



**Facultad de Educación**

**MÁSTER EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA**

**Análisis de la motivación y actitud en relación con el  
aprendizaje cooperativo en las clases de Educación Física a  
partir de deportes alternativos: Una propuesta didáctica**

---

**Analysis of motivation and attitude in relation to cooperative  
learning in Physical Education classes from alternative sports:  
A didactic proposal**

**Alumno/a ANA MORAGO LÓPEZ-VÁZQUEZ**

**Especialidad FORMACIÓN PROFESIONAL**

**Director/a LAURENTINO SALVADOR BLANCO**

**Curso académico 2016/2017**

**Fecha 15/09/2017**

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.....	5
2. MARCO TEÓRICO .....	7
La actitud y motivación del alumnado en Educación Física .....	7
Teorías de la motivación .....	9
Deportes alternativos con carácter cooperativo .....	12
Aprendizaje cooperativo y motivación.....	14
3. OBJETIVOS.....	17
4. PARTE EXPERIMENTAL .....	17
Muestra .....	17
Instrumentos de evaluación .....	17
Recogida de información .....	18
Análisis de resultados .....	19
5. PROPUESTA DIDÁCTICA .....	23
Marco legislativo .....	24
Competencias generales .....	24
Objetivo específico y objetivos generales .....	25
Contenidos.....	27
Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje.....	27
Metodología .....	29
Temporalización.....	30
Principales reglas.....	31
Actividades.....	33
Evaluación .....	39
6. CONCLUSIONES .....	40
7. BIBLIOGRAFÍA.....	41
8. ANEXOS.....	47

## RESUMEN

En el presente Trabajo Fin de Máster (TFM) se realiza un estudio que pretende analizar la motivación del alumnado y la manera en que los alumnos prefieren aprender en las clases de Educación Física (EF), con el fin de elaborar una propuesta didáctica para trabajar la motivación y actitud de los alumnos en las clases de EF. Primero, para abordar el tema, se enmarca teóricamente la investigación. Después, hay una parte experimental cuya muestra de estudio está formada por 199 alumnos de EF de 3º y 4º de la ESO. Para analizar la manera en la que prefieren aprender, se utilizó la *Escala de Participación Social en el Aprendizaje* (GR-SIPPEL) y para estudiar la motivación según la Teoría de la Autodeterminación, se usó la escala *Escala de Locus Percibido de Causalidad* (PLOC-2). Finalmente, se desarrolla la propuesta didáctica innovadora a partir dos deportes alternativos con carácter cooperativo (Colpbol y Korfball). Los resultados muestran que los alumnos prefieren trabajar mediante estructuras de aprendizaje cooperativo y que su motivación es perfectible. Como conclusión, se puede afirmar que la propuesta didáctica innovadora desarrollada es válida para trabajar la motivación y actitud de los alumnos en las clases de EF.

Palabras clave: Educación Física, Motivación, Deporte alternativo y Cooperación.

## ABSTRACT

In this Dissertation (TFM) a study is carried out that aims to analyze the motivation of the students and the way in which the students prefer to learn in Physical Education classes (PE), in order to elaborate a didactic proposal to work the motivation and attitude of students in PE classes. First, to tackle the issue, research is theoretically framed. Then, there is an experimental part which study sample is made up of 199 PE students from 3rd and 4th ESO. In order to analyze the way in which they prefer to learn, *the Scale of Social Participation in Learning* (GR-SIPPEL) was used and to study the motivation according to the Self-Determination Theory, *the Scale of Locus Perceived Causality* (PLOC- 2). Finally, the innovative didactic proposal is developed from two alternative sports with cooperative character (Colpbol and Korbball). The results show that students prefer to work through cooperative learning structures and that their motivation is improvable. In conclusion, it can be affirmed that the innovative didactic proposal developed is valid to work the motivation and attitude of the students in the EF classes.

Keywords: Physical Education, Motivation, Alternative Sports and Cooperation.

# 1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

La Educación Física es una materia especial en la vida escolar del alumno. Uno de los motivos es debido al espacio en el que se imparten las clases, se cambia el aula tradicional por un espacio multiusos (polideportivo, pistas exteriores, patio...) en el que el alumno tiene el poder de desenvolverse libremente. Por ello tiene un carácter distinto, cuyo fin no es el aprendizaje en sí, sino la experiencia motriz del alumno, además de cognitiva, social y afectiva.

Con el paso del tiempo ha ido aumentando la importancia que se le ha ido dando desde todos los ámbitos, aunque aún creemos los formados en ello, que son insuficientes las horas destinadas en el horario escolar. Desde distintas entidades aún no se valora lo suficiente y queda mucho trabajo por hacer.

No obstante, se ha puesto en conocimiento la importancia de la EF para el desarrollo integral de los niños/as, y en los últimos años la sociedad se ha ido concienciando de la importancia de tener una vida activa para gozar de una buena salud física y mental.

La actividad física y el deporte en general, tradicionalmente ha estado vinculados a la competición. Pero poco a poco, a medida que el aspecto saludable ha ido adquiriendo valor, las personas han pasado de hacer deporte por y para competir a realizarlo por el mero placer intrínseco que proporciona, además de los múltiples beneficios que aporta.

Por ello, creo que es necesario trasladar esto mismo en el aula y aislarnos del carácter meramente competitivo del deporte. Actualmente, los alumnos están acostumbrados a ver las clases de EF como un lugar donde se practican deportes de competición y en los que se premia el éxito individual para lograr una buena calificación a lo largo del curso.

Se trabajan deportes tradicionales como el fútbol, baloncesto, voleibol... etc. Y es posible que la repetición de lo mismo año tras año y la poca innovación en las clases, haga que los alumnos pierdan la motivación e interés por las clases.

Durante mi experiencia en las prácticas del Máster, conocí varios deportes alternativos con carácter cooperativo que me sorprendieron gratamente. Hasta entonces desconocidos para mí, y alejados de mis vivencias escolares y aprendizajes en la universidad. El entusiasmo y motivación que me transmitieron los alumnos al practicarlos y su manera de trabajar, me hicieron reflexionar sobre estos deportes, el trabajo cooperativo, sus beneficios y sus posibilidades.

Quizás hay que ajustarse a una nueva realidad tanto en la manera de enseñar como en las actividades que se proponen para ello. Pienso que para ser un buen docente una de las cosas más importantes es conocer qué inquietudes, motivaciones, objetivos e intereses tiene el alumno respecto a la materia y adaptarse a los mismos.

Mi propósito al realizar este trabajo es que éste sea útil para mi futuro como docente y que pueda ayudar también a otros profesionales en su labor. Y así poder contribuir humildemente a una mejora en la calidad de nuestra materia.

Con todo ello, los objetivos de este TFM son conocer cuál es el nivel de motivación y actitud del alumno y cómo prefiere aprender. Y en base a ello, elaborar una propuesta didáctica innovadora para fomentar la motivación y la actitud del alumnado en las clases de educación física a partir de juegos alternativos de carácter cooperativo.

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **La actitud y motivación del alumnado en Educación Física**

La Educación Física (EF) está mejor considerada que el resto de asignaturas escolares, es apreciada por más de 7 sobre 10 alumnos (Piéron, 1999). El 100% de los niños y el 83% de las niñas muestran una actitud positiva hacia la EF pero, mientras que en el 83% de las niñas la actitud es muy favorable, en los niños sólo lo es en el 25%. (Castro, Piéron y González, 2006).

Los alumnos que presentan actitudes positivas tienen mayor ilusión por aprender, por lo que tienen también más posibilidades de beneficiarse de los principales objetivos de esta materia: forma física, habilidades motrices, habilidades cognitivas y habilidades socio-emocionales (Gutiérrez y Pilsa, 2006).

La habilidad y competencia de los alumnos influye tanto en su actitud como en su motivación. Los más hábiles se decantan por una actitud más favorable (Castro, Piéron y González, 2006) y los alumnos con una competencia elevada presentan mayor motivación por la EF y la práctica deportiva que los alumnos de baja percepción de competencia (Carreiro da Costa y Piéron, 1990).

La actitud y la motivación están muy relacionadas pero son términos distintos. La actitud es un determinante de las motivaciones, pero no es indispensable para que exista una motivación favorable hacia la práctica regular de las actividades físicas y deportivas (Piéron, Ledent, Delfosse y Cloes, 2000). Y la motivación se define como “un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta” (Woolfolk, 2006, p.669). Por lo tanto, podemos decir que la actitud son los sentimientos personales que uno tiene frente de la EF, mientras que la motivación es lo que impulsa o mueve al alumno a actuar en clase.

La motivación es un factor clave en el proceso de enseñanza-aprendizaje. El alumno motivado siente placer y deseo de ejercitarse y aprender en la clase de EF (Moreno y Hellín, 2007). Pero la motivación no depende exclusivamente del alumno, también depende de otras variables como puede ser el centro, el

profesorado, los compañeros y la familia (Granero-Gallegos, Baena-Extremera, 2014).

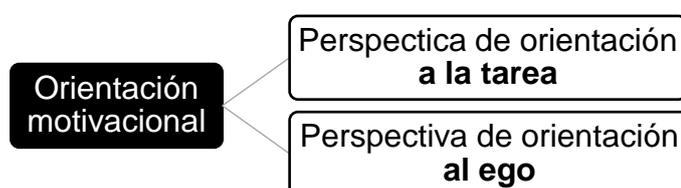
El objetivo primordial de las clases de EF debe ser fomentar entre el alumnado la práctica de actividad física de forma regular. Puesto que la EF supone un medio excelente para desarrollar conocimientos y actitudes positivas hacia la práctica físico-deportiva (González-Cutre, Sicilia y Moreno, 2011). Ntoumanis (2005) afirma que los alumnos motivados tienden a divertirse, suponiendo una mayor participación en clases de EF e, incluso, una mayor práctica de actividad física en su tiempo libre. Por ello es tan importante conseguir que los alumnos se encuentren motivados durante las clases.

