atento para atender a todas las necesidades que aparezcan en las clases. Además, el papel del profesor será fundamental para participar en la formación de los equipos mixtos e igualitarios. Podrá formar los equipos de diferentes maneras, por orden de lista, mediante juegos, por colores... Para que vayan cambiando los equipos, será importante tener varias formas de crearlos y alternarlas.

El alumnado suele agruparse naturalmente por sexos, y si no actuamos para redirigir los equipos acaban formándose para cualquier tipo de actividad. Para ello hay formas de gestión del grupo, se pueden establecer al principio del curso, normas establecidas de acuerdo con los alumnos, designar previamente el espacio que dispondrá cada grupo y no dejarlo a libre elección.

Otra opción es la de diseñar un espacio de grupos en función del contenido que se vaya a plantear, teniendo en cuenta las habilidades de cada alumno, para la compensación de los equipos.

Según Caño (2011), cuando se habla de grupos mixtos, lo importante no será el resultado (ganar o perder), ni dependerá del nivel de habilidad de dicho grupo. En estas situaciones lo buscado, es de carácter educativo, la competición tendrá un papel secundario.

En cuanto a la organización temporal, las sesiones serán nueve, y se dedicarán dos sesiones a un mismo deporte, y la última, para el debate grupal. Las clases tendrán la siguiente dinámica: Ejercicio de calentamiento (5- 10 minutos aproximadamente), la parte principal (20- 25 minutos) y vuelta a la calma /reflexión (20 minutos). Además, se dejará un tiempo para que los alumnos puedan acudir al aseo.

3.9. EVALUACIÓN

La evaluación en las clases de Educación Física es uno de los aspectos más relevantes del proceso de enseñanza de los alumnos.

Ha de realizarse sin una norma o marca prefijada de antemano, ya que puede convertirse en una evaluación discriminatoria, sobre todo si se hace en términos de rendimiento, pues alumnos y alumnas suelen partir de situaciones diferentes. Para ello, la evaluación es modificable y ofrece diferentes métodos e instrumentos para que sea justa e igualitaria (Muñoz-Sánchez y Grana-Gil 2020).

También debemos de tener en cuenta que existen dos tipos de currículum: el oficial, donde se incluyen los objetivos, contenidos y sistemas de evaluación de la materia y, por otro lado, el oculto (Jackson, 1968). Como dice Vázquez y Álvarez (1990), el currículum oculto, transmite valores y creencias, actitudes y estereotipos, y, a veces, sanciones sociales, dando lugar a una verdadera “pedagogía implícita” tan eficaz como la explícita.

Posada Prieto (2020) destaca que para favorecer a una evaluación más igualitaria y justa para el alumnado, hay que realizar una evaluación cualitativa mediante la observación directa y de forma individualizada. No realizar una evaluación centrada en el rendimiento, sino en la evolución y progreso de cada alumno.

Los criterios de evaluación que se tendrán en cuenta en el proceso de evaluación, serán los siguientes.

Por una parte se evaluará las **habilidades deportivas** del alumnado con un 55%, en ellas se encuentran estos criterios:

- Técnica individual (20%): Como dominio del balón, desplazamientos, eficacia...
- Táctica y toma de decisiones (15%): Entendimiento de las reglas, comprende el algoritmo de ataque y defensa.
- Motricidad (10%): Resistencia, velocidad, mejora progresivamente en la realización...

- Autonomía y cumplimiento de normas (10%): Participación activa y autónoma, respeta los tiempos de juego...

Y por otra parte, el **proceso de aprendizaje y reflexión** (45%):

- Adquisición de conocimientos (10%): Reglas y conceptos básicos.
- Capacidad de análisis y reflexión (15%): Participa, da su opinión en los debates, permite el turno de palabra...
- Actitud hacia el aprendizaje (10%): Interés, motivación, responsabilidad...
- Progreso individual (10%): Evolución, comparación entre el inicio y el final...

Se realizarán dos rúbricas con la calificación del 1 al 5 (1= lo más bajo y 5= lo más alto), y a partir de ellas se calculará la nota final de cada alumno.

