



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Centro de Estudios de Postgrado

Trabajo Fin de Máster

LA GAMIFICACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA: PROYECTO GAMIFICADO “LA CASA DE PAPE.F”

Alumno/a: Pancorbo Serrano, David

Tutor/a: Prof. D. Javier Cachón Zagalaz

Dpto: Departamento de Didáctica de la
Expresión Musical, Plástica y Corporal

Junio, 2020

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN-----	4
2. MOTIVACIÓN-----	5
3. FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA-----	6
4. OBJETIVOS GENERALES DEL PROYECTO-----	10
PROYECCIÓN DIDÁCTICA-----	11
5. MARCO LEGISLATIVO-----	11
6. CONTEXTO ESCOLAR-----	14
7. PRESENTACIÓN DEL PROYECTO-----	17
8. DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA GAMIFICADA-----	18
9. ASPECTOS GENERALES DE LA U.D-----	23
10. OBJETIVOS-----	24
11. COMPETENCIAS-----	27
12. CONTENIDOS-----	29
13. METODOLOGÍA-----	30
14. EVALUACIÓN-----	33
15. ELEMENTOS CURRICULARES COMPLEMENTARIOS-----	38
16. CONCLUSIONES-----	41
BIBLIOGRAFÍA-----	42
ANEXOS-----	46

RESUMEN

Podríamos definir la gamificación como el uso de elementos del juego para crear dinámicas diferentes en un contexto no lúdico, consiguiendo con ello modificar la conducta de las personas. Se trata de una metodología innovadora que poco a poco está creciendo en el ámbito educativo y cuyo principal valedor es la motivación y compromiso extra que genera en el alumnado. Estos proyectos gamificados requieren de una correcta programación y planificación y crear una historia o narrativa acorde con los objetivos. En este caso, he diseñado un proyecto basado en la serie televisiva "La Casa de Papel". El proyecto constará de una unidad didáctica que será impartida en 10 sesiones, donde conseguir la adherencia de los alumnos a la actividad física y que sean capaces de condenar los hábitos de vida sedentarios, será un objetivo fundamental.

Palabras clave: gamificación, metodología innovadora, motivación, programación, objetivos, adherencia, actividad física, sedentarios.

ABSTRACT

We could define gamification as the use of elements of the game to create different dynamics in a non-playful context, thereby managing to modify people's behavior. It is an innovative methodology that is slowly growing in the educational field and whose main support is the motivation and extra commitment it generates in students. These gamified projects require correct programming and planning and create a story or narrative according to the objectives. In this case, I have designed a project based on the TV serie "La Casa de Papel". The project will consist of a didactic unit that will be taught in 10 sessions, where achieving students' adherence to physical activity and being able to condemn sedentary lifestyle habits will be a fundamental objective.

Keywords: gamification, innovative methodology, motivation, programming, objectives, adherence, physical activity, sedentary.

1. INTRODUCCIÓN

La educación hoy en día, debe ser concebida como algo mucho más profundo que la mera transmisión de contenidos por parte de un profesor a sus alumnos. Educar, implica desarrollar las facultades intelectuales, morales y afectivas, así como una transmisión de valores. Para la consecución de una educación lo más íntegra posible, en la actualidad disponemos de numerosos recursos y diferentes metodologías de las que nos podemos servir para dar lugar a un aprendizaje significativo en todos los aspectos. Metodologías novedosas, proyectos de innovación y otros recursos, pueden convertirse en nuestros aliados a la hora de enseñar.

La importancia de estas metodologías recalca en la motivación que generan en el alumnado. Es de sobra sabido que el proceso de aprendizaje está estrechamente ligado a las emociones. Esto quiere que decir que el alumno aprende mejor cuando este aprendizaje le supone una experiencia positiva. Además, la memoria y el propio recuerdo están asociadas a las emociones, es decir, en el futuro recordarán mucho mejor ciertos conocimientos que ellos relacionen a una emoción. En contraste, aquellos conocimientos que se hayan limitado a estudiar de memoria y no les genere esta motivación, los olvidarán mucho antes.

Aquí es donde entra en juego la gamificación. La gamificación es una forma de ludificación del aprendizaje, de hacer el juego el centro del aprendizaje (Escaravajal y Martín-Acosta, 2019). También podemos definirla como el uso de elementos del juego en contextos no lúdicos (Deterding, Khaled, Nacke y Dixon, 2011). La principal ventaja es la motivación y la implicación que generan este tipo de experiencias, ya no solo en el alumnado, sino también en el propio docente. Esta motivación va a provocar un compromiso que propicie una experiencia de aprendizaje completa desde todos los puntos de vista.

El objetivo del presente trabajo será diseñar un proyecto de innovación basado en la gamificación. Este proyecto ha sido diseñado para alumnos de 1º de Bachillerato. Para la puesta en práctica de este proyecto, será necesario llevar a cabo una programación didáctica y una planificación adecuada.

Los términos de programación y planificación se refieren al proceso de toma de decisiones mediante el cual el profesor prevé su intervención educativa de una forma deliberada y sistemática (De Pablo et al., 1992). Por lo que una buena programación, resulta esencial para la consecución de los objetivos planteados.

Previo a la programación, se realizará una fundamentación epistemológica sobre la gamificación basada en la bibliografía. Mediante esta fundamentación, se pretende presentar una base sobre los principios de esta metodología y resaltar los aspectos más importantes, ventajas, inconvenientes y sobre todo, su aplicación directa dentro de nuestra asignatura: Educación Física.

2. MOTIVACIÓN

En primer lugar, habría que analizar con detenimiento cuál es la motivación de cada profesor a la hora de elegir esta profesión. Seguro que cada uno tiene motivaciones y objetivos diferentes pero, la vocación y la pasión, debería ser algo común a todos los docentes. Esta pasión resultará esencial a la hora de enseñar, de conseguir tus objetivos y de tratar de cambiar a mejor, en medida de lo posible, la educación.

Sin embargo, en la actualidad, vemos una gran cantidad de profesores que parecen estar ahí por obligación. Caras largas, apatía y desentendimiento, entre otros indicadores, caracterizan a un gran porcentaje de docentes en nuestro país. Muchos de ellos, imponen sus ideas y sus metodologías tradicionales sin dar oportunidad a otros métodos innovadores donde el alumno es el verdadero protagonista. Este perfil de profesor, parece haber perdido la motivación y la pasión por lo que hace, y eso se ve directamente reflejado en el aprendizaje de su alumnado.

Por otra parte, resulta muy fácil realizar esta crítica “desde la barrera”. Se trata de profesores que llevan en la profesión una gran cantidad de años y, en mi caso, ni siquiera he ejercido aún, por lo que es muy fácil estar motivado al principio. Por este motivo, creo firmemente que estas nuevas metodologías pueden ser útiles desde ambos puntos de vista: alumnado y profesor. Sin duda, estas experiencias de aprendizaje que propongo, llamarán la atención de los alumnos y ayudarán a obtener un gran nivel de compromiso por su parte pero, además, es una forma fantástica de mantener motivado al profesor. Un docente que año tras año se limita a transmitir contenidos de la misma forma, durante un largo período de tiempo, es normal que se canse y acabe por perder la ilusión. Sin embargo, si cada año se renueva y se obliga, en cierto modo, a buscar nuevos métodos y diseñar nuevos proyectos para enseñar, mantendrá siempre la motivación en lo más alto.

En lo referente a motivación personal, descubrí que quiero dedicarme a esta profesión hace varios años. Se trata de algo vocacional, ya que creo que puedo ser capaz de transmitir a los alumnos lo que quiero de una forma novedosa y muy válida. Para mí, cambiar a mejor la educación y, sobre todo, mediante la actividad física y el deporte, que es algo que me ha acompañado toda mi vida, supone una motivación especial.

