

Pablo Concha Sánchez

# PRÁCTICUM II

Diseño Curricular y Actividades de Aprendizaje  
en EF

2012

Universidad de Zaragoza

# ÍNDICE

1. INFORME DE SESIONES .....	2
SESIÓN 1 .....	2
SESIÓN 2 .....	3
SESIÓN 3 .....	5
SESIÓN 4 .....	6
SESIÓN 5 .....	8
SESIÓN 6 .....	10
2. SÍNTESIS FINAL DE LA UNIDAD DIDÁCTICA .....	12
EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA .....	12
DESARROLLO GLOBAL DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.....	16
3. BIBLIOGRAFÍA.....	18
4. ANEXOS .....	19
ANEXO 1: FICHAS DE LAS SESIONES .....	19
ANEXO 2: TEMPORALIZACIÓN .....	25
ANEXO 3: PRESENTACIÓN SESIÓN TEÓRICA.....	26
ANEXO 4: RÚBRICA DE OBSERVACIÓN PRUEBA FINAL.....	32

## 1. INFORME DE SESIONES

En este apartado voy a hacer un análisis de las seis sesiones que componen la Unidad Didáctica de Fútbol Sala que impartí en el IES Ramón y Cajal (Anexo 1) durante el período de realización del Prácticum II (Temporalización – Anexo 2). Por motivos de organización y programación del Departamento de Educación Física del centro, la Unidad Didáctica la llevé a cabo en su totalidad después del período vacacional de Semana Santa.

### SESIÓN 1

La primera sesión la dediqué fundamentalmente a presentar la Unidad Didáctica y a hacer una evaluación diagnóstica del nivel de los alumnos y alumnas. Durante los primeros 25 minutos de la clase les expliqué en qué iba a consistir la U.D., cuántas sesiones la componían, cómo iba a evaluarles y les puse un pequeño Power Point con algunas cosas básicas del fútbol sala (Anexo 3).

En la parte que más me extendí fue en la explicación de actividad de evaluación y de su instrumento (Anexo 4). Quería asegurarme de que lo entendían a la perfección desde el primer día y, de ese modo, pudieran utilizarlo como instrumento de autoevaluación durante las sesiones para ver qué debían mejorar de cara al examen práctico final.

Durante la presentación de uno de los trabajos de la asignatura “Contenidos Disciplinarios de EF en ESO y Bachillerato de EF”, en el cual presenté el instrumento de evaluación que iba a utilizar en mi U.D., uno de los aspectos a corregir fue ese, que utilicé un lenguaje demasiado técnico para alumnos de 1º E.S.O. Así pues, intenté utilizar un lenguaje que les resultara comprensible, en lugar de utilizar tecnicismos, y simplificar lo máximo posible sin que me dejase información por el camino. Aún con todo, en alguna clase tuve que responder varias preguntas al respecto. Me lo tomé más que como algo negativo por no haberme explicado bien, como algo positivo por el interés mostrado por los chicos y chicas por comprender todo bien y quedarse seguros de que no se les escapaba nada.

Al terminar la parte más teórica, nos bajamos al pabellón para continuar con la sesión. En una par de clases, se me hizo más tarde de lo previsto y apenas tuvimos tiempo una vez que llegamos al pabellón. En uno de los casos, debido a que el aula que nos correspondía estaba ocupada por un grupo de desdoble y perdimos demasiado tiempo hasta que conseguimos dar con un aula libre. En el otro caso porque el cable que se utiliza para conectar el portátil al

proyector estaba en un armario cerrado con llave (llave que por supuesto no teníamos) y el monitor del ordenador se había estropeado y el de repuesto no conectaba con el proyector.

Tuve que adaptar los ejercicios previstos para esa segunda parte de la sesión en función del tiempo disponible. Los ejercicios y actividades que llevaron a cabo me sirvieron para observar y tomar notas acerca de cómo se manejaban con el balón y la actitud que tenían hacia el fútbol sala. Con esa pequeña evaluación inicial me hice una idea del nivel que tenían y de cómo tendría que enfocar las unidades que había diseñado. También me permitió conocer las diferentes clases y el comportamiento que por lo general suelen tener, así como los alumnos y alumnas que, probablemente, me provocarían mayores dificultades por un motivo u otro.

Precisamente ahí fue donde más dificultades encontré. Me encontré con cuatro grupos muy heterogéneos. Es lo que tiene hacer la U.D. de un deporte que algunos dominan y otros, sobre todo otras, llegan a odiar. Así que el mayor reto de cara a las siguientes sesiones fue ese: plantear clases que resultasen motivantes para todos y todas y que les permitiese realizar los ejercicios propuestos al nivel de cada uno.

## SESIÓN 2

Esta sesión la dediqué básicamente a realizar ejercicios sobre control y manejo del balón. A pesar de que los aspectos técnicos no son objeto de evaluación, creí necesario dedicar al menos una sesión para que adquiriesen mayor confianza en su relación con el móvil y mejorasen en la medida de lo posible la técnica individual, de forma que les permitiese ejecutar con un mínimo de fluidez los principios de acción de ataque y defensa.

Con una única sesión poco se puede mejorar la técnica individual, pero en una unidad didáctica de 6 sesiones, de las cuales una es de presentación y evaluación individual y otra de examen final, me parecía excesivo dedicarle más de una sesión. Si bien es cierto, que al principio de cada sesión, a modo de calentamiento, les pedía que se movieran por el campo por tríos o parejas haciendo pases, manejo de balón, fintas, etc.

En esta sesión me encontré con una dificultad añadida en dos de las cuatro clases: disponía solamente de medio campo de fútbol sala porque tenía que compartirlo con otro grupo de 3º E.S.O. A la hora de realizar las actividades no me influyó apenas ya que las actividades que tenía diseñadas eran para realizarlas en medio campo, pero sí en el aspecto organizativo.

La sesión constaba de dos actividades principales. La primera de ellas una especie de pañuelo y la segunda un circuito de habilidad. Tenía pensado, y así lo hice en las dos clases en las que disponía de todo el campo, dejar preparado el circuito antes de empezar la clase, sin embargo eso no pude hacerlo en las otras dos por el hecho de tener que compartir el campo. Esto hizo que entre una actividad y otra se fueran unos minutos que además de echarlos en falta al final (llegamos muy justos a los estiramientos finales), dieron una sensación de descontrol porque los alumnos tenían que esperar sentados en las gradas y empezaron a coger los balones.

En el primero de los grupos que me pasó eso les llamé la atención cuando desobedecieron mis indicaciones, y en lugar de esperar tranquilamente empezaron a jugar con los balones. Sin embargo, con el siguiente grupo en el que se repitió tal circunstancia me lo tomé de otra forma ya que entendía que el fallo había sido mío por no prever esa situación y que tampoco pasaba nada porque se divirtiesen mientras preparaba el circuito de la siguiente actividad.

Una vez realizado el calentamiento, los dividí en cuatro equipos realizados por mí. Estos grupos los hice intentado que fueran de un nivel parecido unos grupos respecto a los otros. Esto dio como resultado unos grupos muy heterogéneos. La idea era que esos grupos se mantuvieran en las dos actividades y compitieran entre sí. Les dije que el grupo que resultase ganador al final de la sesión tendría un premio.

El resultado fue inmejorable. Por un lado la motivación fue “in crescendo” conforme avanzaba la clase. Los alumnos y alumnas, incluso los que en la primera sesión se mostraron más reacios a practicar fútbol sala, se fueron metiendo cada vez más en la competición, pero además, de forma sana y respetuosa. Sólo recuerdo una acción en la que un chico le recriminó a un compañero de equipo el hecho de haber fallado en una de las acciones de la primera actividad. El resto de las veces, sólo se oían voces animando.