Uno de los problemas que preocupan a los profesores es conseguir motivar al alumno en sus clases en pro de una adherencia a la práctica físico-deportiva (Cecchini, González, Carmona, Arruza, Escartí y Balagué, 2001). Bien es cierto que la inactividad de muchos adolescentes puede deberse a la falta de motivación de los mismos en las clases de EF (Parish y Treasure, 2003). En un estudio causiexperimental González-Cutre, Sicilia y Moreno (2011) concluyeron que los aspectos clave para mejorar la motivación son: la presencia de variedad y novedad en las tareas, la cesión de responsabilidad al alumnado para participar en el proceso de toma de decisiones y en la evaluación, el reconocimiento de la mejora personal y el esfuerzo, la agrupación variada siguiendo criterios diferentes, la evaluación del progreso individual, privada, significativa y evitando la comparación social, y el tiempo suficiente para practicar y mejorar en las tareas. Por lo podemos inferir que el papel del profesor y su manera de elaborar y llevar a cabo las sesiones juega un papel crucial en la motivación del alumnado.

## Teorías de la motivación

Existen diversas teorías que responden a la necesidad de conocer qué motiva a los alumnos, en este trabajo nos centraremos en la Teoría de Metas de Logro de Nicholls (1984) y en especial, en la Teoría de la Autodeterminación (TAD) de Deci y Ryan (1985).

La Teoría de Metas de logro de Nicholls (1984) explica la existencia de dos tipos de orientación motivacional, dos perspectivas de meta, en función de la habilidad percibida:



[Elaboración propia]

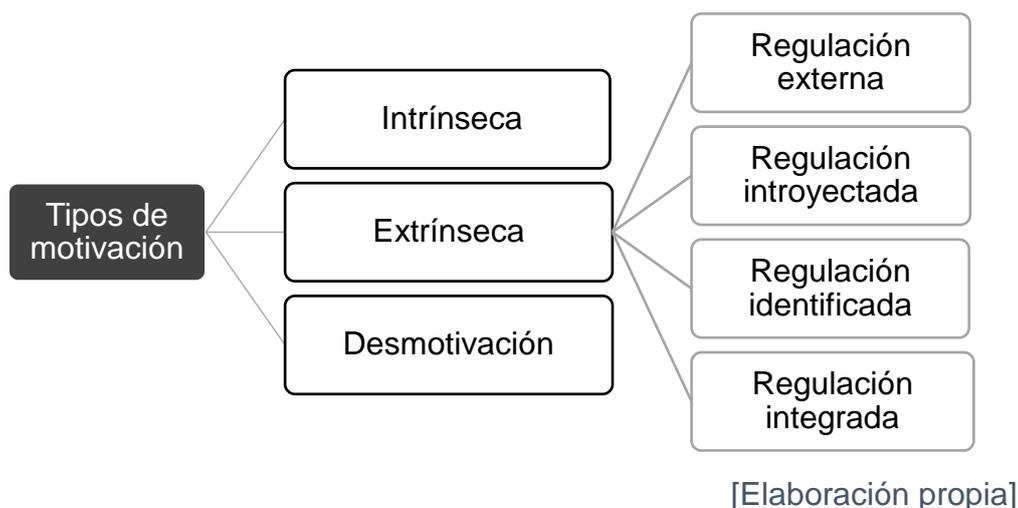
*La perspectiva de orientación a la tarea:* los alumnos se comparan consigo mismos para juzgar su competencia, y se da mucho valor al esfuerzo y ejecución sin importar tanto el resultado.

*La perspectiva de orientación al ego:* los alumnos se comparan con otros dando más importancia al resultado del comportamiento que al esfuerzo y a la ejecución.

Moreno y Llamas (2007) llegaron a la conclusión de que los alumnos implicados a la tarea se sienten autónomos, competentes y se relacionan con los demás compañeros en las clases de EF, mostrando una alta motivación autodeterminada, y, por tanto, concederán importancia a las clases de EF. En cambio, los alumnos implicados al ego se asocian con la creencia de que el éxito se consigue a través de la comparación, la aprobación social, la consecución de recompensas externas y de estatus en la sociedad, provocando todo ello sensaciones afectivas negativas tales como aburrimiento o insatisfacción por la actividad, así como una mayor preocupación por el resultado final y no por el proceso de aprendizaje. Es decir, los sujetos implicados al ego consideran la EF

como un medio para conseguir un fin externo a la propia actividad. Ommundsen (2001) también obtiene resultados similares en su investigación, la orientación al ego de los alumnos se correlacionaba con la ansiedad y la orientación a la tarea con la satisfacción y el aprendizaje en las aulas de EF. En la misma línea, Ntoumanis y Biddle (1999) en EF han establecido que el clima motivacional orientado hacia la tarea está relacionado con efectos positivos en los ámbitos cognitivo, conductual y afectivo. Por otro lado, en climas motivacionales orientados al ego, pueden manifestar resultados negativos que den lugar al desinterés, aburrimiento, indisciplina y abandono de la actividad.

Por otro lado, la Teoría de la Autodeterminación de Deci y Ryan (1985) analiza el grado en que las conductas humanas son volitivas o auto-determinadas, estableciendo diferentes tipos de motivación situados en un continuo de autodeterminación.



Aplicando esta teoría a la EF podemos describir los distintos tipos de motivación (de más a menos autodeterminada) en función del tipo de alumno (González-Cutre, Sicilia y Moreno, 2011):

- *Motivación intrínseca*: El alumno que participa en clase porque disfruta aprendiendo y vivenciando las diferentes prácticas.

- *Motivación extrínseca*
  - *Regulación integrada:* el alumno que se implica al máximo en las clases porque forma parte de su estilo de vida, hace deporte fuera del horario escolar, cuida la alimentación y no consume sustancias nocivas para el organismo.
  - *Regulación identificada:* El alumno que refleja una práctica realizada porque conoce la importancia de la EF y los beneficios que podría obtener de ella.
  - *Regulación introyectada:* El alumno que participa activamente en la clase porque se sentiría culpable y mal consigo mismo si no lo hiciera.
  - *Regulación externa:* El alumno que participa en las clases porque tiene que hacerlo, ya que es lo que determina la institución educativa, y no hacerlo supondría un castigo.
- *Desmotivación:* El alumno que no entiende por qué hay que dar EF y no sabe muy bien de qué le sirve y lo que puede obtener de ella y, por tanto, siente que está perdiendo su tiempo.

Con la motivación intrínseca se logran consecuencias como el esfuerzo, la concentración, la vitalidad, el desarrollo positivo o la intención de ser físicamente activo (Sánchez-Oliva, Leo, Amado, González-Ponce y García-Calvo, 2012). Potenciar esta motivación a nivel global, influye en la personalidad y en poder lograr una práctica duradera (Morente, Zagalaz, Molero y Carrillo, 2012).

Los docentes deben lograr contextos que estimulen la libertad de elección en las clases de EF y la expresión de sentimientos para desarrollar una motivación intrínseca al proporcionar mayor sensación de autonomía (Deci y Ryan, 1985)

Deci y Ryan (1985) ya decían desde un principio que los docentes en las clases de EF tienen que velar por contextos que estimulen la libertad de elección y la expresión de sentimientos, que proporcionen sensación de autonomía en el alumno y así desarrollar una motivación intrínseca.

De todo lo anterior, y como conclusión, se puede deducir que los docentes deben obrar por conseguir que sus alumnos participen movidos por una motivación intrínseca, que el deseo de participar en las clases surja por su propio interés y por el placer que le provocan las actividades propuestas. Así como llevar a cabo las actividades con esfuerzo y dedicación, buscando siempre la mejora respecto a uno mismo y no respecto a otros, es decir, que actúen movidos por una perspectiva de orientación a la tarea.

### **Deportes alternativos con carácter cooperativo**

Los deportes alternativos con carácter cooperativo que se van a incluir en la propuesta didáctica que se llevará a cabo en presente trabajo son: el Colpbol y el Korfbal. Son deportes de cooperación-oposición cuyas características principales son: la cooperación grupal necesaria e indispensable para la consecución del objetivo, la participación e inclusión de todos los jugadores independientemente de su raza, sexo o diferencias físicas, la presencia de un equipo rival oponente y la búsqueda del disfrute y placer de todos.

Los deportes alternativos llegan a España en la década de los 90 proveniente de una corriente internacional relacionada con el concepto de “Deportes para Todos” (Fierro, Haro y García, 2016).

El concepto “deporte alternativo” ha sido descrito por distintos autores, entre las definiciones encontradas el que más se acerca a nuestra idea es Hernández (2007) que lo define como “aquel conjunto de deportes que, en contraposición con los modelos convencionales comúnmente aceptados, pretenden lograr un mayor carácter participativo y/o un explícito desarrollo de valores sociales, a través de modificaciones reglamentarias y/o la utilización de material novedoso”.

Algunos autores han intentado incluir este tipo de deportes dentro de los juegos cooperativos debido a su carácter cooperativo. Orlick (1978) realiza una clasificación de juego cooperativos en los que incluye un tipo de juegos llamados “semi-cooperativos”, los define como orientados a la práctica deportiva, también

de tipo competitivo, en los que se modifica alguna norma intentando promover una participación igualitaria en las acciones del juego. Además, cumplen los objetivos esperados de los juegos cooperativos: diversión, inclusión y colaboración a través de la modificación de propuestas que presentan oposición o incluso incompatibilidad de meta (Velázquez, 2013). Como bien dice Requena (2008), los deportes alternativos suelen compartir características con los deportes cooperativos, ya que se prioriza compartir frente a competir. Pero no podemos llamarlos juegos cooperativos puesto que como afirma Velázquez (2013) tras analizar las múltiples concepciones, en el instante en que existe oposición entre las acciones de algunos de los participantes no podemos hablar de juego cooperativo.

La elección por este tipo de deportes tan novedoso está apoyada en la afirmación que realizan recientemente Fierro, Haro y García (2016) sobre que el uso de deportes alternativos en el ámbito educativo puede aportar muchos beneficios, suponen una novedad (nuevas posibilidades educativas, recreativas, de ejercicio y diversión) y resultan motivantes para todo el alumnado. Puesto que como Parra y Sancho (2008) mencionan, los deportes tradicionales se han convertido en algo poco motivante para los alumnos debido al uso reiterado y excesivo de los mismos por parte del profesorado durante las clases de EF.