Como se ha planteado anteriormente, el objetivo de este trabajo es presentar un proyecto novedoso y aplicable en un instituto. Los principales objetivos son la motivación y adherencia. Esta adherencia no la buscamos solo a la hora de realizar esta experiencia de aprendizaje en el aula, sino también extraescolarmente, pues uno de los fines principales será aumentar la adherencia de los alumnos a la actividad física, consiguiendo que aumenten sus niveles de actividad física semanal fuera de las horas de Educación Física y, opino, que esta metodología puede ser muy útil para conseguirlo.

3. FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA:

La Educación Física dentro del currículo escolar, es una de las asignaturas más infravaloradas e ignoradas a todos los niveles. En muchas ocasiones, el carácter lúdico y dinámico que atañe a las clases, es el elemento por el que ciertas personas no toman en serio esta asignatura. En el mundo educativo, ni el juego ni la Educación Física ocupan un lugar preferente como recurso pedagógico, aunque hay cada vez más excepciones (Guillén, 2015). Sin embargo, este es el carácter tan diferenciador que nos permite exprimir una gran variedad de recursos dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En la actualidad, la Educación Física convive con diversas realidades, afectadas en gran medida por elementos tecnológicos y realidades virtuales, lo que provoca que resulte fundamental una constante renovación de los enfoques de la propia asignatura, ajustando contenidos y métodos, con el fin de adaptarse a las necesidades del alumnado (Alcaraz, Sánchez y Grimaldi, 2009). Este planteamiento, ofrecerá una educación física acorde a la realidad del alumnado y un contacto con las realidades alternativas que viven (Brockman, Jago y Fox, 2011).

El proceso de aprendizaje y la escolarización, tradicionalmente hablando, son percibidos como ineficaces y tediosos por gran parte del alumnado. Aunque los docentes buscan continuamente enfoques educativos novedosos, se acepta en gran medida que las escuelas de hoy enfrentan problemas importantes en torno a la motivación y participación de los estudiantes (Lee y Hammer, 2011). Motivar, según la RAE, consiste en estimular a alguien o despertar su interés. Esto no es siempre fácil, y menos aún en el ámbito educativo, donde, como hemos visto, una gran cantidad de jóvenes viene con una visión negativa y una implícita predisposición al aburrimiento.

Es en este punto donde toman relevancia nuevas metodologías. El aprendizaje basado en juegos es un tipo de metodología que está en auge en el ámbito docente. Los juegos se han ido consolidando como potentes herramientas de aprendizaje para la educación, ya que favorecen el aprendizaje experiencial mediante la simulación de situaciones reales y significativas para la vida del alumnado, fomentando además la interacción y motivación por el aprendizaje, la colaboración y la resolución de problemas y disminuyendo el miedo a equivocarse (Monguillot et al, 2015). Por lo tanto, el uso de estrategias de juego se hace extensible a cualquier campo de la formación y la educación puesto que fomenta la personalización y la contextualización del aprendizaje (Durall et al., 2012).

Los procedimientos de gamificación surgen del mundo empresarial con el principal objetivo de fidelizar a los clientes a partir de determinadas propuestas (Brasó, 2018). "Gamificación" como término es bastante reciente, ya que su primer uso documentado es en 2008 (Deterding, Dixon, Khaled y Nacke, 2011), sin embargo, aunque surge en 2008, no es hasta el 2010 cuando se empieza a generalizar en la educación y en otros ámbitos, como el empresarial, la salud, el marketing, etc. (Melchor, 2012).

Revisando la bibliografía, observamos que el término de gamificación presenta diferentes definiciones. Según Deterding et al. (2011), podemos definirla como el uso de elementos del juego en contextos no lúdicos. De acuerdo con Carpena, Cataldi y Muñiz (2012) gamificar consiste en introducir estrategias y dinámicas propias de los videojuegos en contextos ajenos o no lúdicos a fin de modificar conductas, comportamientos y habilidades de las personas. Sin embargo, no sólo pueden ser utilizadas dinámicas propias de los videojuegos, sino que podemos utilizar otros recursos que resulten llamativos y estimulantes, así como series, películas u otras dinámicas.

Para Marín (2015), la gamificación puede entenderse como una estrategia que introduzca la conectividad y el compromiso por consolidar una comunidad. Por otra parte, según Marín y Hierro (2013), no es solo una estrategia, sino que se trata de una técnica, un método y una estrategia a la vez. Aunque, como podemos observar, no existe un total consenso acerca de la definición y la terminología (Torres, Romero, Pérez & Björk, 2018), podríamos establecer que la gamificación se trata de una metodología donde se utiliza una historia o narrativa imaginaria, como hilo conductor, con el fin de consolidar las competencias u objetivos de aprendizaje a partir de la introducción de las mecánicas de los juegos o videojuegos (Flores, 2019).

La gamificación propiamente dicha trata de potenciar procesos de aprendizaje basados en el empleo del juego para el desarrollo de procesos de enseñanza-aprendizaje efectivos, los cuales faciliten la cohesión, integración, la motivación por el contenido, potenciar la creatividad de los individuos (Marín, 2015). Esto es lo que resulta tan atractivo e interesante desde el punto de vista educacional. Un proyecto gamificado genera una motivación y un compromiso únicos, mucho más allá de las metodologías tradicionales. Es el propio carácter jugado o la intrahistoria de la experiencia diseñada lo que hace que los alumnos se vean sumidos en una experiencia de aprendizaje completo y significativo. De este modo, la gamificación incide directamente en los aspectos emocionales, motivacionales y comportamentales de los alumnos (Llopis y Balaguer, 2017), propiciando que el proceso de enseñanza-aprendizaje se convierta en algo atractivo, nuevo y mucho más efectivo. (Torres et al, 2018).

Motivar, en palabras de la RAE, consiste en estimular a alguien o despertar su interés. Mantener motivados a los alumnos durante el proceso de aprendizaje, resulta algo fundamental (Granero y Baena, 2014). Según se ha demostrado, el aprendizaje está muy relacionado con los niveles motivacionales (Weiner, 1985) y, además, parece existir una relación directa entre motivación y rendimiento académico (Ormrod, 2005). El proceso de enseñanza en general y el aprendizaje en concreto, se encuentran estrechamente ligados con las emociones. Un alumno motivado de cara a una asignatura o a una experiencia y con buena predisposición, va a lograr un aprendizaje mucho más significativo. Además, aquellas experiencias que despiertan emociones en

el alumnado, son las que van a permitir un desarrollo íntegro en los jóvenes, en contraposición con metodologías tradicionales basadas en retenciones memorísticas y clases donde el alumno no es el protagonista.

El objetivo principal de la gamificación es generar en el alumno las mismas emociones y sentimientos que siente con los juegos a los que se aficiona, con el fin de engancharlo al proceso de aprendizaje (Ayén, 2017). El éxito de una gamificación reside en que el alumno actúe a razón de una motivación intrínseca, o sea, disfruta con lo que hace, a diferencia de la motivación extrínseca, basada en la realización de actividades que no consideran agradables, bien por la búsqueda del premio o por evadir el castigo pertinente (Flores, 2019).

De acuerdo con la bibliografía y los estudios publicados, un proyecto gamificado suele generar un alto grado de compromiso e implicación hacia la asignatura (Cortizo, et al, 2011; Hanus y Fox, 2015). Esto se debe en gran medida a los componentes afectivos y emocionales positivos que generan este tipo de experiencias (Llopis & Balaguer, 2017). También aumentan los niveles de cooperación y resolución de problemas, debido a una disminución en el miedo al error (Cortizo et al, 2011). Además, el ingrediente secreto que convierte la gamificación en una experiencia realmente especial es la diversión (Llorens et al, 2016).