Rúbrica I. Habilidades deportivas

Criterio calificativo	1 (Muy bajo)	3 (Medio)	5 (Excelente)
Técnica individual	No controla el balón / volante...	Control aceptable	Excelente dominio de todos
Táctica y toma de decisiones	No comprende el funcionamiento, ni las normas.	Conocimiento básico y decisiones sencillas.	Comprende el juego y se adelanta a las decisiones.
Motricidad	Bajo nivel	Nivel medio	Buena condición y progresa.
Autonomía y cumplimiento de normas	No respeta, ni cumple.	Cumple de forma guiada.	Participa correctamente y activamente

Fuente: Elaboración propia

Rúbrica II. Proceso de aprendizaje y reflexión

Criterio calificativo	1 (Muy bajo)	3 (Medio)	5 (Excelente)
Adquisición de conocimientos	No aprende ni reglas ni conceptos.	Conocimiento medio	Controla el tema y de las normas.
Capacidad de análisis y reflexión	No participa ni da su opinión.	Opina pero con poca justificación.	Analiza, argumenta y justifica con claridad.
Actitud hacia el aprendizaje	Desinterés.	Interés moderado.	Motivado en todo momento.
Progreso individual	No progresa.	Progresa adecuadamente	Progreso notable desde el principio.

Fuente: Elaboración propia

Por tanto, la evaluación del área de la Educación Física no debe entenderse como un método para mostrar calificaciones, sino como un proceso dentro del aprendizaje del alumno, que permite conocer mejor al estudiantado. Evaluar es una manera de expresar lo que se espera, reconocer los esfuerzos para mejorar los resultados venideros, tanto de los alumnos como de los docentes. (Zabala y Arnau, 2014).

Una evaluación que sea justa e inclusiva debe tener en cuenta las diferencias entre los alumnos, sus ritmos de aprendizaje, sus dificultades, entre otros aspectos. Por esta razón, es esencial utilizar diferentes criterios, que incluyan tanto los aspectos técnicos como valores, actitudes e interés.

Este enfoque se aparta de métodos tradicionales, que únicamente se centran en el rendimiento físico y en el resultado, y propone una visión más global. Martínez-Álvarez y García-Monge (1997).

4. CONCLUSIONES

Este trabajo se ha realizado con el fin de fomentar la coeducación en las clases de Educación Física. Se ha creado una propuesta para 5º de Educación Primaria que incluye 9 sesiones, cada una con diferentes disciplinas deportivas, donde se abordan valores y aspectos de coeducación.

La coeducación debe ser fomentada en todos los entornos que rodean a un niño o niña, no solo en el ámbito escolar. Aunque se implementen estrategias en las clases para mejorar estos temas, si los niños y niñas continúan en un ambiente que sigue las mismas normas fuera de las escuelas, los esfuerzos realizados dentro del centro no tendrán efecto. Por eso considero importante trabajarlos desde que son pequeños, para crear una base, la cual será el futuro de nuestra sociedad.

Además, desde la coeducación, se pretende conseguir que el androcentrismo inmerso en toda la sociedad, en nuestro caso, en los centros educativos, deje paso a un modelo en el que se integre lo bueno de lo que se considera masculino y femenino, eliminando aquello negativo de ambos modelos (Vargas Merino, 2009).

Considero este TFG, una buena forma de concienciar y sensibilizar sobre el tema. Siendo consciente que no es una propuesta novedosa, pero que la relevancia de tratar este tema es la coeducación, la igualdad o cualquier otro aspecto, que a pesar de su antigüedad, siguen siendo importantes y necesarios para la actual sociedad. El valor de esta idea no está en la novedad, sino en su habilidad para llegar a entender y fomentar una reflexión profunda en el alumnado. Encontramos estudios, que sin ser completamente nuevos, logran resonar en la perspectiva de la gente o generan una mayor atención, Por eso, esta idea puede ser una manera de avanzar en el conocimiento y en el tema.

Cabe destacar que he adquirido nuevos conocimientos, a lo largo de la realización de este trabajo. En primer lugar, es un tema que no conocía en profundidad, con el que he podido mediante investigaciones, revisiones de artículos y libros, aprender aspectos fundamentales relacionados con la coeducación y la igualdad. Los cuales tienen una relación directa con la asignatura de Educación Física, área en la que quiero desarrollarme como futura profesora.

También, este proceso me ha permitido mejorar en mis habilidades para buscar y seleccionar documentos y fuentes de información fiables, los cuales en algunos casos me han resultado difíciles debido a la escasa cantidad. Pero a su vez, me ha enseñado a ser más paciente y meticulosa en su búsqueda, lo cual es esencial para cualquier trabajo académico.