Por otro lado, el hecho de que los grupos fueran de un nivel parejo hizo que la competición estuviera viva y totalmente reñida hasta el final. Sólo hubo dos equipos de los dieciséis (cuatro por clase) que se descolgaron del resto en la primera actividad y llegaron sin motivación a la segunda.

Con esta sesión conseguí que aspectos técnicos que puede resultar aburridos de trabajarse de forma aislada y analítica (conducción, regate, pase, disparo, etc.), resultasen entretenidos y de forma inconsciente, hasta tal punto de estar seguro de que si les hubiera

preguntado al final de la clase que cuál creían que era el objetivo de la sesión o qué habían estado trabajando, muchos de ellos no hubieran sabido que responder o hubieran dado una respuesta incorrecta.

### SESIÓN 3

El objetivo principal de esta sesión era que trabajases conceptos y principios de ataque-defensa. Los contenidos de esta sesión me hubiera gustado trabajarlos a lo largo de unas cuantas sesiones, pero una vez más, el escaso tiempo dedicado a esta U.D. no lo permitía.

Como he comentado anteriormente, en la sesión 2, las actividades tenían un alto componente de entretenimiento y lúdico. Sin embargo, para esta sesión me fue más complicado diseñar actividades de ese tipo. Se trataron de distintos ejercicios en los que los se trabajaban los principios de acción del fútbol sala. Dichos ejercicios no los realizaron en situación real de juego, sino que eran reducciones, jugadas aisladas que podrían llegar a producirse en un partido pero sin el contexto del mismo.

Tras jugar un poco a pelota sentada para calentar y entrar en la dinámica de la clase, y hacer pases en movimiento por el espacio entre tríos o parejas, empezamos con las actividades centrales de la sesión.

Dividí las clases en dos grupos del mismo número de personas. Cada grupo trabajó durante toda la sesión en medio campo. En cada medio campo había conos que marcaban las posiciones de inicio de los atacantes y los defensores. Se trataba de realizar ataques en superioridad. Al principio dos atacantes (cada uno salía de una banda) tenían que hacer gol, mientras un defensor y un portero lo evitaban. Para poder meter gol, debían tocar la pelota al menos una vez los dos atacantes. Si conseguían hacer gol, el defensor y el portero continuaban y salían los dos siguientes (uno de cada fila). Si, por el contrario, no conseguían anotar, uno de los atacantes pasaba a la posición de portero y el otro a la de defensa; y el portero y el defensor que habían conseguido evitar el gol pasaban al final de las filas, cada uno a una.

En esta ocasión, dejé que dentro de los grupos, se pusieran como quisieran las parejas. Ellos mismos suelen tender a ponerse con gente de un nivel similar o con amigos con los que se sienten cómodos. En cualquiera de los casos beneficiaba el objetivo de que hicieran el ejercicio lo mejor posible. De vez en cuando, en casos concretos fui cambiando las parejas buscando diferentes reacciones.

Posteriormente, pasaron a hacer situaciones de ataque en superioridad de 3x2. Las reglas se mantuvieron iguales que en el ejercicio anterior, salvo al final cuando les di un poco más de libertad y quité la norma de que todos debían de tocar al menos una vez la pelota para comprobar qué hacían. Para mi sorpresa, en la mayoría de los casos siguieron intentando que todos participaran en la jugada antes de tirar a puerta.

Tanto en un ejercicio como en otro utilicé la misma dinámica. Al principio lo único que les dije fueron las “reglas del juego” que ya he comentado. Por lo demás, podían hacer lo que quisieran y como quisieran. Cuando ya habían realizado unos cuantos ataques cada pareja o trío, dedicamos unos minutos a debatir qué y cómo lo estaban haciendo, tanto en ataque como en defensa. Les hacía también preguntas para que reflexionaran y me explicaran el motivo de sus decisiones y los iba dirigiendo hasta llegar a la explicación de cómo debía defenderse en esas situaciones de inferioridad y de los movimientos que les permitían aprovecharse de la superioridad en ataque y sacar una mayor ventaja.

Probablemente esta se trate de la sesión más densa y la más repetitiva. Debido a esto, antes de llevarla a cabo, tenía miedo de que los chicos y chicas se aburrieran en exceso y no tuvieran la motivación necesaria para que estos ejercicios tuvieran un mínimo de éxito. Sin embargo, debo reconocer que mis temores no se cumplieron en absoluto. Sí que es cierto que tuve que llamar la atención más que en las anteriores sesiones porque costaba mantener el orden y que estuvieron quietos en las filas esperando su turno. También es cierto que el hecho de que no hubiera más de cuatro o cinco alumnos en el peor de los casos por cada fila, hizo que las clases fueran lo suficientemente dinámicas para que no les diera tiempo a estar parados más de unos segundos.

## SESIÓN 4

Para esta sesión decidí que podía ser interesante llevarla a cabo en los campos de césped artificial de San Jorge en lugar del pabellón del instituto. Uno de los motivos fue porque para esta sesión, quería seguir trabajando aspectos relaciones con los principios de acción y de las acciones motrices que deberían realizarse para tener mayor éxito en función de si se estaba atacando o defendiendo, pero me interesaba hacerlo en situaciones reducidas y para esto podría venirme bien tener una superficie de juego más grande que me permitiese jugar con los espacios.

El otro fue el tiempo que estaba haciendo durante los últimos días. Fueron días de cielos despejados y bastante calor y los chicos y chicas me pedían que si podíamos ir a los campos de San Jorge. Me pareció que podría ser interesante y que los contras no pesaban tanto como las ventajas que aportaría el hecho de tener a los chavales más contentos y motivados, así que me decanté por esa opción.

En una de las clases, ese tiempo tan maravilloso e incluso veraniego se convirtió en una tormenta y en una ola de frío que me obligó a suspender la salida y seguir con la idea inicial de dar la sesión en el pabellón.

En la anterior sesión, los principios de ataque-defensa los trabajaron de manera aislada, no en un contexto de juego real. En esta sesión el objetivo era que siguieran trabajando esos conceptos pero ya en una tarea abierta y en la que las jugadas de ataque y defensa no están separadas sino que se suceden e incluso se superponen. Sin embargo, tampoco las llevaron a cabo en situaciones reales de juego. En este caso, como ya he dicho, se trataron de situaciones reducidas tanto de espacio como de jugadores por equipo.

Así pues, tras hacer el calentamiento general correspondiente, y hacer un poquito de conducción y pases en movimiento, dividí la clase en 6 equipos formados por tres personas. Estos equipos volví a hacerlos teniendo en cuenta el nivel de cada uno, intentando que fueran lo más homogéneos posible y, en este caso, evitando poner en el mismo equipo a amigos y amigas de más confianza.

Referente también a la organización, es importante destacar que antes de comenzar la sesión ya tenía los conos colocados en el campo, de forma que los espacios de juego para las actividades principales estuvieran ya creados. Esto, además, lo hice teniendo en cuenta que no fueran a molestar durante la primera parte de la sesión.

Así pues, una vez estuvieron hechos los equipos, comenzamos con la primera actividad. Esta consistía en enfrentamientos de 3 minutos entre dos equipos en un campo de 10x15 metros aproximadamente. Al principio no había porterías, el gol se conseguía dando 10 pases seguidos habiendo tocado el balón todos los miembros del equipo. Posteriormente, dos conos hacían de porterías y para meter gol tenían que pasar entre ambos con el balón controlado. El equipo que ganaba se enfrentaba al ganador de otro campo y cada victoria sumaba 2 puntos, por 1 el empate.