Para que la gamificación tenga éxito, los proyectos deben ser atractivos y despertar el interés de los alumnos; así como ofrecer recompensas que permitan implicarlos en el proceso, además de ser lo suficientemente flexibles (Melchor, 2012). Debe estructurarse en niveles de complejidad, fomentar la participación voluntaria de acuerdo a unas reglas y contar con un sistema de puntos o recompensas (Santamaría, 2011). Por otro lado, Cortizo et al (2011), refieren que la gamificación posee unas mecánicas de juego basadas en reglas y retos que generan compromiso en los participantes.

Como cualquier tipo de metodología y como todo en la vida, estos proyectos gamificados pueden presentar alguna desventaja, especialmente si no se ejecutan de la manera correcta y con una planificación adecuada. En primer lugar, este tipo de metodología puede derivar en una pérdida de productividad y de tiempo por parte de los alumnos. Esto puede aparecer si no planteamos unos objetivos y claros y no se ha diseñado el proyecto correctamente. Otro inconveniente podría ser la competitividad excesiva que puede generar en el alumnado. Al tratarse de un sistema de puntos y recompensas, cabe la posibilidad, si lo gestionamos mal, de que aparezcan tensiones y asperezas. Para evitar esta situación, quizás sería recomendable desarrollar una narrativa en la que todos los alumnos de la clase cooperan juntos para derrotar al “jefe final” o conseguir el objetivo final. Por último, otra desventaja posible sería la creación de una motivación efímera. Esto viene a decir que el alumno se mueve por una motivación extrínseca, es decir, por el afán de ganar los premios y las recompensas, pero esta motivación puede verse afectada una vez deja de ser algo novedoso.

De esta misma manera, en la bibliografía también se puede encontrar algún caso en el que se pone en duda la eficacia, en ciertos aspectos, de estos proyectos gamificados. Carrasco, Matamoros y Flores (2019), en un estudio con 90 alumnos de primero de Bachillerato de la asignatura de Educación Física y comparando una metodología tradicional con una gamificada, obtuvieron los siguientes resultados:

- La gamificación no ha producido niveles de motivación superiores a los de la metodología tradicional, siendo ambos altos y condicionados principalmente por la actitud del docente.
- Se ha observado una implicación similar en ambas metodologías.
- El profesorado participante no está formado ni informado sobre la gamificación, aunque presenta una pequeña voluntad de informarse un poco más al respecto.

Por lo tanto y, como hemos observado, no siempre todo va a ser perfecto dentro de un proyecto de estas características. Sin embargo, planteando bien los objetivos y dedicando el tiempo suficiente a programar y planificar, sin lugar a dudas conseguiremos paliar los inconvenientes y hacer que los aspectos positivos pesen mucho más que los negativos.

Por todo ello y para maximizar los puntos positivos y llevar al mínimo los negativos, programar resulta algo fundamental. La programación es un instrumento fundamental que ayuda y orienta al profesorado en el desarrollo del proceso de Enseñanza-Aprendizaje, evitando la improvisación en la práctica educativa y favoreciendo una enseñanza de calidad (Arjona, 2010). Para Antúñez et al (1993), la programación debe ser considerada un proceso de investigación, como un proyecto sometido a un juicio reflexivo. Por otra parte, Imbernón (1992), señala que programar ayuda a eliminar la improvisación y el azar y permite adaptar el trabajo pedagógico a las características culturales y ambientales del contexto.

Así, Para Gisbert y Blanes (2013), una buena programación debe reunir las siguientes características: adecuación a un contexto, concreción, flexibilidad y viabilidad. Del mismo modo, una programación adecuada, según Arjona (2010), debe contar con las siguientes características:

- Selección y estructuración de los aspectos de la programación.
- Flexibilidad en el carácter intencional, orientativo y posibilidad de retroalimentación.
- Que tenga el sentido de investigación.

Por todo esto y mucho más, cabe recalcar la importancia de realizar una buena programación, cumpliendo todas estas características, para obtener el mayor éxito posible en nuestra experiencia de aprendizaje.

4. OBJETIVOS GENERALES DEL PROYECTO

- Elaborar un proyecto gamificado destinado a alumnos de 1º de Bachillerato.
- Crear un proyecto novedoso y estimulante, a la vez que eficaz y bien programado y planificado.
- Diseñar una unidad didáctica gamificada y sesiones y métodos de evaluación innovadores.
- Aumentar la motivación, implicación y compromiso del alumnado mediante este tipo de metodología.
- Incrementar los niveles de actividad física extraescolar y la adherencia al deporte en los alumnos.
- Promover un estilo de vida y hábitos saludables entre los jóvenes.
- Concienciar sobre los riesgos asociados a un estilo de vida sedentario.
- Concienciar del papel fundamental de la actividad física en la salud.
- Incrementar los niveles de cooperación y colaboración entre los propios alumnos.

PROYECCIÓN DIDÁCTICA

5. MARCO LEGISLATIVO

La legislación vigente es algo esencial a la hora de programar y llevar a cabo la elaboración de unidades didácticas. Como docentes, no disponemos de libertad total a la hora de abordar una programación anual, sino que debemos amoldarnos a la ley, que viene concretada en diferentes leyes, decretos y órdenes.

Existen diversas legislaciones. A nivel estatal, la principal ley educativa es la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE) (BOE 4-05-2006), modificada parcialmente por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) (BOE 10-12-2013). Por otra parte, las Comunidades Autónomas mediante el Real Decreto se dedicarán a legislar, mientras que los propios docentes y los centros educativos, siempre de la mano de la ley, somos los encargados de diseñar y programar el proceso de enseñanza-aprendizaje, tratando de asegurar una educación de calidad y valiéndonos de la autonomía que nos conceden los diversos decretos y órdenes.

5.1 Niveles de concreción curricular:

1. Diseño curricular base o prescriptivo: es el primer nivel de concreción en que se articula el currículo en nuestro país. Elaborado por el Ministerio de Educación, el DCB se completa con las propuestas de las comunidades autónomas con competencias educativas. Se trata de un documento en el que se exponen de forma abierta y flexible las intenciones del sistema educativo, a la vez que se orienta sobre la práctica de la enseñanza, es decir, sobre el plan de acción a seguir en los dos siguientes niveles de concreción. No obstante, posee también un carácter prescriptivo, ya que las sucesivas concreciones deben ajustarse a sus directrices (Palacios et al, 2019).
2. Proyecto curricular de etapa: se trata del segundo nivel y es llevado a cabo por los centros escolares, junto al consejo y el claustro. A partir de los currículos establecidos en el primer nivel, se desarrolla un proyecto educativo propio siempre en relación al contexto y las peculiaridades del centro, siendo siempre el objetivo final una mejora de la calidad educativa.
3. Programación didáctica de aula: se trata del tercer y último nivel. Es función del profesorado según los acuerdos del propio centro y se lleva a cabo mediante los distintos departamentos. En estas programaciones de aula, se detallan cada una de las unidades didácticas.