Fierro, Haro y García (2016) crean unos objetivos acordes para los juegos y deportes alternativos en la clase de EF. Por consecuencia, nos muestran el potencial y características de los mismos:

- Aportan situaciones motrices nuevas, motivantes y lúdicas que ayudan a contribuir a la consecución de una educación óptima en el ámbito escolar, prevaleciendo el aspecto recreativo sobre el competitivo.
- Fomentan la igualdad de oportunidades y el aumento de la motivación de los grupos de alumnos menos participativos.
- Promueven la aparición de valores en el aula, tales como: el compañerismo, el respeto, la cooperación, la igualdad, etc.
- Introducen materiales no específicos en el aula con nuevas posibilidades de uso.

- Contribuyen a la mejora de las habilidades motrices.

Con todo lo anterior, queda demostrado la cantidad de posibilidades y múltiples beneficios que puede aportar la introducción de estos deportes cooperativos con carácter cooperativo en las clases de EF. Entre los beneficios destacamos el aumento de la motivación del alumnado.

### **Aprendizaje cooperativo y motivación**

Una buena forma de introducir los deportes alternativos en las clases de educación física es a través de una metodología de aprendizaje cooperativo.

El aprendizaje cooperativo es una metodología educativa basada en el trabajo en grupos reducidos, normalmente heterogéneos, en el cual los alumnos trabajan juntos con el propósito de mejorar su propio aprendizaje y el de sus compañeros o miembros del grupo (Velázquez, 2013). Es considerado una importante estrategia de enseñanza-aprendizaje, que promueve logros a nivel académico, social y afectivo-motivacional en todos los estudiantes, incluyendo aquellos con necesidades educativas específicas (Gillies, 2006).

Johnson y Johnson (1999) definen cinco elementos clave del aprendizaje cooperativo:

- Interdependencia positiva: el objetivo está por encima de lo que puede lograr un alumno individualmente. El alumno entiende que su trabajo o aprendizaje beneficia al de sus compañeros y al revés.
- Responsabilidad individual: cada alumno tiene la responsabilidad de esforzarse al máximo para realizar su parte, ya que es necesaria para que el grupo logre el objetivo.
- Interacción promotora: cada alumno debe ayudar a los demás miembros de su grupo, animando y reforzando sus ideas para que puedan completar con éxito sus tareas.

- Habilidades interpersonales y en pequeño grupo: comportamientos que llevan a cabo los alumnos en el trabajo grupal como son: planificar, gestionar, asumir responsabilidades, resolver problemas, compartir liderazgo y tomar decisiones.
- Procesamiento grupal o autoevaluación: reflexión sobre el proceso llevado a cabo, qué resultó útil y qué no, qué se debe mejorar, cambiar o mantener. Es el momento del feedback.

En las clases de EF, Barba (2010) afirma que una de las ventajas de utilizar el aprendizaje cooperativo es motivar a los alumnos hacia la práctica motriz. Prieto y Nistal (2009) tras un estudio para comprobar la eficacia del aprendizaje cooperativo en EF con alumnos de primer curso de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), concluyeron que influye de manera muy positiva en la aceptación e interrelación social, la competencia física o motriz y la motivación por la asignatura y la actividad física en general. Fernández-Rio y Méndez-Giménez (2016) afirman que el aprendizaje cooperativo es un modelo con grandes posibilidades en EF para tratar cualquier contenido, tanto cuando se utiliza de una manera independiente, como cuando se hibrida con otros modelos, pero es importante que sus elementos esenciales estén inmersos en el planteamiento que el docente proponga a los alumnos.

Además, existe en la literatura varios autores que se han dedicado a estudiar si el aprendizaje cooperativo conlleva a una mejora en la motivación del alumnado en otras materias:

Marín y Blázquez (2003) en un pequeño estudio con estudiantes de ESO hallaron que el 54% de los estudiantes afirmaban que su motivación había aumentado respecto a las matemáticas tras utilizar el aprendizaje cooperativo en el aula como estrategia metodológica, el 35% no encontraban diferencias y el 11% afirmaban haber disminuido su motivación, a destacar, todos los profesores que participaron dijeron haber visto un aumento de la motivación en su alumnado.

Peterson y Miller (2004) encontraron en su estudio sobre estudiantes de Psicología resultados significativamente superiores respecto a la motivación

cuando se trabajaba mediante aprendizaje cooperativo que cuando se hacía con metodología tradicional.

Hänze y Berger (2007) en su investigación sobre estudiantes de Bachillerato, concluyeron que con el aprendizaje cooperativo se obtuvieron mejores resultados en implicación de la tarea, interés en el tema de estudio y obtuvieron mayor motivación intrínseca que con instrucción directa.

Zakaria, Chin y Daud (2010) obtuvieron resultados similares a los anteriores con estudiantes de ESO, presentaron resultados académicos mejores, una actitud más positiva y una motivación mayor hacia las matemáticas quienes trabajaron mediante aprendizaje cooperativo que el grupo control.

Aunque parezca que la relación entre aprendizaje cooperativo y motivación es clara, en el estudio que realizaron Tarim y Akdeniz (2008) no hubo diferencias en relación con la actitud del alumnado hacia las matemáticas entre el grupo control y el grupo que trabajó mediante aprendizaje cooperativo. Cabe decir que este estudio fue realizado con estudiantes de Educación Primaria y quizás nos lleve a pensar que ese momento sea demasiado pronto para instaurar el aprendizaje cooperativo, si tenemos solamente en cuenta la motivación.

Tras esta breve recopilación se puede afirmar que el aprendizaje cooperativo es, a priori, una buena metodología de aprendizaje a implementar en la clase para aumentar la motivación de los alumnos.

### **3. OBJETIVOS**

Los objetivos generales que se plantean en la presente investigación son los siguientes:

- Analizar la motivación y actitud de los alumnos hacia la asignatura de EF.
- Conocer la forma en que los alumnos prefieren aprender en la asignatura de EF.
- Elaborar una propuesta didáctica innovadora para trabajar la motivación y la actitud en las clases de EF a través de deportes alternativos de carácter cooperativo.

### **4. PARTE EXPERIMENTAL**

#### **Muestra**

La población de estudio fueron 199 alumnos/as de 3º y 4º curso del colegio Verdemar, colegio Atalaya y colegio Altamira. Concretamente, los participantes fueron un total de 103 hombres y 96 mujeres. Los tres centros escolares pertenecen a la Comunidad Autónoma de Cantabria. Tuve acceso a estos centros durante la realización de mi periodo de prácticas.

#### **Instrumentos de evaluación**

Para estudiar la motivación y actitud de los alumnos frente a la materia de EF, se ha utilizado la Escala PLOC-2 de Ferriz, González-Cutre y Sicilia (2015) (Ver anexo I), una modificación de la Escala de Locus Percibido de Causalidad (PLOC) diseñada por Goudas, Biddle y Fox (1994) que incluía cuatro ítems diseñados por Wilson, Rodgers, Loitz y Scime (2006) para medir también la regulación integrada.

El cuestionario está formado por 24 preguntas y utiliza la escala Likert del 1 al 7. El alumno debe rodear del 1 al 7, en función de si está totalmente de acuerdo (7) o totalmente en desacuerdo (1) y si la opinión es dudosa rodea del 2 al 6 dependiendo el grado de acuerdo o desacuerdo. Este instrumento analiza la motivación intrínseca, regulación externa, regulación introyectada, regulación identificada, regulación integrada y la desmotivación establecidas por la Teoría de la Autodeterminación.

Para estudiar la forma en que los alumnos prefieren aprender en la materia de EF, se ha hecho uso de la Escala de Participación Social en el Aprendizaje (GR-SIPPEL) de Ruiz, Graupera, Moreno y Rico (2010) (Ver anexo II). Este cuestionario analiza las preferencias en cuanto al tipo de aprendizaje por parte de los alumnos, está formado por 28 preguntas y utiliza la escala Likert del 1 al 4, el alumno deberá rodear el 1 si está muy en desacuerdo o 4 si está totalmente de acuerdo con el ítem correspondiente. Las opiniones dudosas serán respondidas con un 2 o 3 en función de si se acerca más al acuerdo o al desacuerdo. Las respuestas nos dan información sobre las preferencias de aprendizaje de los alumnos dividiéndolo en cuatro factores en función de la pregunta: cooperación, competición, afiliación e individualismo.

### **Recogida de información**

Para la recogida de información correspondiente a este trabajo, se siguieron los siguientes pasos: En primer lugar, se solicitó permiso al tutor de prácticas (profesor de la asignatura de EF) para poder pasar los cuestionarios a los alumnos. Tras ello se solicitó permiso a los centros (Ver anexo III). Tras obtener su permiso, y con su ayuda, se procedió a elaborar los cuestionarios a través de la plataforma de formularios de Google. Después, se mandaron los dos enlaces a través de una plataforma escolar a todos los alumnos de 3º y 4º de los tres colegios. Y antes de una de las clases de EF, se explicó a los alumnos en qué consistía el cuestionario y para qué iba a ser utilizado. Finalmente, se les avisó

de que lo cumplimentaran, y se les dio una semana de margen para que lo enviaran.

Los dos cuestionarios tienen una primera parte en la que se explica cómo contestar a las preguntas. En el primer enlace aparecen las preguntas referidas a la escala GR-SIPPLE. Y en el segundo, las preguntas referidas a la escala PLOC-2. Se pidió máxima seriedad y sinceridad a la hora de contestar, asegurándoles la confidencialidad de las respuestas. Y una vez recibidas todas las respuestas se procedió al análisis de los resultados.