Así mismo, he pedido conocer la evolución del papel de la mujer en las clases de Educación Física, y las barreras impuestas por la sociedad, lo que me ha permitido situar la importancia de la coeducación en la práctica docente.

Entre los puntos fuertes de este trabajo, destaca la consolidación teórica anterior a la propuesta de intervención. En ella encontramos diferentes definiciones de diversos autores del término “coeducación”, y ayuda a entender la necesidad de fomentarla en las aulas. Otro punto es que incluye estrategias coeducativas, lo que puede permitir a los maestros plantear un trabajo anterior antes de llevar a cabo sus lecciones y poder aplicarlas. Uno de los aspectos más relevantes, son las actividades reflexivas basadas en los deportes, creadas para motivar al alumnado en todas las sesiones. En ellas, se busca la participación, trabajo de grupo, igualdad, y sobre todo, concienciar de la importancia del tema... para que a partir de este trabajo, queden presentes en todas las demás sesiones que se impartan.

Las dificultades que he enfrentado, como ya mencioné brevemente, se relacionan principalmente con la falta de artículos y estudios recientes sobre el tema. En ocasiones ha dificultado la investigación, lo que ha presentado un desafío para proporcionar una visión comprensiva y actual sobre la coeducación. Obliga a buscar materiales más antiguos, que son útiles, pero conlleva un esfuerzo adicional para verificar y contrastar la información disponible, asegurando que la propuesta desarrollada está fundamentada en bases sólidas y adecuadas al contexto presente.

Otra dificultad, ha sido la imposibilidad de llevar a cabo la propuesta que se ha elaborado. El no haber podido ponerla en práctica en un centro, ha restringido su capacidad de valorar su eficacia y saber si se alcanzan los objetivos planteados. Sin embargo, esta restricción no disminuye la importancia del trabajo, sino que crea oportunidades para futuras investigaciones y experiencias en la práctica que puedan confirmar y optimizar la propuesta.

Para futuras intervenciones relacionadas con este trabajo, es crucial considerar varios factores que pueden mejorar la efectividad de la propuesta. Primero, es aconsejable contar con la participación de todo el personal docente, y además que haya un compromiso hacia la igualdad, pudiendo así asegurar una coherencia en todas las asignaturas para fomentar la coeducación en ellas.

A su vez, es necesario que se ajusten las actividades a las características y necesidades del alumnado, incentivando la participación y evitando exclusiones. Hasta no saber en qué clase se pretende realizar la propuesta, no se pueden hacer los ajustes necesarios para que salga de la manera más óptima. Una propuesta adicional es realizar una evaluación constante de las intervenciones, recogiendo los datos para examinar el impacto real en la visión y actitudes del

alumnado hacia la igualdad. Esta evaluación permitirá realizar ajustes y mejorar estrategias basándose en los resultados obtenidos. Otra idea, sería realizar una preparación con los estudiantes antes de poner en práctica la propuesta (y de realizar la encuesta inicial), para que tengan un mejor entendimiento del tema. Este contacto previo ayudaría a que los alumnos capten de forma más clara los objetivos y la relevancia de la coeducación, promoviendo así un mayor compromiso en las actividades. Además, esta preparación podría incluir algunas actividades o materiales visuales que ayuden a los alumnos a reflexionar sobre temas de igualdad e inclusión en los entornos educativos y deportivos. De este modo, se establecerán las bases necesarias para que la propuesta genere un impacto más significativo y duradero. Por último, es fundamental promover la formación continua de los docentes en temas de coeducación e igualdad para que estén preparados para tratar estos temas de manera eficaz.