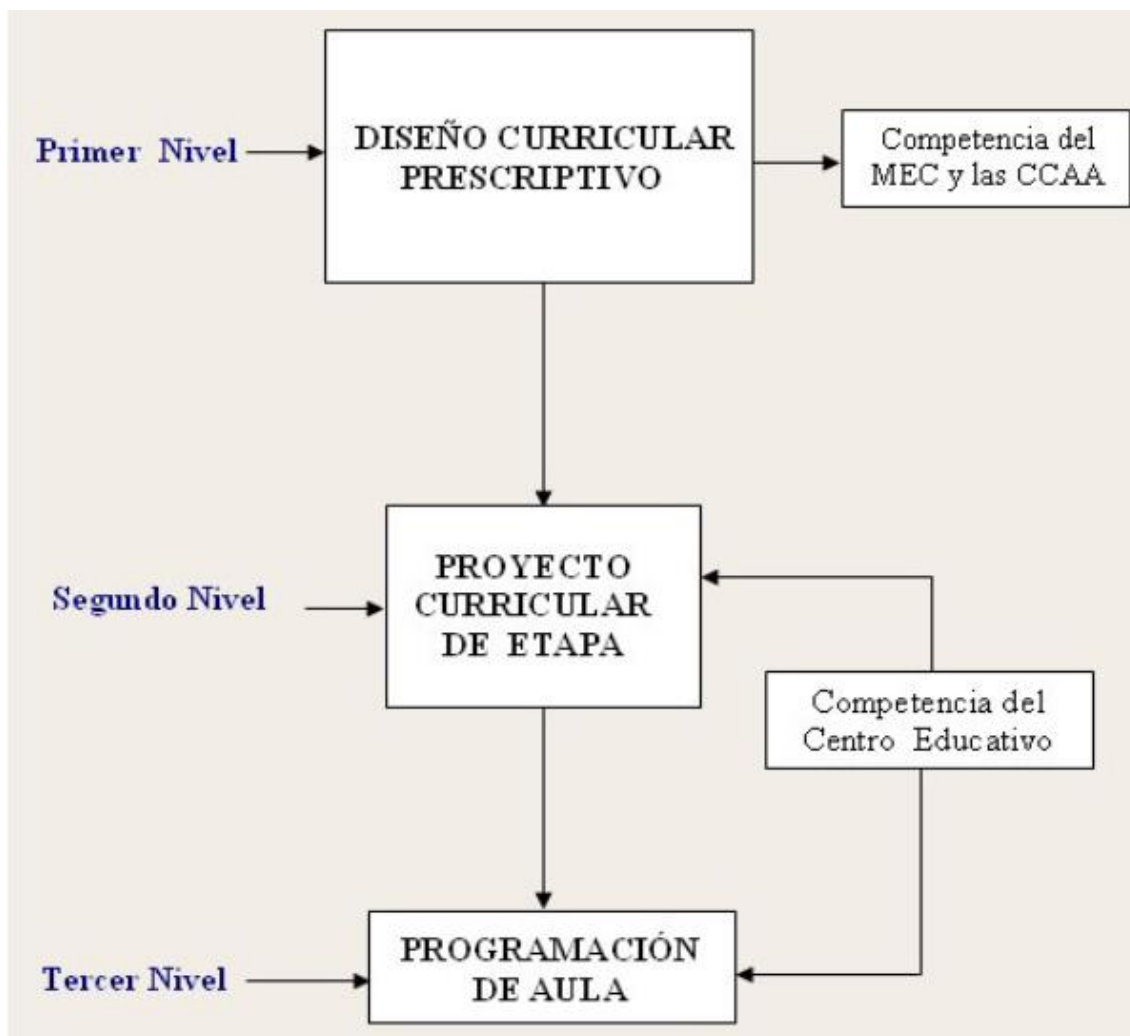


Figura 1. Niveles de concreción curricular (Álvarez, 2011).

5.2 Legislación a nivel nacional:

- ✓ Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (BOE-A-2006-7899).
- ✓ Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (BOE 10-12-2013).
- ✓ Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se desarrolla el currículo básico para las etapas educativas de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato (BOE 03-01-2015).
- ✓ Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, a través de la cual se establecen las diferentes conexiones entre las competencias específicas, los contenidos didácticos y los criterios de evaluación de las siguientes etapas educativas: Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato (BOE 29-01-2015).

5.3 Legislación a nivel autonómico:

- ✓ Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se implanta la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- ✓ Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo específico correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se normalizan determinados aspectos referidos a la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

6. CONTEXTO ESCOLAR

6.1 Contexto geográfico y demográfico

Torredelcampo es una villa situada a 11 kilómetros al Suroeste de Jaén, a 647 m sobre el nivel del mar, asentada en una de las faldas perteneciente a las primeras estribaciones de la Sierra de Jabalcuz (Prebético y Subbético) y por tanto sobre terrenos de época terciaria, conjuntos jurásicos y cretácicos de calizas y dolomías, con lo cual la calidad de sus suelos no es muy buena en cuanto a su uso agrícola (a pesar de lo cual se han adaptado de forma excepcional las distintas especies de olivar que hoy se pueden observar) aunque sí puede presentar ciertas variedades minerales de determinado interés.

El término municipal de Torredelcampo se extiende sobre esta falda abarcando una amplitud de 182 km² sobre los que se asienta una población de cerca de 15.000 habitantes (aproximadamente al 50% varones y mujeres). Altitud sobre el nivel del mar de 647 metros. Límites municipales con Los Villares, Jamilena, Torredonjimeno, Villardompardo, Escañuela, Higuera de Arjona y Fuerte del Rey. Pedanías y diseminados de Garciez y Megatín.

La población de Torredelcampo a lo largo del siglo XX y principios del XXI, ha experimentado un constante aumento, más acusado en las décadas de los 30 y los 40 del siglo pasado. En el censo de 1951 llega a alcanzar los 11700 habitantes, sin embargo, las oleadas de migraciones que se producen en las décadas siguientes y que afectan a toda Andalucía, suponen un leve retroceso aunque sólo de 1000 habitantes en este caso. Ello se debe a que esta Villa es una de las más económicamente atractivas de la provincia con lo que muy pronto se recuperará hasta las cifras que alcanza en la actualidad.

Se comprueba el aumento progresivo de los efectivos de la población hasta la actualidad. Es un incremento pequeño de entre 100 a 200 personas anualmente, que refleja un descenso de la natalidad y una población cada vez más envejecida.

6.2 Contexto económico

De entre los 97 de nuestra provincia, el municipio de Torredelcampo estaría situado en el 7º lugar en cultivos leñosos, el 11º en turismos matriculados, el 9º en establecimientos con 13 actividad económica, el 9º en paro registrado, el 9º en contratos totales registrados, el 15º en contratos registrados a mujeres, el 8º en número de recibos de contribución urbana y el 11º en Renta Media declarada.

Con estos datos se ve claramente el dinamismo económico actual de Torredelcampo en el ámbito provincial y su posición puntera así como su proyección futura. De igual manera en el ámbito autonómico no tendríamos más que fijarnos en la Renta Media declarada de Andalucía, para tener una idea en un contexto más amplio de nuestra situación económica actual.

La situación geográfica estratégica de Torredelcampo, al borde de la autovía A-316 que conecta Jaén, Córdoba, Madrid y Granada, le confiere un papel determinante en su desarrollo económico y social.

El término municipal de Torredelcampo posee una superficie general de 182 Kms cuadrados, de la que el 90% se encuentra cultivada.

En el sector primario - agricultura - sobresale la importancia del olivar, con 16.000 hectáreas dedicadas a este cultivo y más de 1,3000.000 olivos. Torredelcampo produce entre 8 y 10 millones kilos de aceite anualmente, lo que le supone unos ingresos en torno a los 25 ó 30 millones de euros anuales.

6.3 Contexto sociocultural

Existe una evolución generalizada en la realidad española del siglo XX y en ella se puede distinguir una ruptura cultural entre generaciones de modo que se diferencian notablemente los grupos de edad superiores a los 40 años (con un nivel cultural muy bajo debido a características históricas) de los grupos más jóvenes (que eleva ostensiblemente dicho nivel).