### Análisis de resultados

En la escala PLOC-2 referida a la motivación y actitud de los estudiantes en las clases de EF, las puntuaciones obtenidas por los alumnos de 3º y 4º curso fueron las siguientes:

	Total	Hombres	Mujeres
<b>INTRÍNSECA</b>	<b>4,66</b>	4,76	4,55
<b>INTEGRADA</b>	<b>5,02</b>	5,18	4,85
<b>IDENTIFICADA</b>	<b>4,82</b>	4,94	4,69
<b>INTROYECTADA</b>	<b>4,33</b>	4,44	4,2
<b>EXTERNA</b>	<b>3,63</b>	3,61	3,65
<b>DESMOTIVACIÓN</b>	<b>2,67</b>	2,53	2,83

Tabla 1. Resultados escala PLOC-2

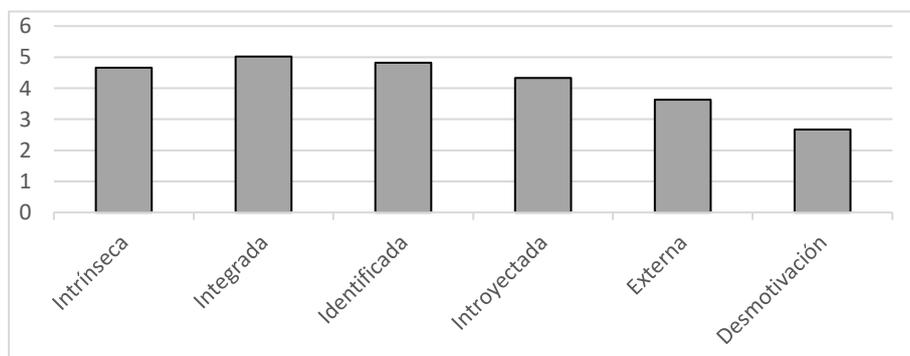


Figura 1. Tipos de motivación escala PLOC-2

Como se puede observar en la Tabla 1 y Figura 1, teniendo en cuenta el total, las puntuaciones más altas se obtuvieron en la regulación integrada, la regulación identificada y la motivación intrínseca, y las más bajas en la desmotivación, regulación externa e introyectada.

En otros estudios (Moreno, González-Cutre y Chillón, 2009; Férriz, González-Cutre y Sicilia, 2015) encontramos resultados similares que apoyan la investigación realizada, pero las puntuaciones son superiores en las tres formas de motivación más autorreguladas. Esto puede ser debido a que en nuestro estudio sólo tenemos en cuenta 3º y 4º curso de la ESO y Martínez, Baena, Ibáñez, Granero-Gallegos y Ruiz-Montero (2016) afirman que con el aumento de la edad el nivel de motivación de los jóvenes hacia la EF es menor.

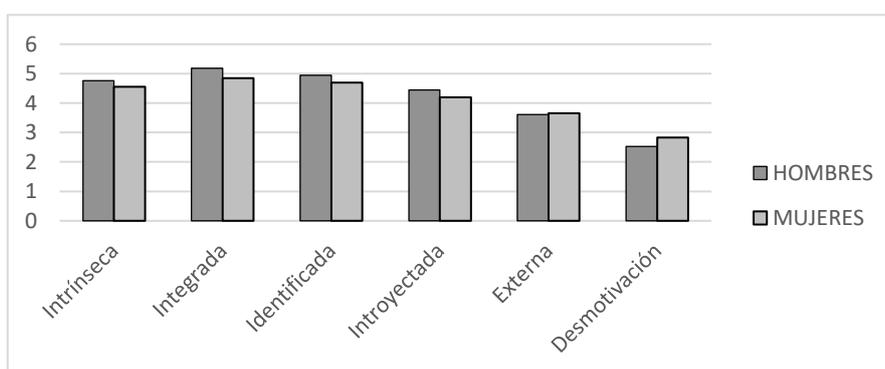


Figura 2. Resultados mujeres y hombres escala PLOC-2

Como podemos ver en la Figura 2, respecto a la diferencia de hombres y mujeres, obtienen ambos el mismo orden en puntuaciones más altas y bajas. Sin embargo, las mujeres tienen menor puntuación en las formas más autodeterminadas (motivación intrínseca, regulación integrada, regulación identificada y regulación introyectada) y mayor puntuación en las menos autodeterminadas (regulación externa y desmotivación) que los hombres. Por lo se puede decir que, los hombres están más motivados intrínsecamente que las mujeres y a su vez, las mujeres están más desmotivadas que los hombres.

En cuanto a las preferencias de los alumnos en la forma de aprender en las clases de EF, las puntuaciones obtenidas en las preguntas de la escala GR-SIPPEL son las que se exponen en la siguiente tabla:

	Total	Hombres	Mujeres
<b>COMPETITIVIDAD</b>	<b>2,65</b>	2,79	2,5
<b>COOPERACIÓN</b>	<b>3,26</b>	3,3	3,22
<b>AFILIACIÓN</b>	<b>2,55</b>	2,53	2,57
<b>INDIVIDUALISMO</b>	<b>2,08</b>	2,06	2,1

Tabla 2. Resultados escala GR-SIPPEL

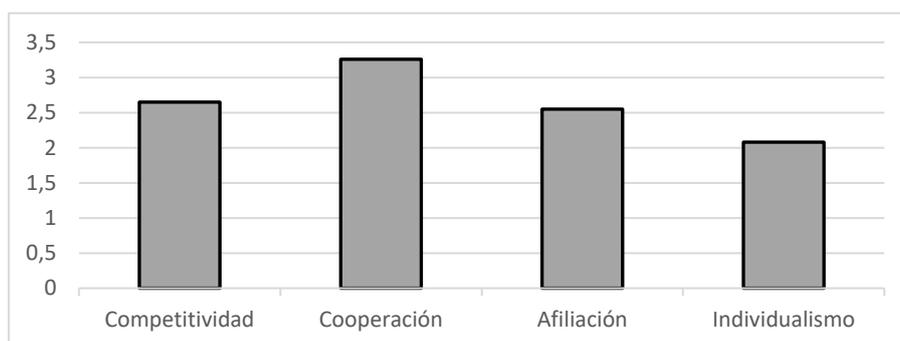


Figura 3. Tipos de estructura de aprendizaje escala GR-SIPPEL

Como se puede observar en la Tabla 2 y Figura 3, los estudiantes prefieren claramente estructuras de aprendizaje cooperativas. Tras las cooperativas prefieren competitivas, afiliativas y, por último, individuales. Esto coincide con los resultados del estudio de Ortega, Robles, Giménez, Abad, Durán, Franco y Jiménez (2017) con jugadores benjamines de baloncesto. Sin embargo, Ruiz, Graupera y Mata (2004) y Ruiz, Graupera, Moreno y Rico (2010) en sus estudios con estudiantes de la ESO, preferían las afiliativas por delante de las competitivas. Cabe destacar que en todos los estudios encontrados la preferencia de los estudiantes eran las estructuras de aprendizaje cooperativas.

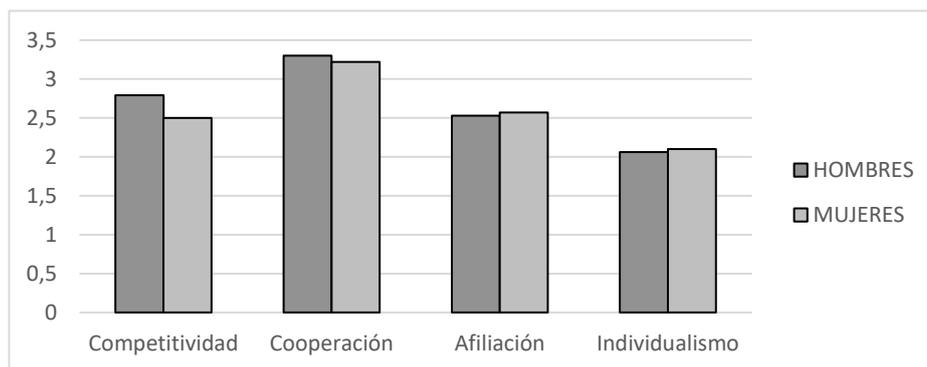


Figura 4: Resultados mujeres y hombres cuestionario GR-SIPPLE

Como se puede ver en la Figura 4, respecto a las diferencias entre hombres y mujeres, tras las estructuras de aprendizaje cooperativas ellos prefieren las competitivas, en cambio, ellas prefieren las afiliativas por delante de las competitivas. Ambos dejaron en último lugar a las individuales. Estos mismos resultados se encontraron en el estudio de Ruiz, Graupera y Mata (2004), si bien en el total diferían, en función del sexo coinciden mostrando que los hombres prefieren las competitivas antes que las afiliativas y las mujeres al revés.

### **Conclusión:**

Con los resultados obtenidos en ambas escalas podemos decir: en primer lugar, los valores obtenidos en la escala PLOC-2 nos indican que, respecto a otras muestras de estudio, la motivación de estos alumnos hacia la asignatura de EF es menor, por lo que la motivación es los alumnos participantes es perfectible. En segundo lugar, los resultados obtenidos en la escala GR-SIPPEL nos indica que estos alumnos prefieren aprender mediante estructuras de aprendizaje cooperativas.

En cuanto al sexo, podemos concluir que aquellos que presentan mayor motivación hacia la asignatura de EF son los hombres. En cuanto a la forma de aprendizaje, los hombres prefieren tras las estructuras de aprendizaje cooperativo, las competitivas, mientras que las mujeres prefieren estructuras afiliativas.

## 5. PROPUESTA DIDÁCTICA

### Introducción

Teniendo en cuenta lo expuesto en el marco teórico y la parte experimental de este trabajo, se puede afirmar que los alumnos prefieren trabajar mediante estructuras de aprendizaje cooperativas. Además, está demostrado que trabajar en contextos de cooperación mejora la motivación y actitud de los alumnos hacia la asignatura de EF. Por ello, debido a que la motivación de los alumnos participantes es perfectible, se ha elaborado una propuesta didáctica (PD) para trabajar la motivación y la actitud de los alumnos hacia la EF a través de deportes alternativos de carácter cooperativo.

Esta PD está diseñada para 3º curso de la ESO en la asignatura de EF. Se ha elegido este curso porque los alumnos pasan por una época de plena adolescencia bastante sensible, donde muchas veces pierden la motivación por las clases y a través del trabajo cooperativo se puede facilitar la participación, aumentar la autoestima, así como despertar el interés de los alumnos.

Se propone una manera innovadora de trabajar en las clases de EF. Así pues, se trata de quitar el protagonismo a los deportes competitivos y a la individualidad dentro del aula para pasar a dar más importancia a la cooperación. Concretamente, esta PD trata dos deportes alternativos de carácter cooperativo: el Colpbol y Korfbal.

Se han elegido estos deportes debido a su carácter cooperativo, a que evitan la figura del chupón, a su sencillez en cuanto a reglas y aprendizaje, a que no requieren gestos técnicos complejos, a la posibilidad de ser practicado por todos, a ser obligatoriamente mixtos, al poco uso y conocimiento que se les ha dado y a los beneficios a nivel de motivación y adquisición de valores que aportan.