5. BIBLIOGRAFÍA

- American Academy of Pediatrics. (2024, 8 de mayo). *Identidad de género y confusión de género en los niños*. HealthyChildren.org. <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/gradeschool/Paginas/gender-identity-and-gender-confusion-in-children.aspx>
- Barragán Medero, F. (1991). *La educación sexual: Guía teórica y práctica*. Ediciones Paidós Ibérica. https://books.google.com/books/about/La_educaci%C3%B3n_sexual.html?id=VSOZgcyBSwC
- Blández, J., Fernández García, E., & Sierra Zamorano, M. Á. (2007, noviembre 22). Estereotipos de género, actividad física y escuela: La perspectiva del alumnado. *Revista de Educación y Formación*, 112. <https://www.ugr.es/~recfpro/rev112ART5.pdf>
- Caño, J. (2011, noviembre 12). *Los grupos en Educación Física: ¿Homogeneidad o heterogeneidad? El patio de mi cole es particular...* <https://juancamef.blogspot.com/2011/11/los-grupos-en-educacion-fisica.html>
- Coeducación, apuesta por la libertad | Editorial Octaedro. (s. f.). *Coeducación, apuesta por la libertad*. Editorial Octaedro. <https://octaedro.com/libro/coeducacion-apuesta-por-la-libertad/>
- Colás Bravo, P. (2004, enero). *El discurso de género en los centros educativos*. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/299340620_EL_DISCURSO_DE_GENERO_EN_LOS_CENTROS_EDUCATIVOS
- Cremades Navarro, M. Á. (1995). La coeducación como propuesta. En S. Acuña Franco (Coord.), *Coeducación y tiempo libre* (pp. 27–42). Editorial Popular. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/handle/11162/58834>

- Ebone Servicios Educación y Deporte. (2024, diciembre 1). *Evolución de la mujer en el deporte*. Ebone Servicios. <https://ebone.es/evolucion-de-la-mujer-en-el-deporte/>
- Escobar, C. R. L. (2016, abril 28). *La mujer en el deporte*. Monografias.com. <https://www.monografias.com/trabajos108/mujer-deporte/mujer-deporte>
- Gobierno de Aragón. (2022). *Educación Física* [PDF]. Departamento de Educación, Cultura y Deporte. <https://educa.aragon.es/documents/20126/2773107/%5B02.04%5D+Educaci%C3%B3n+F%C3%ADsica.pdf/7d6adfae-9832-db53-c2c1-7317ed8612ec?t=1661254426526>
- González, L. (2022, enero 12). *Identidad de género en la infancia*. Psicóloga Laura González. <https://psicologalauragonzalez.es/blog/identidad-de-g%C3%A9nero-en-la-infancia>
- Guterman, T. (2006). *Evolución histórica y social de la presencia de la mujer en la práctica física y el deporte*. <https://efdeportes.com/efd99/mujer.htm>
- Honorato Morente Oria, F. T., & Simón Sánchez Fernández, A. (Coords.). (2020). *Metodologías activas en la práctica de la educación física*. Ediciones Morata. https://edmorata.es/wp-content/uploads/2020/12/Honorato.-Deporte_prw.pdf
- Jackson, P. W. (2009). *La vida en las aulas* (G. Solana, Trad.). Holt, Rinehart y Row. (Obra original publicada en 1968). <https://es.scribd.com/document/422607503/JACKSON-La-Vida-en-Las-Aulas>
- López-García-Torres, R., & Saneleuterio, E. (2016). El valor de la palabra en la prevención de la violencia de género en contextos escolares. *Cuestiones de Género: Deconstrucción de discursos*, (11), 487–506. <https://doi.org/10.18002/cg.v0i11.3639>
- López, G. D. (2010). *La coeducación desde la asignatura de Educación Física*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6503809>

- Martínez-Álvarez, L., & García-Monge, A. (1997). Educación Física y género. Una mirada al cuerpo en la escuela. En T. Alario Trigueros & C. García Colmenares (Coords.), *Persona, género y educación* (pp. [191-204]). Amarú Ediciones. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/263730939_Educacion_Fisica_y_genero_Una_mirada_al_cuerpo_en_la_escuela
- Modesto, C. (2024, 31 julio). *Hélène de Pourtalès y Charlotte Cooper, las primeras mujeres que ganaron una medalla olímpica*. Grazia México y Latinoamérica. <https://graziamagazine.com/mx/articles/helene-de-pourtales-y-charlotte-cooper-las-primas-mujeres-que-ganaron-una-medalla-olimpica/>
- Montávez Martín, M. (2012). LOE. La consolidación de la expresión corporal. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, (14), 60–80. https://emasf.webcindario.com/LOE_la_consolidacion_de_la_expresion_corporal.pdf
- Moreira-Chóez, J. S., Beltrón-Cedeño, R. A., & Beltrón-Cedeño, V. C. (2021). Aprendizaje significativo: Una alternativa para transformar la educación. *Dominio de las Ciencias*, 7(2), 915–924. <https://doi.org/10.23857/dc.v7i2.1835>
- Muñoz-Sánchez, Á. M., & Grana-Gil, I. M. (2020). *Influencia del profesorado de Educación Física en la práctica deportiva de sus estudiantes: Diferencias de sexo* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Málaga]. RIUMA. <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/19478>
- Pelegrín Muñoz, A., León Campos, J. M., Ortega Toro, E., & Garcés de Los Fayos Ruiz, E. J. (2012). Programa para el desarrollo de actitudes de igualdad de género en clases de educación física en escolares. *Educación XXI*, 15(2), 271–291. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70624504013.pdf>
- Posada Prieto, F. (2000). *Ideas prácticas para la enseñanza de la educación física*. Editorial Deportiva Agonos. <http://hdl.handle.net/11162/58498>