Una vez más el factor competitivo mantuvo la motivación elevada y provocó que los chicos y chicas mostraran una actitud participativa. A esto también contribuyó el hecho de que



los equipos fueran de 3 personas únicamente, participando continuamente en el juego, casi incluso de manera involuntaria. Este hecho también tuvo un inconveniente, y es que si en alguno de los equipos había un componente con un nivel demasiado bajo, repercutía negativamente de forma notable en la marcha del equipo.

El siguiente ejercicio consistía en un partidillo entre tres equipos. Cada equipo tenía asignada una portería que defender y otra en la que meter gol. Posteriormente, podían meter gol en cualquiera de las dos. En esta última parte de la actividad hubo más caos, pero les gustó más ya que podían establecer diferentes estrategias para anotar gol. Hubo algunas de las más curiosas e interesantes, y resultó bastante divertido ver, por ejemplo, como iban hacia una portería y de repente, cuando uno gritaba cambiaban de ritmo y de dirección hacia la otra portería.

En esta sesión, debido a que los chicos y chicas estaban más dispersos y a que era un espacio abierto, tenía que gritar más de lo habitual y dar consignas por grupos. Hasta este día, daba las indicaciones sobre la actividad que se iba a desarrollar de manera general a toda la clase, pero en esta ocasión cuando estaban ya separados por equipos me resultó imposibles y tuve que ir pasándome por los diferentes campos dando la información pertinentes.

## SESIÓN 5

Esta quinta sesión la utilizamos como ensayo del examen que tendría lugar en la siguiente sesión. En un principio no tenía pensado hacer esta sesión así, pero con el transcurso de las sesiones fui llegando a la conclusión de que sería lo mejor. Muchos de ellos y ellas, a pesar de tener la rúbrica de observación que les entregué el primer día, no les habían hecho excesivo caso, de modo que no eran conscientes de su estado. Los que mejor iban porque se perdían en lucirse de forma individual y los que no iban tan bien porque se creían que no tenían nada que hacer.

El caso es que al finalizar la sesión 3, decidí que sería necesario sacrificar una sesión que tenía preparada para seguir trabajando aspectos y movimientos de ataque-defensa como apoyos, fintas o desmarques, para realizar una prueba como si se tratase del examen final.

Así pues, al principio de la sesión les comuniqué lo que íbamos a hacer y la verdad es que les gustó la idea. Les dije que aquellos que tenían la rúbrica allí la sacaran (les dije el primer día que debían de tenerla siempre a mano en las clases de Educación Física) y repartí hojas nuevas a aquellos que no las tenían mientras organizamos los diferentes grupos.

Dividí a los alumnos y alumnas en dos grupos. Una vez divididos, les pedí que se buscaran una pareja perteneciente al grupo contrario. Esas parejas establecidas serían las parejas que llevarían a cabo la coevaluación. Uno de los grupos comenzaría jugando el partido y el otro observando. Con el grupo que iba a jugar primero, volví a hacer una subdivisión para organizarlos en dos equipos. Les pedí que se acordaran de los equipos porque se mantendrían iguales para el siguiente día.

En una clase hubo un problema: eran impares. Lo solucioné diciéndole al chico que se quedó sin pareja que cuando él tuviera que jugar yo le observaría, y que cuando no le tocara jugar se pusiera con un compañero (le dije concretamente con quien) y le ayudara en la observación y decisión de unas u otras categorías de la rúbrica. Una vez organizados los grupos de juego y de observación, cada uno con su pareja correspondiente, comenzamos con el simulacro de evaluación.

Durante los partidillos les iba haciendo indicaciones y correcciones, advirtiéndoles de conductas que no debían tener el día del examen final si no querían sacar una baja puntuación en alguno de los apartados. Sobre todo intenté calmarles ya que enseguida se ponían a discutir. Los que consideraban que jugaban mejor (eso no significa que lo hicieran mejor en función de la rúbrica de observación) echaban la bronca a sus compañeros cuando fallaban o les metían un gol. Los que en un principio, podrían considerarse más flojos, cada vez participaban menos y se iban viniendo abajo con los comentarios de sus compañeros.

Tuve que detener el juego en distintos momentos para cortar esas acciones y hacerles ver, una vez más, que lo importante no era el resultado, ni meter más o menos goles, sino lo que ponía en la rúbrica. Y que ese tipo de comportamientos no hacía más que perjudicarles sobre todo, en las variables correspondientes a la actitud y motivación, pero también en las correspondientes a los aspectos del juego, ya que si, por ejemplo, “chupaban” y no pasaban el balón a un compañero que se encontraba en mejor situación, estaban escogiendo mal la acción pertinente y, por lo tanto, obtendrían una mala puntuación en todos los apartados de la rúbrica.

Finalmente, los chicos y chicas fueron cogiendo la idea de lo que realmente iba a ser evaluado. Cuando terminaban de jugar el partido correspondiente, tenían que acercarse a su pareja para que les explicara las puntuaciones que había obtenido y el por qué. Esta era una de las partes más importantes de esta sesión ya que los alumnos que acababan de jugar recibían por primera vez feedback de un compañero y no sabía cómo encajarían los comentarios. Lo cierto es que, a diferencia de unos pocos, todos supieron ver el lado constructivo de lo que

decían sus compañeros; y los que habían estado observando se mostraron realmente comprometidos a la hora de aportar la información adecuada para que sus compañeros pudieran mejorar de cara al examen final.

## SESIÓN 6

Esta última sesión consistió en el examen práctico. Desde el primer momento se notaba cierto nerviosismo en los chicos y chicas. Algunos de ellos estaban ansiosos por empezar y demostrar sus habilidades, mientras que otros, por el contrario, ponían pequeñas excusas para evitar el examen. Una vez calmados los ánimos y resueltos esos pequeños contratiempos que podrían dificultar la realización del examen (lo cierto es que no me costó mucho convencerlos de que lo mejor era que lo hicieran y se esforzaran al máximo a pesar de los dolores en diferentes partes del cuerpo, las ganas de vomitar...), nos dividimos del mismo modo que habíamos hecho en la anterior sesión.

En esta ocasión los partidos salieron bastante mejor que el día anterior. A nivel actitudinal y motivacional, estaban mucho más concentrados y metidos en el partido. Me gustó especialmente la actitud de un grupo de chicas de 1ºC que a lo largo de la U.D. se habían mostrado bastante apáticas y desmotivadas, pero ese día su predisposición y ganas de participar en el juego estuvieron muy por encima de la media. Como hecho anecdótico, destacar que fue la primera vez que les vi sudar y que les salieran coloretes del esfuerzo.

Hubo una pequeña incidencia con uno de los grupos ya que estuvieron impares y, por lo tanto una chica se quedó sin pareja de observación. En esta ocasión, en lugar de ser yo su pareja a la hora de observarle mientras jugaba el partido (eso ya tenía que hacerle de por sí), le pedí a una compañera que si podía observarla a ella también. Se lo pedí concretamente a una chica que sabía que no iba a tener problemas en hacerlo y no le iba a importar en absoluto, ya que se trata de una alumna estupenda en todos los aspectos. Después, ella se puso a observar con otro chico y tuvieron que ponerse de acuerdo en las notas que debían de poner al compañero que estaba realizando el examen.