La finalidad de la PD es que los alumnos trabajen su actitud y motivación respecto a la EF, descansen de los deportes tradicionales y vivencien los deportes alternativos a través de una metodología cooperativa. Una nueva forma de trabajar en la materia de EF.

## Marco legislativo

La propuesta didáctica presentada se rige por el siguiente marco legislativo:

- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. (BOE núm. 3, 3 de enero de 2015).
- Decreto 38/2015, de 22 de mayo, que establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Cantabria. (BOC Extraordinario núm. 39, 5 de junio de 2015).
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de Educación Secundaria Obligatoria. (BOE núm. 25, 29 de enero de 2015).

## Competencias generales

La orden ECD/65/2015, de 21 de enero, se encarga de establecer las siete competencias generales a desarrollar durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. Las competencias generales que va a desarrollar el alumnado en esta programación didáctica son: Competencia lingüística, Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología, Competencia aprender a aprender, Competencias sociales y cívicas y Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.

**Competencia lingüística:** Se va a desarrollar a través de los constantes intercambios comunicativos, verbales y no verbales, que utilizarán los alumnos para comunicarse entre sí. La comunicación es indispensable en el trabajo cooperativo, y lo harán través del vocabulario específico de los deportes alternativos que se trabajan.

**Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología:** Se va a desarrollar a través de la búsqueda de soluciones en las actividades de

cooperación que se propongan, ante situaciones de incertidumbre que puedan estar relacionadas con la organización y utilización del espacio, a la percepción espacio-tiempo así como a la contabilización del marcador y posibles estrategias.

Competencia de aprender a aprender: Se va a desarrollar a través de la experimentación de la planificación del trabajo en equipo, la motivación y actitud de los alumnos al trabajar con estos deportes alternativos y la adquisición del aprendizaje de elementos técnicos, tácticos y estratégicos para alcanzar los objetivos propuestos en cada tarea.

Competencias sociales y cívicas: Se va a desarrollar a través del trabajo cooperativo, la integración de todos los alumnos, la igualdad respecto al género y diferencias étnicas, el respeto a los demás, el cumplimiento de normas y el trabajo en equipo. Todo ello necesario para el éxito en los deportes alternativos que se van a trabajar.

Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: Se va a desarrollar a través del trabajo en equipo ya que hace que el alumno tenga que tomar decisiones en cuanto a la planificación del grupo y en cuanto a la lógica interna del juego. Además de a través de la actitud, la autosuperación, autoexigencia y el esfuerzo de los alumnos. Así como al valorar las opiniones u ideas de los demás, la confianza en uno mismo y la capacidad para afrontar problemas y ofrecer soluciones durante el desarrollo del juego.

### **Objetivo específico y objetivos generales**

El objetivo específico que se pretende lograr con esta programación didáctica es el siguiente:

- Trabajar la actitud y motivación del alumnado en las clases de EF en base a deportes alternativos de carácter cooperativo.

Los objetivos generales del Real Decreto 1105/2014, del 26 de diciembre, que se buscan conseguir con esta propuesta didáctica son los siguientes:

- a) “Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática” (Real Decreto 1105/2014, 2015, p. 176 y 177).
- b) “Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal” (Real Decreto 1105/2014, 2015, p. 177).
- c) “Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer” (Real Decreto 1105/2014, 2015, p. 177).
- d) “Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos” (Real Decreto 1105/2014, 2015, p. 177).
- k) “Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora” (Real Decreto 1105/2014, 2015, p. 177).

## **Contenidos**

Los deportes alternativos de carácter cooperativo que se van a trabajar están ubicados dentro de lo que el Decreto 38/2015 denomina Bloque 3 de contenidos “juegos y deportes”, ya que tal y como dice “El bloque de Juegos y Deportes tiene gran valor educativo por ser elemento generador de relaciones y valores sociales, y por erigirse en modelo de conductas activas que pueden ser imitadas dado el gran protagonismo social de la actividad deportiva. Esta última, en el contexto educativo, precisa un carácter abierto y no discriminatorio, pero sin renunciar a la adquisición de la competencia motriz necesaria para crear un hábito. Recoge diferentes juegos y actividades cooperativas; distintas modalidades de deportes individual, adversario y colectivo, integrando en ellos a los alternativos”.

Dentro de este bloque, ubicamos los deportes alternativos dentro del siguiente contenido: “Profundización en, al menos: una modalidad deportiva individual, dos modalidades deportivas colectivas, una modalidad deportiva de adversarios y dos juegos o deportes autóctonos sencillos de Cantabria, diferentes a los del primer curso” (Decreto 38/2015, 2015, p.800). Lo más correcto sería incluirlo dentro de la modalidad deportiva colectiva, aunque también sería posible hacerlo en la modalidad deportiva de adversarios puesto que como ya hemos mencionado en el marco teórico, son deportes de cooperación-oposición en los que existe un equipo rival.

## **Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje**

Los criterios de evaluación descritos en los del Decreto 38/2015, en los que se sustenta la propuesta didáctica son los siguientes:

- Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

- Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

Los estándares de aprendizaje descritos en el Decreto 38/2015 correspondientes a los criterios de evaluación que se van a tener en cuenta son los siguientes:

- ✓ Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
- ✓ Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
- ✓ Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
- ✓ Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

- 
- ✓ Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
  - ✓ Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
  - ✓ Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
  - ✓ Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

## Metodología

En esta PD innovadora se utilizará una metodología basada en el aprendizaje cooperativo. Se formarán pequeños grupos de 4-5 alumnos y se mantendrán durante todas las sesiones propuestas. Esos grupos serán elegidos por el profesor, que formará grupos heterogéneos, teniendo en cuenta las aptitudes e intereses de los alumnos y obligatoriamente serán mixtos (mínimo dos chicas y máximo tres por equipo).

Dentro del aprendizaje cooperativo, se utilizará la técnica desarrollada por Grineski (1996) llamada "juego cooperativo" que sigue el siguiente proceso:

- 1º) El docente explica la tarea o actividad que se va a realizar y se asegura de que ha sido comprendida por la totalidad del grupo.
- 2º) Hace hincapié en la interacción promotora, insistiendo en que es necesaria la colaboración de todos para poder alcanzar el objetivo. Además, recuerda que es importante animar a los compañeros para facilitar la consecución del mismo.
- 3º) El docente resalta que es indispensable la colaboración de todos los miembros para alcanzar el éxito grupal.
- 4º) El docente debe reforzar las conductas que acercan a los alumnos al objetivo.
- 5º) Al acabar la tarea o actividad, se debe hacer una reflexión acerca de qué hechos hicieron posible o dificultaron el logro del objetivo.
- 6º) El docente anima al alumno a que piense sobre cómo se podría complicar la tarea o actividad.

Teniendo en cuenta de que en estos deportes alternativos también existe competición, de algún modo se puede distorsionar esta enseñanza y no siempre puede ser aplicada satisfactoriamente por el docente. Así, para algunas de las tareas se utilizará un enfoque híbrido de aprendizaje cooperativo-comprensivo del deporte. En este enfoque el docente busca objetivos motores (aunque también cognitivos, afectos y sociales) y propone tareas que implican toma de decisión, interacción social y comprensión cognitiva para su consecución, en las que es necesaria la responsabilidad individual de los alumnos para poder lograr el objetivo (Velázquez, 2013).

## Temporalización

La programación didáctica estará formada por un total de ocho sesiones, cuatro para cada deporte alternativo. La aplicación de la misma puede ajustarse por decisión propia de cada docente, pero es recomendable que sea aplicada en momentos donde los alumnos estén bajos de motivación y/o actitud. Una manera de hacerlo sería al volver de periodos vacacionales, con el nuevo calendario escolar de Cantabria podría llevarse a cabo al volver de Halloween, Navidades, Carnavales o Semana Santa.

### COLPBOL

<b>Sesión 1</b>	Iniciación al deporte alternativo
<b>Sesión 2</b>	Habilidades técnicas básicas
<b>Sesión 3</b>	Situaciones reales de juego
<b>Sesión 4</b>	Partidos reglados



### KORFBALL

<b>Sesión 5</b>	Iniciación al deporte alternativo
<b>Sesión 6</b>	Habilidades técnicas básicas
<b>Sesión 7</b>	Situaciones reales de juego
<b>Sesión 8</b>	Partidos reglados



[Elaboración propia]

## Principales reglas

### EL COLPBOL

El colpbol es un **deporte alternativo** disputado por **dos equipos mixtos de 7 jugadores**. El objetivo es marcar gol introduciendo la pelota en la portería.

El terreno de juego es 20x40 metros. El balón es de plástico, goma o material sintético y de bote dinámico. La duración del partido es de 2x12 minutos (de 13 a 18 años) más 5 minutos de descanso.



Las características que definen su esencia son: la **cooperación** elevada a la máxima potencia y la **coeducación**.



La habilidad básica es el **golpeo**. La pelota solo se puede jugar a base de golpes con las **manos, brazos o parte superior del cuerpo**. Además, ningún jugador puede golpear la pelota dos veces consecutivas.

Se pitará falta si se producen las siguientes prohibiciones:

- Hacer **doble toque**
- Toque intencionado con las **piernas o pies** (salvo portero)
- Golpear el balón con el **puño cerrado**
- Retener, **agarrar** o lanzar el balón con una o ambas manos
- Empujar o coger al contrario
- No respetar las distancias en los saques

## EL KORFBALL

El korfball es un **deporte alternativo** disputado por **dos equipos mixtos de 8 jugadores** (4 chicas y 4 chicos). El objetivo es meter el balón en el cesto (1 punto).

El terreno de juego es 20x40 metros que se divide en **dos zonas: en una zona se ataca y en la otra se defiende**. El balón un es número 5. La duración del partido es de 2x30 minutos más 10 minutos de descanso.



Cada chico de un equipo marcará a otro chico del equipo contrario, lo mismo ocurre con las chicas. Los jugadores **no pueden salirse de la mitad del campo** que tienen asignada. Cuando el marcador señale **un tanteo par**, los componentes del equipo **cambiarán sus funciones**, es decir, los cuatro jugadores/as que **actuaban de defensa pasarán a actuar en ataque** y viceversa.