En general, la elevada tasa de analfabetismo y de individuos que no han completado la enseñanza primaria, sobre todo dentro del sexo femenino (el cual dobla las cifras del masculino), definen una realidad que no es del todo completa. La causa del sexismo hay que buscarla dentro de la ideología rural aun en uso de la “mujer en su casa” que enclaustra al sexo femenino dentro de un espacio desde el cual le es muy difícil acceder al mercado de trabajo.

Actualmente la escolarización prácticamente es total para los individuos menores de 35 años, asimismo la mayoría de la población adolescente (15-18 años) se agrupa en el segundo ciclo de secundaria y bachillerato, es decir, dos niveles por 17 encima de la población general. Los porcentajes de titulaciones universitarias de los individuos de entre 19 y 35 años superan a los de la población total, apreciándose por último un sustancial equilibrio entre ambos sexos.

La oferta educativa aumenta de forma ostensible en las últimas décadas hasta completar el panorama actual consistente en la apertura de una biblioteca, Casa de la Cultura y Teatro Municipal, la realización de múltiples campañas culturales y de convivencia social y sobre todo la implantación de numerosos centros de educación primaria y secundaria que en la actualidad, consisten en 4 colegios (Juan Carlos I, Príncipe Felipe, San Isidoro y San Miguel) y dos Institutos: Miguel Sánchez López (Obligatoria, post-obligatoria y ciclo formativo) y el Torre Olvidada (sólo enseñanza obligatoria).

6.4 Características estructurales del IES Miguel Sánchez López

El Instituto Miguel Sánchez López se encuentra ubicado en la parte suroeste de la localidad de Torredelcampo y se trata del único centro educativo que imparte Educación Secundaria y Bachillerato en la ciudad, por lo que recoge a alumnado de toda tipología social, procedente tanto de barrios céntricos, de clase media-alta y con alta densidad de población, como de barrios periféricos.

Fue creado en el año 1970, aunque ha sufrido una profundísima remodelación y ampliación en 2010 y 2011, para acondicionarlo a las necesidades actuales.

Está situado a poca distancia del centro comercial y administrativo del pueblo y muy cerca de la principal vía de acceso a la misma, lo que posibilita una buena comunicación vial entre el instituto y los demás organismos públicos y privados de la ciudad.

En su entorno predominan los espacios abiertos y amplias zonas recreativas. Se encuentra justo detrás de un parque público, y junto a éste, dos de los colegios públicos de la ciudad.

Después de la última remodelación, las instalaciones con las que cuenta el Centro son modernas y perfectamente adecuadas al tipo de enseñanza. Una vez que finalizaron las obras que se efectuaron durante el curso 2010/11, el Centro cuenta actualmente con espacios e instalaciones suficientes y dotadas de la última tecnología.

6.5 Perfil del alumnado

En el instituto estudian alrededor de 750 alumnos/as dependiendo del curso académico pero con una clara tendencia al alza. Es mayoritario, aunque por poco, el alumnado femenino, aunque este extremo también depende del curso en cuestión.

El número de matriculaciones en el centro se ha estabilizado en los últimos años en la cifra aproximada anteriormente mencionada.

La procedencia del alumnado es mayoritariamente local, pero existe una pequeña parte del mismo que no es originario de la ciudad, sino que procede de las localidades de Jamilena y Torredonjimeno. Actualmente cuenta también con alumnos/as de otras muchas localidades de la provincia en el ciclo formativo.



Figura 2. Imagen del proyecto.

7. PRESENTACIÓN DEL PROYECTO

El presente trabajo consta de un proyecto gamificado basado en una serie televisiva de gran éxito: La Casa de Papel. He elegido esta serie como eje de la gamificación debido a su gran popularidad entre la población, especialmente entre los jóvenes. Creo que tiene una intrahistoria bastante emocionante y llamativa y, modificándola y adaptándola a nuestros objetivos, puede quedar una narrativa muy atractiva que consiga captar la atención de nuestros alumnos y elevar al máximo sus niveles de motivación dentro de la asignatura.

El proyecto constará de una unidad didáctica gamificada que se impartirá distribuida en 10 sesiones, los martes y jueves comprendidos entre las fechas del 9 de enero y el 11 de febrero, ambos incluidos. La unidad didáctica será correspondiente a los bloques 1 y 2 de contenidos: salud y calidad de vida y condición física y motriz.

Aparte de las sesiones, actividades programadas, metodología y demás aspectos curriculares que veremos más adelante, habrá un blog en funcionamiento. La función principal del blog será mostrar la clasificación y recompensas del alumnado, así como compartir documentos, noticias de interés y actividades extra. Como establecimos anteriormente, uno de los objetivos principales también es la adherencia y aumentar el número de horas de actividad física extraescolares. De este modo, el blog servirá también para promocionar la actividad física, así como para hacer ver los riesgos derivados de un estilo de vida sedentario.

8. DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA GAMIFICADA

8.1 Resumen de la serie original

La Casa de Papel o “Money Heist” es una serie española creada por Álex Pina y estrenada en el año 2017. La serie narra la historia e intrahistoria de lo que pretende ser un atraco perfecto. La mente pensante de todo esto es “El Profesor”, quien tiene como objetivo llevar a cabo el mayor atraco que se haya realizado jamás. Su objetivo es entrar en la Fábrica Nacional de Moneda y Timbre y no simplemente robarla, sino quedarse allí encerrados durante un tiempo para fabricar su propio dinero y salir de allí indemnes.

Conseguir esto no será fácil y para ello recluta a una serie de personas cualificadas. Estas personas son delincuentes profesionales, cada uno con unas características diferentes que aportarán algo al grupo y con una característica común: no tienen nada que perder. Como hemos comentado, la figura del Profesor es la mente brillante que idea todo el plan y controla que todo salga a la perfección. Para ello, otorga a cada miembro del grupo el nombre de una ciudad. Con esto quiere evitar que entre ellos conozcan datos personales de los otros atracadores y así evitar que se creen vínculos emocionales que puedan afectar al plan. En la primera temporada, los nombres de los atracadores que se adentrarán en la boca del lobo son los siguientes: Tokio, Nairobi, Moscú, Denver, Río, Helsinki, Oslo y Berlín.

Varios meses antes del atraco, los atracadores se reúnen en un lugar seguro con el profesor para trazar el plan con toda clase de detalles. Están todos reunidos en el mismo lugar durante unos meses, escuchando a diario las explicaciones del profesor, con el objetivo de diseñar un plan perfecto y prever todas las posibilidades y contratiempos que puedan surgir durante el atraco.

Tras la preparación, los atracadores consiguen entrar en la fábrica y no solo eso, sino que, mediante sus métodos, basados en gran medida en la no violencia y no herir nadie, consiguen tener de su lado la opinión popular. Mientras los atracadores están dentro, el Profesor se encuentra fuera, cuidando meticulosamente todos los detalles y siendo parte de una pugna constante con la Policía Nacional, que intentará detener este atraco a toda costa.

Este sería un breve resumen de la serie. Se trata de una de las series más exitosas de la última década, destacando su popularidad entre los jóvenes. Es este el motivo por el que creo que puede funcionar muy bien en una gamificación, hacer que los alumnos se sientan partícipes y conseguir unos niveles de motivación muy altos.

8.2 Historia-Narrativa

El espacio imaginario donde tiene lugar la experiencia es en una distopía del futuro, donde la trama será una adaptación de la serie “La Casa de Papel”. Como ya se ha comentado anteriormente en el proyecto, aumentar la adherencia a la actividad física es uno de los objetivos, así como condenar los hábitos sedentarios y concienciar sobre los riesgos que entrañan dicho estilo de vida. Por ello, nuestra historia va a ir muy relacionada con esto.