En lo que se refiere al proceso de evaluación, debo decir que tuve yo más dificultades que ellos. Hice especial hincapié en el hecho de que intentaran observar atentamente e intentaran ser lo más objetivos y justos con la evaluación, sin tener en cuenta a quién estaban evaluando. Lo cierto es que me sorprendieron gratamente, ya que fueron muy pocos, 2 concretamente de alrededor de 100 alumnos y alumnas, los que no lo hicieron bien y pusieron

unas notas que se alejaban considerablemente de las tomadas por mí. El resto, con pequeñas diferencias que pueden surgir perfectamente al tratarse de una observación un tanto subjetiva, fueron suficientemente imparciales y pusieron las notas que correspondían.

Yo como decía, tuve alguna que otra dificultad ya que, como no me sabía los nombres de todos los alumnos y las alumnas, tenía que estar continuamente mirando las fotos de las listas de cada clase e intentando identificar quién era quién. Debido a esto, me resultó un proceso bastante estresante. Menos mal que la rúbrica era sencilla y que la dominaba a la perfección porque si no hubiera tenido serios problemas para realizar la evaluación.

Los resultados salieron mejor de lo que pensaba al inicio de la Unidad Didáctica. Es cierto que ha sido una U.D. muy corta y en la que apenas hemos tenido tiempo para trabajar los contenidos, sin embargo, en esto pocos días, se ha notado un progreso y una evolución muy notables. Sobre todo, esta mejoría se podía percibir en aquellos alumnos o alumnas que partieron con un nivel inferior. Esto es algo normal, ya que cuanto más sabes de algo, más complicado es mejorar, mientras que cuando el margen de mejorar es muy amplio, los progresos aparecen antes y son exponencialmente mayores.

## 2. SÍNTESIS FINAL DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

### EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

En el apartado IV. Evaluación, Promoción y Titulación, Artículo 20. Evaluación de los aprendizajes y del proceso de enseñanza del currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Aragón, aprobado por la Orden de 9 de Mayo de 2007, aparecen ocho puntos que marcan las pautas y directrices sobre cómo tiene que ser la evaluación. Siguiendo esos puntos elaboré el examen práctico, que tuvo lugar en la última sesión de la Unidad Didáctica. Estas son las pautas que diseñé previamente:

- En la sexta y última sesión, dividiremos a los alumnos y alumnas en cuatro grupos. Si, por ejemplo, son 24, nos quedarán 4 grupos de 6. Dos grupos jugarán un partido de fútbol, un equipo contra el otro. Jugarán 5 contra 5, de modo que, en este caso, habrá uno por equipo en el banquillo. De los dos que estén en el banquillo, uno será el árbitro. Durante el partido, todos los jugadores de cada equipo, habrán tenido que pasar por todos los roles: portero, jugador de campo, banquillo y árbitro. Cada partido durará 14 minutos, y estará dividido en dos partes de 7 minutos.
- Los alumnos y alumnas que no juegan, tendrán que observar a un compañero de los que sí que están disputando el partido y, mediante una rúbrica, evaluarlos. En el siguiente turno de partido, los alumnos que estaban observando serán evaluados por los mismos alumnos a los que ellos habían evaluado anteriormente.
- Los observadores, realizarán dos evaluaciones: una en la primera mitad, y otra en la segunda. La primera evaluación servirá para dar feedback en el descanso a su compañero (decirle qué está haciendo bien para que continúe así y qué podría mejorar de cara a la segunda parte), mientras que la segunda evaluación será la definitiva.
- La rúbrica tendrá 6 variables, referentes tanto a aspectos más procedimentales del juego en función de si se está atacando o defendiendo, como a aspectos más actitudinales como el respeto a las normas y reglas del juego, al árbitro, a los adversarios y a los compañeros, el juego limpio y la motivación. Dentro de cada variable habrá 4 categorías para evitar que se tienda a tomar valores intermedios, sin que haya un número excesivo de categorías que dificulte la observación en un nivel inicial.

- Este proceso de coevaluación no será el único, ya que yo también evaluaré a cada uno de los alumnos y alumnas con la misma rúbrica.

Del planteamiento inicial hubo alguna modificación respecto a la realidad. En lugar de dividir cada partido en dos partes y dejar un pequeño descanso para que el alumno o alumna que esté observando le diera indicaciones de cara a mejorar en la segunda parte, cambié la sesión que tenía preparada para la quinta clase por una simulación del examen práctico. De esta forma los chicos y chicas no sólo recibían el feedback dado por su compañero después de un partido entero, sino que además les servía como experiencia previa al día del examen.

Por otro lado, tampoco hicieron de árbitros ya que hubiera significado perder demasiado tiempo durante el partido y estar interrumpiéndolo constantemente. Finalmente, mi tutora y profesora de Educación Física, Natividad Mendiara, desempeñó el papel de árbitro mientras yo iba tomando notas para la evaluación.

Uno de esos puntos que aparecen en el currículo y a los que hacía referencia al principio de este documento, dice que “los criterios de evaluación de las materias serán referente fundamental para valorar tanto el grado de adquisición de las competencias básicas como el de consecución de los objetivos”. Así pues, el referente principal para la elaboración de este examen fue el criterio número 4 del currículo para alumnos de 1º de E.S.O.: “realizar la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto”.

También aproveché para evaluar, de un modo más secundario, el criterio 8 “participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas, respetando las reglas y normas establecidas y responsabilizándose de una adecuada utilización de los materiales e instalaciones”.

Estos criterios de evaluación los concreté en una serie de indicadores que me sirvieron como categorías de las distintas variables de la rúbrica.

Como ya he comentado, el primer día de esta Unión Didáctica lo dediqué en gran parte a explicar en qué iba a consistir, cuáles iban a ser los criterios de evaluación y calificación y para repartirles las rúbricas que utilizarían como instrumento de evaluación el día del examen, ya que, como dice el punto primero del Artículo 20 del apartado IV, “la evaluación del aprendizaje será continua, formativa...”. De este modo el alumno que quiso pudo ser consciente en todo momento de cómo lleva el proceso de aprendizaje y en que situación se encuentra respecto a los criterios de evaluación y calificación.

También me sirvió a mí para poder orientar los procesos de enseñanza-aprendizaje en función del ritmo de la clase, y de un modo más personal e individualizado, en función del ritmo de cada alumno. Además, fui tomando pequeñas anotaciones referentes a comportamientos y actitudes inadecuadas, pero no sólo negativas, también anoté casos en los que veía que la actitud o la motivación destacaban de forma positiva y fomentaban una buena dinámica de la clase. Estas anotaciones me sirvieron para, en caso de duda a la hora de redondear (me pidió mi tutora que las notas fueran así, con número enteros), decantarme por una nota u otra.

El punto 2 de ese mismo artículo hace referencia también a lo anteriormente citado, “el carácter continuo de la evaluación y la utilización de técnicas, procedimientos e instrumentos diversos para llevarla a cabo deberán permitir la constatación de los progresos realizados por cada alumno, teniendo en cuenta su particular situación inicial y atendiendo a la diversidad de capacidades, actitudes, ritmos y estilos de aprendizaje. Asimismo, debido a su carácter formativo, la evaluación deberá servir para orientar los procesos de enseñanza y aprendizaje que mejor favorezcan la consecución de los objetivos educativos”. Pero además, hace referencia a algo muy importante “su particular situación inicial”. Considero muy interesante y necesario hacer al principio de cada Unidad Didáctica una Evaluación Inicial, y a pesar de ser Unidad Didáctica muy corta, creí conveniente dedicar la otra mitad de la primera sesión a realizar una evaluación de diagnóstico.

Esta evaluación inicial no tuvo un procedimiento estricto, consistió en un procedimiento observacional. Les mandé hacer una serie de actividades y ejercicios que me permitiese, sin que los chicos y chicas fueran conscientes de ello, hacerme una idea general del nivel del que partíamos y de las circunstancias especiales y significativas de cada grupo que debería tener en cuenta en el resto de las sesiones para el correcto funcionamiento de las mismas.