### No está permitido:

- **Tocar** a un jugador del otro equipo.
- **Golpear** el balón con el **puño**.
- **Pegar**, quitar o arrebatar la pelota de las manos del contrario.
- **Lanzar al cesto un jugador que actúa de defensa**.
- Tocar el balón con los **pies**.
- Marcar a un **jugador** del otro sexo, o a uno que ya **está marcado**.
- **Entregar** el balón en las manos del compañero, deberemos pasárselo.
- Retener el balón **más de 4 seg**.

La habilidad básica es el **pase**. El jugador que está en posesión del balón no se puede mover, deberá botarlo, pivotar, tirar a cesto o pasar a un compañero, aunque si puede dar el paso necesario para saltar y lanzar a cesto. Sus compañeros si pueden moverse dentro de su mitad para conseguir la mejor posición de juego posible.

Las características que definen su esencia son: la **cooperación** elevada a la máxima potencia y la **coeducación**.



## **Actividades**

Esta PD está formada por 6 actividades por cada deporte alternativo, 6 referidas al Colpbol y 6 al Korfball. Las actividades tendrán una secuencia lógica, de más simples a más complejas hasta llegar al juego real. Se establecerán grupos mixtos y heterogéneos de 5 alumnos para el colpbol y 4 alumnos para el Korfball que se mantendrán durante todas las actividades.

### **COLPBOL**

#### **ACTIVIDAD 1**

Se organiza la clase en grupos de 5 alumnos. El juego consiste en hacer un círculo grande y golpear la pelota entre todos los miembros para tener una primera toma de contacto con la pelota. Los golpes se realizarán con la palma de la mano y no puede haber dos golpes seguidos del mismo alumno-jugador. La pelota puede votar las veces que haga falta. Si la pelota deja de votar o se va muy lejos del círculo, el alumno debe agacharse y levantarla sin agarrarla, simplemente con una “elevación” o golpeo por debajo.

Una vez que todos los miembros del grupo hayan tenido varias experiencias de contacto con la pelota y sean capaces de dirigirla con sentido, la actividad consistirá en dar el mayor número de golpes por grupo sin que la pelota salga del círculo. Si consiguen enlazar múltiples golpes sin dificultad, el siguiente nivel es contabilizar el número de golpes seguidos que dan sin que la pelota pueda votar.

Cada grupo compite contra sí mismo, no se compara con el resto de los grupos. El objetivo es que todos tengan una primera toma de contacto con el deporte y colaboren por conseguir el mayor número de golpes.

## **ACTIVIDAD 2**

Se organiza la clase en grupos de 5 alumnos. El juego consiste en que 4 jugadores forman un círculo y un jugador se pone en medio. Los jugadores de fuera se tratan de pasar el balón sin que el jugador del medio lo toque o desvíe. Si el jugador del medio la intercepta, se cambia por el último jugador que golpeó la pelota. La pelota puede votar las veces que haga falta. Es importante señalar que no se puede utilizar las extremidades inferiores para golpear.

Cuando todos los jugadores hayan pasado al menos una vez por el centro, se realizará lo mismo, pero sin la posibilidad de que la pelota vote en el suelo. Será más fácil para el del centro, pero más complicado para los que estén fuera.

## **ACTIVIDAD 3**

Se organiza la clase juntando grupos, 3 grupos de 5 alumnos por ejercicio. El juego consiste en que dos equipos forman un círculo grande y en equipo se sitúa dentro del mismo. Mediante pases y golpeos, los dos equipos de fuera deben intentar que la pelota golpee a un jugador del centro. Los jugadores del centro deben esquivar la pelota y no pueden tocarla con ninguna parte del cuerpo. Si un jugador del centro es golpeado/tocado por la pelota, pasa a ser jugador de fuera. El objetivo es conseguir golpear a todos los jugadores que están en el centro y que no quede ninguno. Cuando se consiga el objetivo, se cambian los grupos, uno de los que había estado fuera pasa a estar dentro. Así hasta conseguir que los 3 grupos hayan pasado por ambos roles.

No hay ganadores ni perdedores, todos los jugadores deben cooperar cuando están fuera e idear estrategias para lograr tocar con la pelota a los jugadores lo antes posible.

## **ACTIVIDAD 4**

Se organiza la clase juntando grupos, 2 grupos de 5 alumnos por ejercicio. El juego consiste en meter gol. Un jugador se sitúa en el medio de un campo de

fútbol sala o similar, otro jugador se coloca de portero en la portería y el resto de jugadores se sitúan libremente en torno al área o alrededores. El jugador del centro saca con un golpeo aéreo, el balón no puede tocar y consiste en que mediante pases entre todos los jugadores se consiga marcar gol sin que la pelota toque el suelo. El portero puede parar la pelota con cualquier parte del cuerpo. Si la pelota toca el suelo se vuelve a empezar con un saque desde el medio campo. Si se logra marcar gol, el jugador que ha marcado pasa a ser el portero.

Es muy importante la comunicación entre los compañeros y la colaboración entre ellos para conseguir el objetivo que es marcar gol.

### **ACTIVIDAD 5**

Se organiza la clase juntando grupos, 2 grupos de 5 alumnos por ejercicio. El juego consiste en meter gol. Se forman 3 subgrupos de 3 y un jugador que juega de portero. 6 jugadores atacan (2 subgrupos) y 3 jugadores defienden (1 subgrupo). Es un ejercicio con un componente táctico de 6x3 en el que se trabaja el ataque y la defensa. Los jugadores que atacan inician el saque desde medio campo y su objetivo es marcar gol. El grupo que defiende sale desde el área y su objetivo es impedir el gol. La jugada se acaba cuando se marca gol o el grupo defensor envía la pelota fuera de los límites del terreno de juego. Cuando el grupo defensor logra evitar el gol, pasa a ser atacante en la siguiente jugada y uno de los dos grupos atacantes (el que más tiempo lleve atacando) pasa a defender.

Para lograr marcar gol es importante utilizar la lógica del juego, entender el juego y aplicarlo. Es indispensable la participación de todos los miembros de cada grupo para la consecución con éxito de la actividad y lograr los diferentes objetivos que se proponen en ataque y en defensa.

## **ACTIVIDAD 6**

Se organiza la clase juntando grupos, 2 grupos de 5 alumnos por ejercicio. Se realizarán partidos reducidos de 5 contra 5. Si el juego reducido se realiza con éxito, se realizarán partidos reglados de 7 contra 7. Juego real.

Se dará más importancia a la forma de trabajar dentro del grupo, así como la participación y cooperación de todos los miembros que al resultado.

## **KORFBALL**

### **ACTIVIDAD 1**

Se organiza la clase en grupos de 4 alumnos. El juego consiste en hacer un círculo grande y pasarse el balón entre todos los miembros para tener una primera toma de contacto con el balón. Si se logran 50 pases consecutivos sin que el balón caiga al suelo, el siguiente paso es darse los pases en movimiento, aunque el jugador con balón nunca puede avanzar o correr con la pelota en la mano. Se trata de dar el pase y moverse a otra zona desocupada.

Cada grupo compite contra sí mismo, no se compara con el resto de los grupos. El objetivo es que todos tengan una primera toma de contacto con el deporte y colaboren por conseguir el mayor número de pases.

### **ACTIVIDAD 2**

Se organiza la clase en grupos de 4 alumnos. El juego consiste en llevar el balón de un lado a otro de la cancha de la forma más rápida posible sin que el balón caiga al suelo. Si el balón se cae al suelo se vuelve a empezar desde el inicio. El jugador con balón no puede avanzar o correr, si esto ocurre también se vuelve al inicio. Una vez conseguido, se empieza a contabilizar el tiempo que tardan en cumplirlo y el objetivo será conseguir disminuir el tiempo inicial en los próximos

5 intentos. El siguiente nivel es colocar el cesto al otro lado de la pista, y el objetivo es llegar mediante pases y conseguir encestar sin que el balón toque el suelo. Si se cae el balón al suelo se vuelve a empezar desde el principio. El reto estará marcado en función del nivel del grupo, pero por ejemplo, se puede establecer en meter el balón 3 veces en el cesto.

Cada jugador tendrá que animar a los demás miembros de su grupo para conseguir los retos, cada grupo compite contra sí mismo y se valorará la mejora a lo largo de la actividad por lo que la actitud y motivación son muy importantes.

### **ACTIVIDAD 3**

Se organiza la clase juntando grupos, 2 grupos de 4 alumnos por ejercicio. El juego consiste en darse el máximo número de pases por grupo, es decir, se trata de una posesión de un equipo contra otro (4x4). El objetivo consiste que cada grupo consiga dar el máximo número de pases consecutivos. Cada vez que se cae el balón al suelo o es interceptado por un miembro del grupo contrario, se cambia la posesión del balón y se empieza a contar de cero.

Los grupos se irán rotando cada 4 minutos con otros grupos de la clase, de forma que cada vez se juegue contra uno distinto. El objetivo de cada grupo será mejorar el número de pases de la posesión anterior.

Cada grupo compite consigo mismo para ir mejorando su propio resultado, para ello es importante ir analizando qué funciona y qué no para mantenerlo, mejorarlo o modificarlo en cada posesión. Es indispensable la participación de todos y es de suma importancia la puesta en común o feedback que se haga al acabar cada posesión.

### **ACTIVIDAD 4**

Se organiza la clase juntando grupos, 2 grupos de 4 alumnos por ejercicio. El juego consiste en meter el balón en el cesto. Es un ejercicio con un componente táctico de ataque y la defensa 4x2, más 2 jugadores que descansan en cada

acción. La acción finaliza cuando el grupo atacante (4) encesta o cuando el grupo defensor (2) roba el balón. Si el grupo atacante encesta, inicia otro ataque. Si el grupo defensor roba, se cambian los roles y pasa a atacar junto con los dos compañeros que descansaban. En cada grupo se rotan para defender, cada jugada defienden dos y descansan otros dos.

Cada grupo trabaja para sí mismo, intenta mejorar tácticamente en ataque y en defensa.

### **ACTIVIDAD 5**

Se organiza la clase juntando grupos, 2 grupos de 4 alumnos por ejercicio. El juego consiste en un partido reducido de 4x4, en el que ambos equipos pueden atacar y defender en el mismo espacio. El objetivo es encestar el mayor número veces posibles.

Para lograr encestar es importante utilizar la lógica del juego, entender el juego y aplicarlo. Es indispensable la participación de todos los miembros de cada grupo para la consecución con éxito de la actividad y lograr los diferentes objetivos que se proponen en ataque y en defensa.