“Bienvenidos al año 2050. Me comunico con vosotros desde el futuro para hacerles partícipes de la terrible situación que nos acontece. El mundo tal y como lo conocéis ahora mismo ya no existe. Hace años todo cambió y la situación cada vez va a peor. Vivimos en la era tecnológica, pero en vez de utilizar estas tecnologías a nuestro favor, nos han consumido casi por completo. El sedentarismo es la tendencia que se ha apoderado de la sociedad actual. Ya no recuerdo la última vez que vi un niño jugando en la calle, los jóvenes ya no practican deporte pues, para qué moverse si pueden hacerlo en un mundo virtual y esto está derivando en una sociedad cada vez más enferma. En estos 30 años de diferencia entre nuestros mundos, ha habido un incremento estratosférico de enfermedades cardiovasculares. Infartos, presión arterial alta, colesterol alto, diabetes tipo II, síndrome metabólico e incluso ciertos tipos de cáncer, son enfermedades que están a la orden del día y están totalmente normalizadas por la sociedad. La obesidad infantil ya no sorprende a nadie, pues 9/10 niños menores de 14 años la padecen. Gente encerrada en sus casas, atrapados por el sofá y con una actividad física diaria casi nula. Desde mi punto de vista, esta vida es mucho peor que la que vosotros estáis viviendo y esto puede acabar con la raza humana tal y como la conocemos.

Como comprenderéis, todo esto no ha ocurrido por casualidad. Un hombre maligno, cuya identidad no puedo revelaros de momento, es quien ha provocado todo esto y es la persona que domina el mundo en la actualidad. Esta persona, debido a su incalculable riqueza, es quien controla el mundo totalmente y nada podemos hacer el resto de seres humanos. Este hombre es un empresario desarrollador de videojuegos y plataformas virtuales. Es un adelantado a su época y ha sido capaz de desarrollar diferentes mundos virtuales donde la gente puede vivir una vida diferente, aislados del mundo real. Es por este motivo por el que no quiere que la gente practique deporte, pues quiere “sedentarizar” a la humanidad para que consuman cada vez más sus videojuegos y sus mundos virtuales. Si consigue instaurar la idea de que la actividad física es mala y que estar en casa todo el día es lo mejor, conseguirá que sus juegos y realidades virtuales se vendan aún más y con ello se irá haciendo cada vez más rico y poderoso.

Tiene comprados a todos los medios de comunicación, los cuales advierten, falsamente, de que realizar actividad física resulta perjudicial para la salud e incitan a un estilo de vida completamente sedentario. Las personas pasan en casa viendo la televisión la mayor parte del día por lo que la influencia de los medios es brutal y los espectadores se creen por completo todo lo que dicen. También tiene comprados a la gran mayoría

de médicos y científicos, que desaconsejan totalmente el deporte y otorgan pautas para seguir unos hábitos de vida que no son saludables. Y, por supuesto, controla todos los cuerpos de seguridad, llegando hasta tal punto que la policía te detiene si eres descubierto realizando ejercicio físico y puedes acabar en la cárcel o en algo peor... A mí me han detenido ya un par de veces y por eso ahora me hallo escondido. Y es que la gente hace lo que sea por dinero, incluso ir en contra de sus ideales, y por ello el mundo actual está totalmente corrompido.

Como os he comentado, todavía no puedo revelaros su identidad, así que de momento podemos referirnos a él como "El Sedentarizador". Llevo años intentando acabar con él e intentando destruir este régimen dictatorial encubierto pero, aunque me duela profundamente reconocerlo, en la actualidad es totalmente imposible derrotarlo, no hay ninguna opción, es demasiado poderoso.

Por eso os necesito a vosotros. He diseñado un plan para acabar con él y solo vosotros podéis ayudarme. Como os he dicho, derrotarlo ahora, en 2050, es imposible. Sin embargo, en vuestro presente, aún en 2020, todavía no es tan poderoso y podríais acabar con él. En 2020 es cuando este ser comenzó a acumular su riqueza y a incentivar a la gente a adquirir hábitos sedentarios y dejar de practicar actividad física. Si conseguís concienciar a la gente de los beneficios de la práctica deportiva y evitáis que esta persona acumule la riqueza que posee en 2050, podremos alterar la línea temporal y con ello cambiar el futuro, evitando que esta persona domine el planeta y con ello salvando mi mundo. He estudiado esto durante años y sé que es posible. Una acción en el pasado puede hacer que se modifique el presente.

Para ello mi plan consta de dos apartados. En primer lugar, tenéis que concienciar a la sociedad actual de los riesgos que conlleva el sedentarismo y debéis promocionar los beneficios de realizar actividad física. Con esto conseguiremos que la gente escuche la verdad y estén todos preparados para oponerse a una sociedad totalmente sedentaria, siendo más difícil que el "Sedentarizador" consiga manipularlos. La segunda parte es la más emocionante y por tanto la que más riesgo entraña. Aunque en 2020 aún no es ni de lejos tan poderoso como en mi presente, en esa época ya era una persona importante y con una cantidad grande de dinero. Si conseguimos que pierda su riqueza actual en 2020 y no se haga tan rico, le arrebataremos la forma de llegar al poder. Para ello, vais a hacer algo muy arriesgado: ¡Vais a robarle todo su dinero al "Sedentarizador"!

Si conseguimos cumplir ambas partes del plan, acabaremos con él para siempre y salvaréis el mundo. Por otra parte, de ningún modo esto va a ser fácil y conlleva grandes riesgos, por lo que tenéis que estar 100% comprometidos con la causa. Para llevar a cabo el plan, trabajaréis por grupos de 6 personas y cada grupo intentará robarle al "Sedentarizador" la mayor cantidad de dinero posible. Veremos cuál es el grupo que consigue robar más dinero, pero aun así no os equivoquéis, esto no es una competición entre grupos. El objetivo es común y ese objetivo es derrotar al "Sedentarizador".

Para que este hombre no pueda identificaros, a partir de ahora cada cual adoptará un pseudónimo. Cada grupo de 6 personas será reconocido como un continente, vosotros mismos elegiréis el vuestro. Las opciones son las siguientes: América del Norte, América del Sur, Europa, África y Asia. Dentro de cada grupo, cada integrante tomará el nombre de una de las ciudades de ese continente. Es muy importante que durante el desarrollo de todo este plan nunca utilicéis vuestros nombres reales, de lo contrario, él podrá reconocerlos y correréis un grave peligro.

Espero que estéis dispuestos a adentraros en esta peligrosa aventura, pues aún no sois conscientes de la falta que le hacéis al mundo. Me comunicaré con vosotros semanalmente mediante el blog y mediante vuestro profesor de Educación Física, quien será el intermediario en nuestras comunicaciones. Espero que estéis dispuestos a luchar, sacrificaros y trabajar porque si no esto no tendrá ningún resultado.

Seguiremos en contacto.

Sean todos bienvenidos a La Casa de PapEF

Fdo: El Profesor”.

8.3 Misiones

Las misiones y retos de la experiencia van a tener lugar en las propias clases de Educación Física y de forma extraescolar mediante los trabajos y desafíos propuestos. En consonancia con la narrativa, el objetivo de estas misiones será concienciar a la población sobre la importancia de la actividad física y conseguir robarle todo su dinero al “Sedentarizador”.

Serán misiones progresivas que tendrán un hilo conductual con la narrativa y con los contenidos de la unidad didáctica, siendo el objetivo final derrotar al enemigo. Estos retos serán tanto individuales como colectivos, teniendo siempre una gran importancia el trabajo cooperativo.