Los alumnos y alumnas para poder aprobar la U.D., es decir para alcanzar los mínimos exigibles, debían obtener una puntuación mínima de 15. Esa puntuación era el resultado de sumar el 60% de la puntuación obtenida en mi evaluación con el 40% de la nota obtenida en la evaluación realizada por el alumno. Si obtenían entre 10 y 14 puntos, suspendía la Unidad Didáctica pero no tenían que hacer recuperación de la misma siempre y cuando la media con el resto de notas del trimestre fuese igual o superior a 5. La nota final obtenida se calcula mediante una sencilla regla de tres, donde 15 puntos equivaldría a un 5 y 24 puntos a un 10.

Además, en esta U.D. trabajamos dos Competencias Básicas vinculadas a los criterios de evaluación citados anteriormente:

- “Realizar la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto” → AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL.
- “Participar de forma activa en la realización de actividades físico-deportivas, respetando las reglas y normas establecidas y responsabilizándose de una adecuada utilización de los materiales e instalaciones” → SOCIAL Y CIUDADANA.

Así pues, en esta U.D. también evalué estas dos Competencias Básicas, a pesar de que en el IES Ramón y Cajal no nos lo pidieran. La nota correspondiente a la Competencia de Autonomía e Iniciativa Personal se obtenía teniendo en cuenta únicamente las categorías de la rúbrica referidas a las actuaciones tanto en ataque como en defensa (es decir, las cuatro primera columnas), mientras que la nota correspondiente a la Competencia Social y Ciudadana se obtenía teniendo en cuenta las categorías de motivación y comportamiento (las dos últimas columnas).

En el caso de que el IES Ramón y Cajal sí que evaluase Competencias Básicas, esas notas deberían sumarse al resto de notas obtenidas para esa Competencias Básicas en las diferentes Unidades Didácticas y debería hallarse la media. No se haría una media matemática literal ya que cada una de las notas representaría un porcentaje diferente en función de la carga o presencia que ha tenido la Competencia Básica en cada U.D.

Quizás debería haber establecido como mínimo para aprobar, obtener una puntuación de 10 entre las cuatro primeras variables (columnas) de la rúbrica y de 5 entre las dos últimas. O al menos hacer, que de los 15 puntos mínimos que debían obtenerse, no podía obtenerse una puntuación inferior a 8 entre las cuatro primeras columnas e inferior a 4 en las dos últimas. De esta forma hubiera establecido un mínimo referido a cada criterio, ya que con el sistema que utilicé pudo ocurrir que algún alumno obtuviera muy buena puntuación en las variables referidas a un criterio y muy malas en las referidas al otro y aprobar de todas formas.

Sin embargo, creí que eso sería complicárselo demasiado a los chicos y chicas, así que finalmente me decanté por hacerlo de la forma sencilla aun sabiendo que estaba perdiendo rigor técnico el proceso de evaluación.



## DESARROLLO GLOBAL DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

En líneas generales estoy muy satisfecho y contento con el desarrollo de la Unidad Didáctica. El mayor pero que le pondría sería el hecho de haber tenido sólo 6 sesiones. He terminado con la sensación de que, a pesar de que haya habido progreso en los chavales, no han tenido el tiempo suficiente para asimilar todos los contenidos como me hubiera gustado.

Cuando me dijeron que la U.D. tendría que ser de 6 sesiones debido a los días festivos que hubo en Abril y Mayo, propuse hacer una U.D. de iniciación a los deportes colectivos. Además de por el tiempo, le veía más sentido hacer una unidad más general en la que se trabajasen aspectos comunes de deportes y juegos colectivos que una U.D. específica de un deporte en concreto. Sin embargo, no les pareció buena idea a los profesores del Departamento de Educación Física. Entre otras cosas porque ya habían hecho una U.D. anteriormente de baloncesto y no tenía mucho sentido hacer después una de iniciación a los deportes colectivos. Además preferían que diese un deporte en concreto como siempre habían hecho, y como he practicado durante toda mi vida y sigo practicando fútbol, me sugirieron que la hiciera de fútbol sala.

De todos modos, a lo largo de toda la U.D. intentaba hacerles ver la relación tan directa que existía entre el fútbol sala y otros deportes de equipo, aprovechando que ya habían realizado la U.D. de baloncesto. De hecho, en el Power Point que les puse el primer día hacía referencia a esos aspectos comunes de los deportes colectivos, no únicamente del fútbol sala.

Y quizás, esa presentación me la podía haber ahorrado dado el escaso tiempo que iba a durar la U.D., sin embargo, creo que 10 minutos no suponían tanto y que eran más los beneficios que los perjuicios de hacerlo.

Una de las cosas que más me costó fue conseguir que vinieran a clase en las condiciones adecuadas para realizar actividad física. Les hacía venir con chándal, zapatillas deportivas atadas (esto me costó más de una bronca) y el pelo recogido (esto me costó muchas broncas). Eran elementos indispensables para poder participar en clase.

El alumno o alumna que no participara en la clase, siempre que fuera justificado, debía apuntarme en un papel lo que habíamos hecho durante la sesión y entregármelo al finalizar la clase. En algunas ocasiones los utilicé como colaboradores para integrarles en la dinámica del grupo.

Dos de los alumnos de las cuatro clases venían sólo cuando querían y cuando lo hacían, sólo participaban cuando y en lo que les apetecía. Al principio no sabía que hacer con ellos así que lo hablé con Nati, la cual me dijo que no me preocupara en absoluto, que tenían problemas demasiado gordos y serios en casa como para preocuparse por aprobar en el instituto.

Además de mis propias sesiones, también participé en sesiones en las que tuvimos que dirigir con diferentes grupos de chicos y chicas de E.S.O. de manera improvisada. Estas sesiones, desde un inicio, recibieron el nombre de “embarcadas” por la forma en que tenían lugar: estábamos haciendo cualquier cosa en el Departamento y en algún momento dado entraba alguno de los profesores de Educación Física y nos decía que teníamos que hacernos cargo, por ejemplo, del grupo de Alternativa (los alumnos y alumnas que no daban la asignatura de Religión) y que nos estaban esperando en el pabellón. Por supuesto, con el paso de las semanas y con la ayuda del horario, pudimos prever cuándo podrían producirse estas embarcadas y evitar así que nos pillara tan de sorpresa.

También observé y colaboré en algunas de las sesiones dirigidas por compañeros del Máster que realizaron las prácticas conmigo en el IES Ramón y Cajal. En la mayoría de ellas, como en los casos de Fernando y Rubén, colaboraba básicamente en colocar y recoger el material. Sin embargo, en las clases de Berta (Baile/Aeróbic), tuve mayor protagonismo. Como ya me había aprendido el baile al hacerlo en una de esas embarcadas, Berta me ponía con un grupo para que les fuera enseñando los pasos y fuera echándoles una mano. Ellos por su parte, también se mostraron dispuestos a ayudarme y colaborar en todo lo que necesitase.

La verdad que la convivencia con mis compañeros y los profesores de Educación Física fue perfecta. Fue una experiencia muy positiva y enriquecedora, de la cual estoy seguro que podré aplicar todo lo aprendido en futuras ocasiones, aunque me hubiese gustado estar más tiempo.