### **ACTIVIDAD 6**

Se organiza la clase juntando grupos, 4 grupos de 4 alumnos por ejercicio. Juego real. Se realizarán partidos reglados de 8 contra 8. Se juntan dos equipos para competir, aunque cada uno estará en una zona del campo.

Se dará más importancia a la forma de trabajar dentro del grupo, así como la participación y cooperación de todos los miembros que al resultado.

## Evaluación

La evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje de los alumnos se realiza mediante una evaluación continua. Se llevará a cabo un control diario de cada alumno mediante una lista de control (ver anexo IV) en la que se hará una valoración sobre la participación, actitud y motivación de cada día. Además, se utilizará una rúbrica (ver anexo V) para evaluar de la manera más objetiva posible los aspectos técnico-tácticos y estratégicos durante la última sesión de cada deporte alternativo. Al acabar todas las sesiones, se hará una coevaluación (una por cada deporte alternativo) cada alumno evaluará a los demás miembros de su grupo en cuanto a actitud, participación y motivación mediante una escala de opinión (ver anexo VI). Y finalmente, se realizará una autoevaluación, cada alumno se puntuará a sí mismo mediante una escala de opinión (ver anexo VII).

En cuanto a los criterios de calificación:

<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>		
<b>Procedimiento de evaluación</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>%</b>
<b>Heteroevaluación</b>	Lista de control	20%
	Rúbrica	30%
<b>Coevaluación</b>	Escala de opinión	35%
<b>Autoevaluación</b>	Escala de opinión	15%
<b>TOTAL</b>		<b>100%</b>

[Elaboración propia]

## 6. CONCLUSIONES

Tras la consulta de múltiples fuentes de información (artículos, estudios y libros), la realización de la parte experimental de este trabajo y el desarrollo de la propuesta didáctica innovadora se puede concluir que:

- Los alumnos participantes en este estudio prefieren trabajar mediante estructuras de aprendizaje cooperativo en la materia de EF, por delante de aprendizajes competitivos, afiliativos e individualistas.
- Tras las estructuras competitivas, las mujeres participantes prefieren aprender mediante estructuras de aprendizaje afiliativo y los hombres mediante estructuras de aprendizaje competitivo.
- La motivación de los alumnos participantes hacia la materia de EF es perfectible, siendo superior en los hombres que en las mujeres.
- Trabajar mediante aprendizaje cooperativo y la introducción de contenido novedoso en las clases, conlleva a un aumento de la motivación de los alumnos.

Por todo ello, podemos afirmar que:

- la implementación de los deportes alternativos con carácter cooperativo en las clases de EF es una buena forma para trabajar la motivación y actitud de los alumnos.

Si bien no hemos llevado a cabo la propuesta en el aula, podemos decir que los objetivos de este trabajo han sido logrados satisfactoriamente. La propuesta didáctica elaborada puede ser utilizada por cualquier docente de EF en su centro escolar, por lo que está abierta a posibles modificaciones futuras. Para finalizar, mencionar que para mejorar la docencia en nuestra materia, sería interesante seguir profundizando en el tema y fomentar la utilización de este tipo de deportes.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84, 261-271.

Barba, J. J. (2010). Diferencias entre el aprendizaje cooperativo y la asignación de tareas en la Escuela Rural. Comparación de dos estudios de caso en una unidad didáctica de acrosport en segundo ciclo de primaria. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (18), 14-18.

Carreiro da costa, F., y Piéron, M. (1990): Comparaison de deux enseignants classés selon les progrès de leurs élèves. *Revue de l' Education Physique*, 30, 57-63.

Castro, M. J., Piéron, M., y González, M. Á. (2006). Actitudes y motivación en educación física escolar. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 10, 5-22.

Cecchini, J. A., González, C., Carmona, M., Arruza, J., Escartí, A. y Balagué, G. (2001). The influence of the teacher of Physical Education on Intrinsic Motivation, Self-confidence, Anxiety and Pre- and Post-competition Mood states, *European Journal of Sport Science*, 4, 12-36.

Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York, Plenum.

Decreto 38/2015, de 22 de mayo, que establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Cantabria. (BOC Extraordinario núm. 39, 5 de junio de 2015).

Fernández-Rio, J., y Méndez-Giménez, A. (2016). El aprendizaje cooperativo: Modelo pedagógico para Educación Física. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (29), 201-206.

Ferriz, R., González-Cutre, D., y Sicilia, Á. (2015). Revisión de la Escala del Locus Percibido de Causalidad (PLOC) para la inclusión de la medida de la

regulación integrada en educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(2).

Fierro S., Haro, A., y García, V. (2016). Los deportes alternativos en el ámbito educativo. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 6, 40-48.

Gillies, R. M. (2006). Teachers' and students' verbal behaviours during cooperative and small-group learning. *British Journal of Educational Psychology*, 76(2), 271-287.

Gonçalves, I. C. (2017). Tipos de motivación para participar en las clases de educación física en la etapa de enseñanza secundaria obligatoria (ESO). *cciónmotriz*, 18, 37-47.

González-Cutre, D., Sicilia, A., y Moreno, J.A. (2011). Un estudio cuasi-experimental de los efectos del clima motivacional tarea en las clases de educación física. *Revista de Educación*, 356, 677-700.

Goudas, M., Biddle, S., y Fox, K. (1994). Perceived locus of causality, goal orientations, and perceived competence in school Physical Education classes. *British Journal of Educational Psychology*, 64, 453-463.

Granero-Gallegos, A. y Baena-Extremera, A. (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación física. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 25, 23-27.

Grineski, S. (1996). *Cooperative learning in Physical Education*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Gutiérrez, M. y Pilsa, C. (2006). Actitudes de los alumnos hacia la educación física y sus profesores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 6, 212-229.

Hänze, M. y Berger, R. (2007). Cooperative learning, motivational effects, and student characteristics: an experimental study comparing cooperative learning and direct instruction in 12th grade physics classes. *Learning and instruction*, 17(1), 29-41.

Hernández, J. M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. *Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 114. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd114/el-valor-pedagogico-de-los-deportes-alternativos.htm>

Johnson, D. W., y Johnson, R. J. (1999). *A prender juntos y solos: aprendizaje cooperativo, competitivo e individualista*. Buenos aires: Aique

Marín, S. y Blázquez, F. (2003). *Aprender cooperando: el aprendizaje cooperativo en el aula*. Mérida: Dirección General de Ordenación, Renovación y Centros.

Martínez, A., Baena, A., Ibáñez, D., Granero, A., y Ruiz-Montero, P. J. (2016). Diferencias en la administración de la Escala del Locus Percibido de Causalidad en Educación Física en adolescentes valencianos de Educación Secundaria Obligatoria. *Educación a través del deporte: Mito o Realidad*, 1, 117-122.

Moreno, J. A., González-Cutre, D., y Chillón, M. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: the Perceived Locus of Causality (PLOC) Scale. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 327-337.

Moreno, J. A. y Hellín, M. G. (2007). El interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 9 (2). Recuperado de: <http://redie.uabc.mx/vol9no2/contenido-moreno.html>.

Moreno, J. A., y Llamas, L. S. (2007). Predicción de la importancia concedida a la educación física según el clima motivacional y la motivación autodeterminada en estudiantes adolescentes. *Enseñanza*, 25,137-155.

Morente, H., Zagalaz, M. L., Molero, D. y Carrillo, S. (2012). Prevención de la obesidad infantil a través de una motivación intrínseca hacia la práctica de AF. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 22, 33-37.

Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, 91, 328-346.

Ntoumanis, N. (2005). A prospective study of participation in optional school physical education using a self-determination theory framework. *Journal of Educational Psychology*, 97, 444-453

Ntoumanis, N., y Biddle, S. J. (1999). A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sports Sciences*, 17 (8), 643-665.

Ommundsen, Y. (2001). Pupils' affective responses in physical education classes: the association of implicit theories of the nature of ability and achievement goals. *European Physical Education Review*, 7, 219-242.

Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de Educación Secundaria Obligatoria. (BOE núm. 25, 29 de enero de 2015).

Orlick, T. (1986). *Juegos y deportes cooperativos*. Madrid: Popular.

Ortega, G., Robles, J., Giménez, F. J., Abad, M. T., Durán, L. J., Franco, J., y Jiménez, A. C. (2017). Evaluación de la socialización en jóvenes jugadores de baloncesto de la Fundación Real Madrid. *Revista de psicología del deporte*, 26(3), 0155-157.

Parish, L. E. y Treasure, D. C. (2003). Physical activity and situational motivation in Physical Education: influence of the motivational climate and perceived ability. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 173-182.

Parra, C. y Sancho, M. (2008). Deportes alternativos: una propuesta práctica desde el punto de vista del profesor. *En V congreso nacional y III congreso iberoamericano de deporte en edad escolar: "Nuevas Tendencias y perspectivas de futuro"* (pp. 351-374), 20, 21 y 22 de noviembre de 2008, Dos Hermanas (Sevilla).

Recuperado

de

[http://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20081224125537deporte\\_escolar.pdf](http://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20081224125537deporte_escolar.pdf)

Peterson, S. E. y Miller, J. A. (2004). Comparing the quality of students' experiences during cooperative learning and large-group instruction. *Journal of educational Research*, 97(3), 123-133.

Piéron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona, Inde.

Piéron, M., Ledent, M., Delfosse, C., y Cloes, M. (2000). Mieux connaître les élèves: Les motivations. *Revue de l'Éducation physique*, 40(1), 35-43.

Prieto, J. A. y Nistal, P. (2009). Influencia del aprendizaje cooperativo en educación física. *Revista Iberoamericana de Educación*, 49 (4), 1-8.

Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. (BOE núm. 3, 3 de enero de 2015).

Requena, Ó. (2008). Juegos alternativos en educación física: flag football. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, 4. Recuperado de <http://docplayer.es/20871787-Juegos-alternativos-en-educacion-fisica-flagfootball.html>

Ruiz, L. M., Graupera, J. y Mata, E. (2004). Preferencias participativas en educación física de los chicos y chicas de la educación secundaria mediante la escala GR de participación social en el aprendizaje. *European Journal of Human Movement*, 12, 151-168.