Otro apartado importante serán los retos semanales. Estos retos semanales son extraescolares y son totalmente voluntarios pero, gracias a ellos, podrán obtener dinero extra semanalmente. Estos retos irán relacionados con el fomento de la actividad física y en contra de los hábitos de vida sedentarios. Dichos retos serán publicados semanalmente en el blog y no serán difíciles de superar.

8.4 Recompensas

Las recompensas que reciban los alumnos será el dinero que consigan robar al “Sedentarizador”. Según su desempeño en la asignatura, cada cual recibirá más o menos dinero por cada misión que realice. Habrá recompensas individuales, en el caso de trabajos individuales y actitud frente a la asignatura y habrá recompensas grupales, en el caso de desafíos o trabajos por grupo. De este modo, la evaluación tiene mucha relación con el dinero que consigan obtener, pues en vez de recibir una nota cuando finalicen un trabajo, recibirán una cantidad de dinero en proporción.

8.5 Personajes y equipos

- El Profesor: es la mente creadora y el diseñador del plan. Vive atrapado en el año 2050, donde el mundo está cada vez más enfermo. Contacta con este grupo de jóvenes para que le ayuden a salvar el mundo mediante un plan infalible. Los alumnos nunca verán al Profesor, pero podrán dirigirse a él mediante una dirección de correo electrónico. Además, mediante el blog, este les irá proporcionando los detalles del plan y les enviará las misiones a completar para conseguir robarle todo el dinero al enemigo. También puede enviar información a los alumnos mediante el profesor de la asignatura, quien será el intermediario.
- El Intermediario: el profesor de Educación Física es el intermediario. Es el nexo entre el Profesor y los alumnos. El Profesor confía en él para transmitir la información de ida y de vuelta. Él le comunicará algunas misiones a los alumnos e informará al Profesor del éxito o fracaso de las mismas.
- El Sedentarizador: es el enemigo común. Para evitar que se haga rico en el futuro y controle el mundo, hay que detenerlo ahora en el presente. Él quiere un mundo sedentario en el que el deporte desaparezca, con el fin de enriquecerse a costa de esta situación. Es una persona muy inteligente y poderosa, por lo que hay que ser cautelosos y tener mucho cuidado con él. El objetivo será arrebatarle todo su dinero.
- Los equipos: como hemos comentado, habrá 6 equipos de 5 personas y cada equipo adoptará el nombre de un continente y cada jugador el nombre de una ciudad de ese continente. Los equipos estarán en contacto con el Profesor mediante el Intermediario y seguirán todas sus órdenes, cumpliendo las misiones para acabar con el Sedentarizador.

8.6 El blog

El blog será controlado por el Profesor y dentro de él tendremos acceso a diferentes documentos:

- Clasificaciones con el dinero que ha conseguido robar cada equipo. El Profesor controlará el dinero que consigue robar cada jugador (evaluación) pero en el blog solo se publicarán los resultados grupales. Hacemos esto para evitar la competitividad y el agobio que quizás puede sentir algún jugador al ver que se encuentra en la zona baja de la clasificación. Recordemos que no es una competición, sino un plan colaborativo para derrotar al enemigo.
- Mensajes del Profesor
- Misiones generales
- Retos semanales
- Noticias relacionadas con la actividad física y el deporte
- Estado actual del Sedentarizador. Aquí se podrá ver en tiempo real cuánto dinero le queda al Sedentarizador y cuánto falta para derrotarlo por completo.
- Otros documentos de interés.

9. ASPECTOS GENERALES DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

Título de la U.D	“La Casa de PapEF”
Curso	1º Bachillerato
Asignatura	Educación Física
Bloques de contenidos	Bloque 1. Salud y calidad de vida Bloque 2. Condición física y motriz
Trimestre	2º
Temporalización	10 sesiones: martes y jueves
Fecha	9 enero-11 febrero de 2020

Tabla 1. Aspectos generales de la U.D.

10. OBJETIVOS

Los objetivos, definidos en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se desarrolla el currículo básico para las etapas educativas de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato (BOE 03-01-2015), son los referentes relativos a los logros que el estudiante debe alcanzar al finalizar cada etapa, como resultado de las experiencias de enseñanza-aprendizaje intencionalmente planificadas a tal fin.

10.1 Objetivos generales de etapa

Los objetivos generales de Bachillerato según el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se desarrolla el currículo básico para las etapas educativas de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato (BOE 03-01-2015), son los siguientes:

1. Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
2. Consolidar una madurez personal y social que les permita actuar de forma responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales.
3. Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres, analizar y valorar críticamente las desigualdades y discriminaciones existentes, y en particular la violencia contra la mujer e impulsar la igualdad real y la no discriminación de las personas por cualquier condición o circunstancia personal o social, con atención especial a las personas con discapacidad.
4. Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
5. Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su Comunidad Autónoma.
6. Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
7. Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
8. Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
9. Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
10. Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.

11. Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
12. Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
13. Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social.
14. Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la seguridad vial.

10.2 Objetivos generales de materia

En referencia a la Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo específico correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se normalizan determinados aspectos referidos a la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, los objetivos generales de Educación Física en Bachillerato son los siguientes:

1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.
2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.
3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.
4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.
5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración con y sin oponentes en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
6. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir

desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.

7. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
8. Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
9. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.

10.3 Objetivos didácticos

1. Desarrollar conocimientos básicos sobre nutrición y balance energético en relación a la actividad física y la salud.
2. Analizar críticamente la dieta personal.
3. Desarrollar la capacidad de elaborar prácticas deportivas y programas de actividad física enfocados a la salud.
4. Conseguir diseñar un programa de actividad física personalizado.
5. Adquirir conocimientos básicos sobre la planificación para el entrenamiento de las capacidades físicas básicas, siempre en términos de salud.
6. Promover iniciativas para el fomento de un estilo de vida saludable.
7. Reconocer los riesgos derivados de un estilo de vida sedentario.
8. Aprender a consultar fuentes bibliográficas fiables y extraer información de calidad en la red.

11. COMPETENCIAS

Atendiendo al Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, podemos definir las competencias como capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos.

Según la 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 la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato (BOE-A-2015-738), las competencias claves del currículo son las siguientes:

- a) Comunicación lingüística (CCL).
- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT).
- c) Competencia digital (CD).
- d) Aprender a aprender (CAA).
- e) Competencias sociales y cívicas (CSC).
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP).
- g) Conciencia y expresiones culturales (CEC).



Figura 3. Competencias básicas (Turrado, 2014).

Principales competencias trabajadas en la U.D:

- Competencia digital: las TIC y los recursos digitales, son algo que cada vez está más presente en la educación. Existen infinidad de recursos que nos pueden servir de apoyo en el proceso de enseñanza. En nuestra U.D. los alumnos tendrán que ser capaces de recabar información de calidad mediante fuentes fiables. De la misma manera, deberán hacer uso de un blog y diferentes aplicaciones para el desarrollo de las tareas de esta experiencia gamificada.
- Aprender a aprender: la autonomía es uno de los puntos fuertes de nuestro proyecto. El alumno siempre es el protagonista y el centro del proceso de enseñanza. Mediante esta metodología innovadora, los alumnos tendrán que ser capaces de desarrollar esa autonomía y esa capacidad para resolver los problemas que se le presenten
- Competencias sociales y cívicas: la concienciación y el compromiso social es algo que está muy presente durante el proyecto. El objetivo para los alumnos no es solo ser conscientes de los beneficios de la actividad física para la salud, sino promover esta actividad física y promocionarla de cara a una sociedad que cada vez practica menos ejercicio físico.
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: la iniciativa y la capacidad para innovar de los alumnos es algo que se valorará mucho en la U.D. Los alumnos deben de ser capaces de conseguir sus objetivos y la originalidad en la ejecución será algo muy importante durante la gamificación de esta unidad.