### 3. BIBLIOGRAFÍA

- Apuntes de asignaturas del Máster en Profesorado de E.S.O., Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas, Artísticas y Deportivas.
- Apuntes de Didáctica de la Licenciatura en Ciencias de la actividad Física y del Deporte.
- Orden de 9 de mayo de 2007, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de la Educación secundaria obligatoria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.
- Campuzano López, S. Unidad didáctica: Fútbol y fútbol-sala. Revista Digital EfDeportes, nº 133, 2009.
- Gómez Pascual, P. Unidad didáctica sobre fútbol sala: 'Somos hábiles con el pie'. Temas transversales, interdisciplinariedad y competencias básicas. Revista Digital Efdeportes, nº 140, 2010.
- [www.competenciasbasicas.net](http://www.competenciasbasicas.net)
- [www.educaragon.org](http://www.educaragon.org)

## 4. ANEXOS

### ANEXO 1: FICHAS DE LAS SESIONES

SESIÓN 1	
ACTIVIDADES	
Duración	Descripción escrita
20'	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Sesión teórica:</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Presentación de la U.D. mediante un Power Point.</b></li><li>➤ <b>Explicación de los Criterios de Evaluación y Calificación.</b></li><li>➤ <b>Explicación y entrega de la rúbrica de observación.</b></li></ul></li></ul>
5'	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Calentamiento general:</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Tula.</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ El que la paga tiene que tocar a algún compañero dentro de un espacio delimitado para que pase a pagarla él.</li><li>➤ <b>Variante:</b> La parte del cuerpo que te tocan cuando te pillan pasa a estar infectada no la pueden mover.</li></ul></li></ul></li></ul>
15	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Evaluación Inicial:</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Conducción y pases por parejas en movimiento.</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ Por parejas o tríos conducción del balón y pases en movimiento por el espacio libremente.</li></ul></li><li>➤ <b>Conducción y pase.</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ Se colocan por tríos. Dos hacen una fila en un punto y el otro enfrente a una distancia determinada. Sale el primero de la fila conduciendo el balón hasta donde se encuentra el otro compañero. Cuando llega hasta él deja el balón y sale el otro. Posteriormente, a mitad del recorrido pase. Diferentes tipos de pases y conducciones.</li></ul></li></ul></li></ul>
5'	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Vuelta a la calma:</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Estiramientos.</b><ul style="list-style-type: none"><li>➤ De forma individual, van realizando los estiramientos que les voy indicando de los principales músculos que más han trabajado durante la sesión Mientras los estiran les voy diciendo el nombre del músculo.</li></ul></li><li>➤ Estiramientos para mejorar la flexibilidad.</li></ul></li></ul>

ACTIVIDADES

Duración	Descripción escrita
10'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Calentamiento general:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Simón dice.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se separan por el espacio y van haciendo lo que les voy diciendo: trote hacia adelante, hacia atrás, lateral, sprint, levantamos rodillas...</li> </ul> </li> <li>➤ <b>Pases y conducción por el espacio.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Por parejas o tríos conducción del balón y pases en movimiento por el espacio libremente.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
30'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Parte principal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Pañuelo.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Un equipo contra otra en la misma disposición que en el tradicional juego del pañuelo. Aquí en lugar de haber un pañuelo hay una pelota de fútbol sala. Para conseguir punto tienen que traspasar la línea de su propio campo con el esférico controlado. No dará punto robar la pelota. Una vez que se produce el robo hay una única ocasión de contrataque y si se vuelve a producir un robo se termina la jugada. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Variante:</b> En lugar de salir de en uno en uno, salen por parejas, tríos, etc. pudiéndose pasar la pelota entre ellos.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>➤ <b>Circuito de habilidad.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Avanzar hasta el primer cono lo más rápido posible, hacer zig-zag entre los siguientes conos. Hacer una diagonal pisando el balón hacia atrás y al llegar al cono tirar para intentar meter el balón entre los dos conos finales. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <u>Variantes:</u> En función del nivel individual, la conducción y el tiro se hará de una forma u otra.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
5'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Vuelta a la calma:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Estiramientos.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ De forma individual, van realizando los estiramientos que les voy indicando de los principales músculos que más han trabajado durante la sesión Mientras los estiran les voy diciendo el nombre del músculo.</li> </ul> </li> <li>➤ Estiramientos para mejorar la flexibilidad.</li> </ul> </li> </ul>

ACTIVIDADES

Duración	Descripción escrita
10'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Calentamiento general:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Pelota sentada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ En medio campo, si te dan con la pelota te tiene que sentar. Para salvarte deberás coger la pelota bien recibiendo un pase de otro compañero que estaba muerto o cogiéndola si pasa cerca de tu sitio pero sin poder levantar el culo del suelo. El que tiene la pelota no se puede mover, sólo puede lanzar.</li> </ul> </li> <li>➤ <b>Pases y conducción por el espacio.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Por parejas o tríos conducción del balón y pases en movimiento por el espacio libremente.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
30'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Parte principal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Situación ataque-defensa 2x1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Media clase en una mitad del campo y la otra mitad en la otra. Uno de portero, otro de defensa y dos filas (una en cada banda) a la altura del centro del campo. Salen los dos primeros de cada fila a intentar hacer gol. Si lo consiguen se colocan al final de las filas de nuevo. Si fallan, uno pasará a ser portero y el otro defensa, mientras que éstos se pondrán al final de las filas. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <u>Variantes:</u> Tienen que tocar el balón y participar en la jugada todos los atacantes para poder hacer gol.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>➤ <b>Situación ataque-defensa 3x2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Media clase en una mitad del campo y la otra mitad en la otra. Uno de portero, dos de defensa y tres filas a la altura del centro del campo. Salen los primeros de cada fila a intentar hacer gol. Si lo consiguen se colocan al final de las filas de nuevo. Si fallan, uno pasará a ser portero y los otros dos a defender, mientras que éstos se pondrán al final de las filas. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <u>Variantes:</u> Tienen que tocar el balón y participar en la jugada todos los atacantes para poder hacer gol.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
5'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Vuelta a la calma:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Estiramientos.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ De forma individual, van realizando los estiramientos que les voy indicando de los principales músculos que más han trabajado durante la sesión Mientras los estiran les voy diciendo el nombre del músculo.</li> </ul> </li> <li>➤ Estiramientos para mejorar la flexibilidad.</li> </ul> </li> </ul>

ACTIVIDADES

Duración	Descripción escrita
10'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Calentamiento general:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Los 10 pases.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Un equipo contra otro tiene que conseguir hacer más puntos que el otro. Para conseguir un punto deben dar 10 pases seguidos con la mano, sin que la pelota caiga al suelo y sin que la toque algún jugador del equipo rival. El que tiene en su poder la pelota no puede desplazarse por el espacio y tampoco se la pueden quitar.</li> <li>➤ <u>Variantes:</u> Los pases con el pie y para que la cuenta vuelva a cero de nuevo no será suficiente con tocar el balón, habrá que recuperarlo totalmente.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
30'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Parte principal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>3 vs 3</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Enfrentamientos de 3 minutos entre dos equipos de 3 jugadores en un campo de 10x15 metros aproximadamente. El gol se consigue dando 10 pases seguidos habiendo tocado el balón todos los miembros del equipo. El equipo que ganaba se enfrentaba al ganador de otro campo y cada victoria sumaba 2 puntos, por 1 el empate.</li> <li>➤ <u>Variantes:</u> Dos conos hacían de porterías y para meter gol tenían que pasar entre ambos con el balón controlado</li> </ul> </li> <li>➤ <b>3 vs 3 vs 3</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Partidillos entre tres equipos. Cada equipo tenía asignada una portería que defender y otra en la que meter gol.</li> <li>➤ <u>Variantes:</u> Pueden meter gol en cualquiera de las dos porterías.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
5'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Vuelta a la calma:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Estiramientos.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ De forma individual, van realizando los estiramientos que les voy indicando de los principales músculos que más han trabajado durante la sesión. Mientras los estiran les voy diciendo el nombre del músculo.</li> <li>➤ Estiramientos para mejorar la flexibilidad.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>