Ruiz, L. M., Graupera, J. L., Moreno, J. A. y Rico, I. (2010). Social Preferences for learning among adolescents in secondary Physical Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29, 3-20.

Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M., Amado, D., González-Ponce, I., y García-Calvo, T. (2012). Desarrollo de un cuestionario para valorar la motivación en educación física. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7(2), 227-250.

Tarim, K. y Akdeniz, F. (2008). The effects of cooperative learning on Turkish elementary students' mathematics achievement and attitude towards

mathematics using TAI and STAD methods. *Educational studies in Mathematics*, 67(1), 77-91.

Velázquez, C. (2013). *Análisis de la implementación del aprendizaje cooperativo durante la escolarización obligatoria en el área de Educación Física*. Tesis doctoral, Universidad de Valladolid.

Velazquez, C. (2013). Comprendiendo y aplicando el aprendizaje cooperativo en Educación física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (400), 11.

Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Loitz, C. C. y Scime, G. (2006). «It's who I am ... really!». The importance of integrated regulation in exercise contexts. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 11, 79-104.

Woolfolk, A (2006). *Psicología Educativa* (Novena edición). Pearson Educación. p.669.

Zakaria, E. Chin, L. C. y Daud, Y. (2010). The effects of cooperative learning on students' Mathematics achievement and attitude towards Mathematics. *Journal of Social Sciences* 6(2), 272-275.

## 8. ANEXOS

### ANEXO I. CUESTIONARIO PLOC-2

El siguiente cuestionario busca conocer cuál es tu actitud y motivación en las clases de Educación Física. Se presentan 24 preguntas que debes responder con total sinceridad según estés más o menos de acuerdo con lo que en ellas se exponga.

Para ello debes puntuar cada frase con el número que más se acerque a tu opinión. Deberás responder en una escala de 1 a 7, si estás totalmente de acuerdo señala el 7, si por el contrario estás muy en desacuerdo responde con un 1.

Ninguna de las respuestas es correcta o incorrecta, es tu opinión. El cuestionario es totalmente anónimo y confidencial por lo que se ruega que respondas con total sinceridad.

Gracias por tu colaboración.

Sexo: Hombre  Mujer

#### PLOC-2

Participo en las clases de Educación Física...

1. Porque la EF es divertida	1	2	3	4	5	6	7
2. Porque está de acuerdo con mi forma de vida	1	2	3	4	5	6	7
3. Porque quiero aprender habilidades deportivas	1	2	3	4	5	6	7
4. Porque quiero que el/la profesor/a piense que soy un/a buen/a estudiante	1	2	3	4	5	6	7
5. Porque tendré problemas si no lo hago	1	2	3	4	5	6	7

6. Pero no sé realmente por qué	1	2	3	4	5	6	7
7. Porque disfruto aprendiendo nuevas habilidades	1	2	3	4	5	6	7
8. Porque considero que la EF forma parte de mí	1	2	3	4	5	6	7
9. Porque es importante para mí hacerlo bien en EF	1	2	3	4	5	6	7
10. Porque me sentiría mal conmigo mismo si no lo hiciera	1	2	3	4	5	6	7
11. Porque eso es lo que se supone que debo hacer EF	1	2	3	4	5	6	7
12. Pero no comprendo por qué debemos tener	1	2	3	4	5	6	7
13. Porque la EF es estimulante	1	2	3	4	5	6	7
14. Porque veo la EF como una parte fundamental de lo que soy	1	2	3	4	5	6	7
15. Porque quiero mejorar en el deporte	1	2	3	4	5	6	7
16. Porque quiero que los/as otros/as estudiantes piensen que soy hábil	1	2	3	4	5	6	7
17. Para que el/la profesor/a no me grite	1	2	3	4	5	6	7
18. Pero realmente siento que estoy perdiendo mi tiempo en EF	1	2	3	4	5	6	7
19. Por la satisfacción que siento mientras aprendo nuevas habilidades/técnicas	1	2	3	4	5	6	7
20. Porque considero que la EF está de acuerdo con mis valores	1	2	3	4	5	6	7
21. Porque puedo aprender habilidades que podría usar en otras áreas de mi vida	1	2	3	4	5	6	7
22. Porque me preocupa cuando no lo hago	1	2	3	4	5	6	7
23. Porque esa es la norma	1	2	3	4	5	6	7
24. Pero no puedo comprender lo que estoy sacando de la EF	1	2	3	4	5	6	7

## Anexo II. CUESTIONARIO GR-SIPPLE

El siguiente cuestionario busca conocer cómo prefieres aprender en las clases de Educación Física. Se presentan 28 preguntas que debes responder con total sinceridad según estés más o menos de acuerdo con lo que en ellas se exponga.

Para ello debes puntuar cada frase con el número que más se acerque a tu opinión. Deberás responder en una escala de 1 a 4, si estás totalmente de acuerdo señala el 4, si por el contrario estás muy en desacuerdo responde con un 1.

Ninguna de las respuestas es correcta o incorrecta, es tu opinión. El cuestionario es totalmente anónimo y confidencial por lo que se ruega que respondas con total sinceridad.

Gracias por tu colaboración.

Sexo: Hombre  Mujer

### GR-SIPPEL

En las clases de Educación Física...

1. Me gusta hacer las cosas mejor que los demás.	1	2	3	4
2. Me gusta decir y hacer cosas que ayuden.	1	2	3	4
3. Trabajo en grupo para que deseen estar conmigo.	1	2	3	4
4. Me gusta trabajar a mi manera, sin preocuparme de lo que hacen las demás	1	2	3	4
5. Me gusta ser capaz de hacer las cosas mejor que mis compañeros y compañeras de clase.	1	2	3	4
6. Me gusta participar en trabajos de grupo.	1	2	3	4

7. Necesito participar en un grupo para sentirme bien.	1	2	3	4
8. Mi mejor manera de hacer las cosas bien es hacerlas solo/a.	1	2	3	4
9. Intento ser el/la mejor del equipo.	1	2	3	4
10. Creo que el trabajo en grupo es necesario para todos.	1	2	3	4
11. Me gustan los juegos de grupo porque siempre sé lo que tengo que hacer.	1	2	3	4
12. Deseo que haya que hacer ejercicios individuales para poder trabajar solo o sola.	1	2	3	4
13. Me gusta terminar mi trabajo antes que los demás.	1	2	3	4
14. Me encantan los deportes de equipo.	1	2	3	4
15. Me gustan los juegos en grupo porque se notan menos mis fallos.	1	2	3	4
16. Me divierten mucho las actividades en las que trabajo solo o sola.	1	2	3	4
17. Me gusta que me digan que lo he hecho mejor que los demás.	1	2	3	4
18. Me gusta ayudar a los demás compañeros y compañeras, aunque a mí no me ayuden.	1	2	3	4
19. Solo me siento bien cuando trabajo en equipo.	1	2	3	4
20. Me encantan los deportes individuales.	1	2	3	4
21. Trabajo más duro que los demás si trato de superar a mis compañeros y compañeras de clase.	1	2	3	4
22. Deseo trabajar con los demás, aunque sea en tareas muy aburridas.	1	2	3	4
23. Las cosas me salen mejor cuando estoy con los demás que cuando estoy solo o sola.	1	2	3	4
24. La mejor manera de aprender en clase es trabajar solo o sola	1	2	3	4

25. Trabajo más duro en algo cuando veo que los demás lo hacen mejor que yo.	1	2	3	4
26. Me gusta realizar trabajos en grupo, aunque sean más difíciles.	1	2	3	4
27. La mejor manera de aprender en clase es que te acepten para participar en un grupo	1	2	3	4
28. Cuando trabajo solo/a es cuando saco mejores notas	1	2	3	4

### ANEXO III. CARTA DE PERMISO AL CENTRO

Estimado Director,

Mi nombre es Ana Morago López-Vázquez, profesora en prácticas en la materia de Educación Física y alumna del Máster de Formación del Profesorado en la Universidad de Cantabria. Por medio de la presente me dirijo a usted para concebir su consentimiento o permiso para que los alumnos del centro puedan colaborar en el estudio que voy a realizar para mi Trabajo Final de Máster.

La labor por parte de los alumnos consta de la cumplimentación de un cuestionario para valorar su motivación en las clases de Educación Física, así como las estructuras pedagógicas sobre las cuales prefieren aprender.

El estudio se realizará con el acompañamiento y supervisión en la planificación y organización por el profesor de Educación Física Bruno Casar. Todos datos obtenidos serán de carácter anónimo y confidencial.

Por todo lo anterior, solicito su permiso y agradezco de antemano su colaboración.

---

Yo D. \_\_\_\_\_ acepto a la participación de los alumnos en el estudio.

Firma \_\_\_\_\_

---

## ANEXO IV. LISTA DE CONTROL

ALUMNO	Participa activamente en la clase	Coopera con los compañeros	Aporta soluciones al grupo	Se esfuerza por conseguir los retos	Respeto las normas	PUNTUACIÓN TOTAL
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
...						

SI: S → 2 puntos    A veces: A → 1 punto    NO: N → 0 puntos

## ANEXO V. RÚBRICA

Criterio de evaluación	Siempre (8-10)	Muchas veces (8-6)	Alguna vez (6-4)	Pocas veces (4-2)	Nunca (2-0)
Ejecuta las diferentes acciones técnicas correctamente					
Entiende las distintas fases del juego					
Aplica satisfactoriamente las acciones técnicas durante el juego					
Participa con éxito					

## ANEXO VI. COEVALUACIÓN

	Anima y ayuda a los compañeros para conseguir los objetivos propuestos	Aporta ideas y soluciones a los problemas	Respeto las normas y a los compañeros	Tiene iniciativa y muestra interés por el grupo	PUNTUACIÓN TOTAL
Compañero 1					
Compañero 2					
Compañero 3					
Compañero 4					

Puntúa del 1 (muy negativo) al 10 (muy positivo) cada ítem.

## ANEXO VII. AUTOEVALUACIÓN

	Puntuación
¿Has animado y ayudado a los compañeros para conseguir los objetivos propuestos?	
¿Has aportado ideas y soluciones a los problemas?	
¿Has respetado las normas y a los compañeros?	
¿Has tenido iniciativa y has mostrado interés por el grupo?	
PUNTUACIÓN TOTAL	

Puntúa del 1 (muy negativo) al 10 (muy positivo) cada ítem.