- Raquelober. (s. f.). [Publicación en Instagram]. Instagram. https://www.instagram.com/raquelober/p/DEp4a-0N1Nn/?img_index=1
- Rueda, J. A. A. (2007). *Coeducación y educación física*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2493015>
- Sánchez Sánchez, J. L. (2007). *Coeducación: Una aproximación al tratamiento de la coeducación en la etapa de Educación Primaria en Andalucía*. Observatorio de la Infancia, Ministerio de Educación y Ciencia. https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/1026_d_mcpri_coeducacion.pdf
- Subirats, M. (2017). *Coeducación, apuesta por la libertad*. Barcelona: Ediciones Octaedro.
- Valdivia, P. Á., Sánchez, A., Alonso, J. I., & Zagalaz, M. L. (2010). La coeducación en el área de Educación Física en España: una reseña histórica [Coeducation in Spanish physical education: A historical review]. *Cultura Ciencia y Deporte*, 5(14), 77-83. <https://doi.org/10.12800/ccd.v5i14.98>
- Vargas Merino, Á. M. (2009). *La coeducación, una educación en la igualdad*. CSIF Andalucía. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_14/ANGELAM_VARGAS_2.pdf
- VOCA Editorial. (s.f.). *John Dewey y el método experimental*. <https://www.vocaeditorial.com/blog/john-dewey/>
- Zabala, A., & Arnau, L. (2014). *11 ideas clave. Cómo aprender y enseñar competencias*. Graó. <https://books.google.com/books?id=ejYjBQAAQBAJ>

6. ANEXOS

Anexo I. Encuesta Inicial



Encuesta Inicial

Por favor, responde a estas preguntas.

855816@unizar.es [Cambiar de cuenta](#) 

 No compartido

*** Indica que la pregunta es obligatoria**

Nombre *

Tu respuesta

¿Crees que existen deportes "de chicos" y "de chicas"?

Tu respuesta

¿Qué piensas sobre si una chica juega a fútbol o un chico hace ballet?

Tu respuesta

¿Conoces a chicas que jueguen a fútbol?

Tu respuesta

¿Qué piensas cuando ves que un equipo siempre se elige primero a los niños que a las niñas)

- No me he fijado
- Me da igual
- Me parece injusto

¿Crees que existe alguna desigualdad en el mundo del deporte por ser chica o chico?

Tu respuesta

¿Te sientes igual de cómodo jugando con chicos y chicas? ¿Por qué?


Tu respuesta

Enviar

[Borrar formulario](#)


Fuente: Elaboración propia


Anexo II. Encuesta Final



REFLEXIÓN DE LAS SESIONES

Por favor, responde las siguientes preguntas.

855816@unizar.es [Cambiar de cuenta](#) 

 No compartido

* Indica que la pregunta es obligatoria

Nombre *

Tu respuesta _____

¿Qué crees que hemos querido trabajar con estas clases, en los momentos de reflexión?

Tu respuesta _____

¿Ha cambiado tu forma de ver las niñas que juegan a fútbol, bádminton...? ¿Por qué?

Tu respuesta _____

¿Ha cambiado tu forma de ver las niñas que juegan a fútbol, bádminton...? ¿Por qué?

Tu respuesta

¿Conocías alguna mujer de las que hemos comentado antes de las clases? ¿Y ahora?

Tu respuesta

¿Crees que hay que cambiar algo en la sociedad para que los deportes sean más igualitarios?

Tu respuesta

¿Qué es lo que más te ha llamado la atención? ¿Por qué?

Tu respuesta

Enviar

Borrar formulario

Fuente:Elaboración propia