**ACTIVIDADES**

Duración	Descripción escrita
5'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Calentamiento específico de fútbol sala:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Trote, cambios de ritmo, saltos, etc.</li> <li>➤ Estiramientos y movilidad articular.</li> </ul> </li> </ul>
35'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Parte principal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Recordatorio de las instrucciones para realizar el examen práctico.</b></li> <li>➤ <b>Organización de los grupos de observación, de juego, la división de los equipos y establecimiento de las parejas.</b></li> <li>➤ <b>Examen Práctico</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dos grupos jugarán un partido de fútbol, 5 contra 5. Durante el partido, todos los jugadores de cada equipo, habrán tenido que pasar por todos los roles: portero, jugador de campo y banquillo. Cada partido durará 10 minutos.</li> <li>➤ Los alumnos y alumnas que no juegan, tendrán que observar a un compañero de los que sí que están disputando el partido y, mediante una rúbrica, evaluarlos.</li> <li>➤ En el siguiente turno de partido, los alumnos que estaban observando serán evaluados por los mismos alumnos a los que ellos habían evaluado anteriormente.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>➤ <b>Explicación de la nota puesta y orientaciones de mejora.</b></li> </ul>
5'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Vuelta a la calma:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Estiramientos.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ De forma individual, van realizando los estiramientos que hemos ido haciendo a lo largo de la U.D. de los principales músculos que más han trabajado durante la sesión Mientras los estiran me van diciendo ellos los nombres.</li> <li>➤ Estiramientos para mejorar la flexibilidad.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>



**ACTIVIDADES**

Duración	Descripción escrita
5'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Calentamiento específico de fútbol sala:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Trote, cambios de ritmo, saltos, etc.</li> <li>➤ Estiramientos y movilidad articular.</li> </ul> </li> </ul>
30'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Parte principal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Recordatorio de las instrucciones para realizar el examen práctico.</b></li> <li>➤ <b>Examen Práctico</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dos grupos jugarán un partido de fútbol, 5 contra 5. Durante el partido, todos los jugadores de cada equipo, habrán tenido que pasar por todos los roles: portero, jugador de campo y banquillo. Cada partido durará 10 minutos.</li> <li>➤ Los alumnos y alumnas que no juegan, tendrán que observar a un compañero de los que sí que están disputando el partido y, mediante una rúbrica, evaluarlos.</li> <li>➤ En el siguiente turno de partido, los alumnos que estaban observando serán evaluados por los mismos alumnos a los que ellos habían evaluado anteriormente.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>➤ <b>Explicación de la nota puesta.</b></li> </ul>
10'	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Vuelta a la calma:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Estiramientos.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ De forma individual, van realizando los estiramientos que hemos ido haciendo a lo largo de la U.D. de los principales músculos que más han trabajado durante la sesión Mientras los estiran me van diciendo ellos los nombres.</li> <li>➤ Estiramientos para mejorar la flexibilidad.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>➤ <b>Reflexión final y despedida.</b></li> </ul>

## ANEXO 2: TEMPORALIZACIÓN

	SESIÓN 1	SESIÓN 2	SESIÓN 3	SESIÓN 4	SESIÓN 5	SESIÓN 6
<b>1º E.S.O. A</b>	Miércoles 18 de Abril	Viernes 20 de Abril	Miércoles 25 de Abril	Viernes 27 de Abril	Miércoles 2 de Mayo	Viernes 4 de Mayo
<b>1º E.S.O. B</b>	Lunes 16 de Abril	Martes 17 de Abril	Martes 24 de Mayo	Lunes 7 de Mayo	Martes 8 de Mayo	Lunes 14 de Mayo
<b>1º E.S.O. C</b>	Lunes 16 de Abril	Miércoles 18 de Abril	Miércoles 25 de Abril	Miércoles 2 de Mayo	Lunes 7 de Mayo	Miércoles 9 de Mayo
<b>1º E.S.O. D</b>	Martes 17 de Abril	Viernes 20 de Abril	Martes 24 de Mayo	Viernes 27 de Abril	Viernes 4 de Mayo	Martes 8 de Mayo

## UNIDAD DIDÁCTICA

### FÚTBOL SALA



#### Unidad Didáctica: Fútbol sala

1. Historia del fútbol sala
2. Características del fútbol sala
3. Terrero de juego y elementos
4. Reglamento básico
5. Acciones de ataque
6. Acciones de defensa



## 1. Historia del fútbol sala

- La creación de este deporte se remonta al Uruguay ( montevideo) de los años 1930.
- Se lo conoce deportivamente como FUTSAL (FUT = Fútbol / SAL = Salón).
- El fútbol de salón nace de varios deportes: balonmano, baloncesto, waterpolo y fútbol.
- En las calles de Montevideo, los niños jugaban al fútbol en campos de baloncesto, debido a la falta de campos libres. Por ello, el profesor Juan Carlos Ceriani, decidió plantear unas normas que adaptaran el deporte del fútbol a un espacio de dimensiones reducidas, habitualmente destinado a la práctica de otros deportes y de superficie dura.

## 2. Características del fútbol sala

- El fútbol sala es un deporte entre dos equipos basado en el fútbol.
- Es un juego de cooperación/oposición: aunamos nuestros esfuerzos con los de otros compañeros para conseguir el objetivo común (conseguir gol en la portería del equipo contrario).
- El **objetivo** de cada equipo es introducir el balón en la portería del equipo contrario y evitar que el otro equipo obtenga el control del balón y consiga marcar un gol de acuerdo con las reglas de juego.

## Unidad Didáctica: Fútbol sala

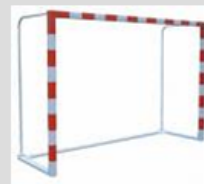
### 3. Terrero de juego y elementos

**Terreno:** El terreno de juego debe ser una superficie rectangular, lisa y dura sin obstáculos. Las dimensiones deben ser de 40m x 20m.



**Porterías:** No deberán de estar sujetas al suelo, estarán formadas por dos postes verticales de 2 m unidos por un traveso horizontal de 3 m de largo.

**Balón:** Será esférico con una superficie exterior de cuero, goma o material sintético. Tendrá una circunferencia entre 61 y 63 cm y su peso oscilará entre 410 y 430 g.



## Unidad Didáctica: Fútbol sala

### 4. Reglamento básico

- Cada equipo se compone de 5 jugadores, de los cuales uno jugará de portero (guardameta).



- El partido tendrá 2 tiempos de 20 minutos cada uno, con un descanso de 10 min. entre ellos.



- Se consigue gol cuando el balón haya pasado totalmente la línea de meta entre los postes y por debajo del travesaño.



#### 4. Reglamento básico

Se permite:

- Tocar el balón con cualquier parte del cuerpo, excepto con los brazos.
- Dar al balón todos los toques que se quiera, controlarlo o golpearlo.
- Quitar el balón al contrario siempre que no le golpeemos a él para conseguirlo.
- Luchar por el balón con el contrario utilizando el hombro, sin hacerlo de forma violenta o peligrosa ("cargar").
- El portero puede tocar el balón con cualquier parte de su cuerpo dentro del área de penalti.



#### 4. Reglamento básico

No se permite:

- Tocar el balón con las manos o brazos (todos menos el portero), a no ser que se vaya a realizar un saque de banda o corner (dependiendo de la Federación).
- Cargar sobre un jugador del equipo contrario a riesgo de lesionarlo.
- Agarrar o empujar intencionadamente a un jugador del equipo contrario.
- Dirigirse a los demás jugadores o al árbitro de manera incorrecta, insultándoles o agrediendoles física o verbalmente.

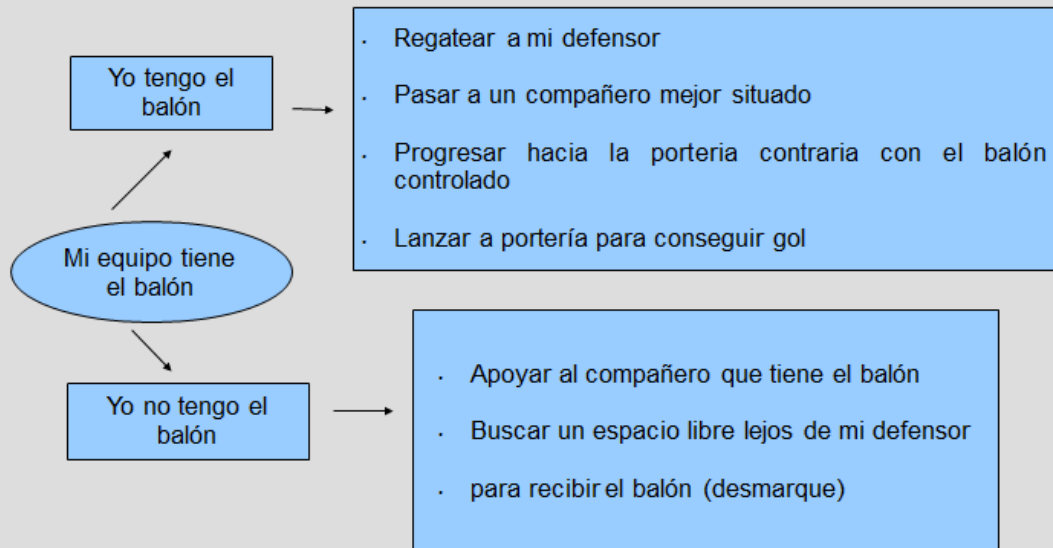


**¡Falta!** Tiro libre desde el lugar de la infracción. Si la falta se comete dentro del área por el equipo defensor será castigada con penalti.



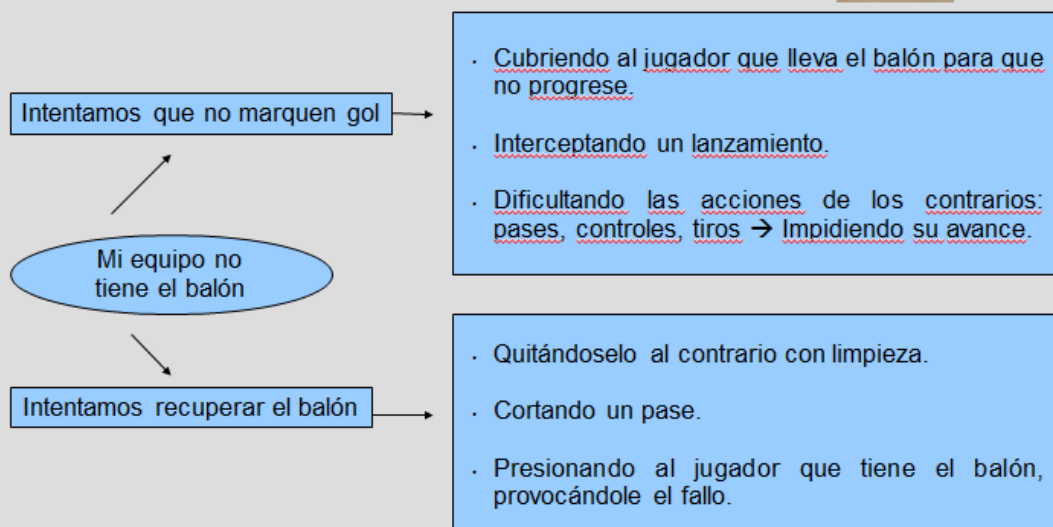
## Unidad Didáctica: Fútbol sala

### 5. Acciones de ataque



## Unidad Didáctica: Fútbol sala

### 6. Acciones de defensa



## 7. Ejemplo de sesiones a trabajar

- Sesión 1: Presentación U.D. y Evaluación Diagnóstica.
- Sesión 2: Control y manejo técnico del balón (conducción, pase, recepción, regate y tiro).
- Sesión 3: Acciones de ataque-defensa en superioridad, inferioridad e igualdad numérica.
- Sesión 4: Situaciones de juego en espacio reducido de 2x2, 3x3 y 4x4.
- Sesión 5: Situación-Ensayo Exámen Práctico
- Sesión 6: Exámen Práctico



Observador:

Alumno observado:

### ANEXO 4: RÚBRICA DE OBSERVACIÓN PRUEBA FINAL

EN ATAQUE		EN DEFENSA		MOTIVACIÓN	COMPORTAMIENTO
CON BALÓN	SIN BALÓN	JUGADOR CON BALÓN	JUGADOR SIN BALÓN		
1. No sabe que hacer con el balón en los pies.	1. No busca intervenir y se desentiende de la jugada.	1. No impide que el rival avance con el balón hacia la portería.	1. No marca a ningún jugador del equipo contrario.	1. No tiene ningún interés por el partido y pasa de todo.	1. Incumple las normas de convivencia y las reglas del juego.
2. Busca avanzar hacia la portería rival, pero siempre de forma individual.	2. Busca participar en la jugada, pero siempre va hacia donde está el balón.	2. Impide que avance y progrese en dirección a la portería que defiende, pero descuida otras opciones como pase o tiro.	2. Marca y sigue a su par, pero no le dificulta la recepción del balón en el caso de que le den un pase.	2. Se toma el partido como una obligación, cumpliendo con lo mínimo	2. Respeta las normas del juego y a los compañeros, pero no al árbitro ni a los rivales.
3. Avanza hacia la portería rival buscando diferentes opciones (regate, pase o tiro), pero no suele escoger la más ventajosa.	3. Combina apoyos en corto con desmarques hacia el espacio libre, pero no siempre logra deshacerse de la marca.	3. Impide que avance y que tire o de un pase a un compañero en situación ventajosa, haciéndole retroceder o dar un pase hacia atrás.	3. Marca y sigue a su par de cerca, dificultándole la recepción del balón, en situación no ventajosa.	3. Está motivado por el partido y se esfuerza por hacer las cosas bien a nivel individual y colectivo.	3. Cumple con las normas establecidas y muestra respeto por árbitro, compañeros y adversarios.
4. Busca y elige la mejor opción que permita ir hacia la portería y marcar gol.	4. Hace apoyos en corto o al espacio libre en función de lo sea más ventajoso, deshaciéndose de la marca.	4. Le impide avanzar y le tapa cualquier alternativa (pase o tiro), hasta finalmente provocarle el fallo o robarle el balón.	4. Marca y sigue a su par de cerca, siendo capaz de adelantarse y robar el balón.	4. Está entusiasmado con el partido, se esfuerza al máximo y además ayuda en su organización y preparación.	4. Con su actitud fomenta que haya un ambiente de respeto y "fair play" entre todos.

\* Para aprobar, deberá obtenerse una **puntuación mínima de 15** en la suma de cada uno de los valores obtenidos.

\* Recuerda observar atentamente y ser objetivo y justo con la evaluación, sin tener en cuenta a quién estás evaluando.

\* Rodea con un círculo el número que más se aproxime al nivel del alumno al que observas. Si te equivocas, puedes tacharlo y rodear otro número.