12. CONTENIDOS

Conforme al 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-A-2015-37), los contenidos son un conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa y a la adquisición de competencias. Los contenidos se ordenan en asignaturas, que se clasifican en materias y ámbitos, en función de las etapas educativas o los programas en que participe el alumnado.

En la Orden de 14 de julio de 2016 nos vienen dados los contenidos por asignatura y por etapa educativa. En nuestro caso, tendremos que tomar contenidos de Educación Física de 1º Bachillerato y que estén relacionados entre sí para englobarlos dentro de nuestra unidad didáctica.

Los contenidos que vamos a abordar en la unidad didáctica se encuentran dentro de los bloques 1 y 2 de contenidos establecidos en el currículo. Estos bloques son: salud y calidad de vida y condición física y motriz. Los contenidos son los siguientes:

-Contenidos conceptuales:

- Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud.
- Características de las actividades físicas saludables.
- La actividad física programada.
- Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables.
- Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud.

-Contenidos procedimentales:

- Análisis de la dieta personal
- Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud.
- Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado.
- Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.
- Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud.

-Contenidos actitudinales:

- Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado.
- La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado.

13. METODOLOGÍA

Atendiendo al 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-A-2015-37), podemos definir la metodología como el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados.

Según la Orden de 14 de julio de 2016, La Educación Física en el Bachillerato debe profundizar y avanzar en el logro de los objetivos con especial énfasis en el fomento de la autonomía, la responsabilidad, la eficiencia, la confianza y mejora de las habilidades en las relaciones sociales y la competencia del alumnado. Para ello, se seguirán técnicas de enseñanza en la que el alumno sea el principal protagonista, destinadas principalmente a la resolución de problemas y al desarrollo de la autonomía. Los estilos de enseñanza-aprendizaje cognitivos, tecnológicos, colaborativos y creativos facilitan el aprendizaje activo y significativo. Desde la Educación Física se establecerán procesos de reflexión que desarrollen en el alumnado una conciencia crítica que le permita discernir los aspectos positivos y negativos de la práctica y el consumo asociados a la actividad física.

Por este motivo y muchos más, hemos basado nuestra unidad didáctica en una metodología innovadora como es la gamificación. Aparte de mantener al máximo la motivación del alumnado, va a permitir un desarrollo de la autonomía del propio alumnado y un aprendizaje íntegro. El alumno se verá envuelto en una experiencia en la que tendrá que dar lo mejor de sí y ser capaz de resolver sus problemas, siempre con la orientación y guía del profesor si es necesario. Además, el trabajo cooperativo es un punto clave, pues para conseguir el objetivo final, todos han de trabajar juntos en equipo.

13.1 Temporalización

Nuestra unidad didáctica está destinada a un grupo de 1º Bachillerato y consta de 10 sesiones de 50 min, que serán impartidas los martes y jueves comprendidos entre las fechas del 9 de enero y 11 de febrero.

DÍA	Nº SESIÓN	NOMBRE SESIÓN
Jueves 9/1	1	"Comienza la aventura" (teórica)
Martes 14/1	2	"Destapando al Sedentarizador"
Jueves 16/1	3	"Visita secreta"
Martes 21/1	4	"¡A por el bote!"
Jueves 23/1	5	Clase equipo 1
Martes 28/1	6	Clase equipo 2
Jueves 30/1	7	Clase equipo 3
Martes 4/2	8	Clase equipo 4
Jueves 6/2	9	Clase equipo 5
Martes 11/2	10	"El Golpe Final"

Tabla 2. Temporalización de las sesiones.

13.2 Resumen del desarrollo de las sesiones

SESIÓN	DESARROLLO
1-"Comienza la aventura"	Se trata de la sesión introductoria y será la única clase llevada a cabo en el aula. En esta clase, siempre mediante la teatralidad, para mantener el hilo de la historia y la emoción, se presentará la aventura. Mediante un vídeo y una carta, "El Profesor" se pondrá en contacto con los alumnos para contarles la situación e intentar convencerlos de que se unan a él. En esta sesión también se formarán los equipos, se informará a los alumnos sobre las actividades, contenidos y trabajos a realizar y se pondrá en marcha el blog. Este día se informará a los alumnos de los trabajos a realizar durante la unidad para que cuenten con el tiempo suficiente para prepararlo, sin embargo, los retos semanales voluntarios irán apareciendo esporádicamente en el blog. También se informará sobre cómo deben contactar con el Profesor
2-"Destapando al Sedentarizador"	Se tratará de una clase práctica sobre nutrición y balance energético, en relación con la salud, y dieta equilibrada. Trabajarán por grupos y gozarán de y en esta clase se utilizarán distintos recursos digitales para ir superando las pruebas. El objetivo final de la clase será desvelar la verdadera identidad del "Sedentarizador".
3- "Visita secreta"	Es te día se realizará la visita a un gimnasio de la zona. El objetivo es motivar al alumnado y que vean el funcionamiento del centro. Aquí podrán obtener ideas acerca del trabajo que tendrán que realizar por grupos.
4- "¡A por el bote!"	En esta sesión, los equipos tendrán la oportunidad de arrebatarse al Sedentarizador una gran cantidad de dinero. Por equipos, tendrán que realizar una serie de desafíos físicos cooperativos, enfocados desde el punto de vista de actividad física para la salud. Según su desempeño, conseguirán más o menos dinero.
5- Clase equipo 1	El equipo 1 da su clase sobre el trabajo realizado.
6- Clase equipo 2	El equipo 2 da su clase sobre el trabajo realizado.
7- Clase equipo 3	El equipo 3 da su clase sobre el trabajo realizado.

8- Clase equipo 4	El equipo 4 da su clase sobre el trabajo realizado.
9- Clase equipo 5	El equipo 5 da su clase sobre el trabajo realizado.
10- "El Golpe Final"	Se trata de un Scape Room final. En esta sesión, los alumnos deberán cooperar entre todos para resolverlo y derrotar para siempre el enemigo. Las pruebas serán de diversa índole pero estarán muy relacionadas con las actividades y contenidos vistos tanto en sesiones anteriores como en el blog. Si consiguen superar el desafío final, habrán conseguido robar todo el dinero y acabar con el "Sedentarizador".
Observaciones	Será muy importante mantener el hilo conductor y la ambientación en todo momento. Mantener la emoción y la intriga mediante diversos recursos como la música de la serie, fotos, mensajes esporádicos, que cada uno oculte siempre su identidad... será lo que nos permita disfrutar de una experiencia realmente única y con unos niveles elevados de motivación y compromiso

Tabla 3. Resumen de las sesiones.

13.3 Tareas y actividades de la U.D a realizar fuera del aula

- ❖ Trabajo grupal: cada equipo deberá realizar un trabajo escrito y dar una sesión a sus compañeros sobre ese trabajo. El primer día, cada equipo elegirá un sector de la población al que irá dirigido su trabajo: niños 7-8 años, jóvenes 16-17 años, personas mayores 65 años en adelante, deportistas de alto nivel y personas con alguna diversidad funcional. Cada grupo deberá programar una sesión de actividad física destinado a uno de estos sectores de población, trabajando con las capacidades físicas básicas y otros factores que ellos elijan. Estas serán las únicas consignas básicas y los alumnos tendrán libertad para enfocar el trabajo como gusten. Será importante una búsqueda bibliográfica fiable y una buena base científica, pues deberán también justificar en el trabajo escrito lo realizado en la sesión práctica. Si los alumnos necesitan algún consejo o indicación acerca de su trabajo, podrán dirigirse al "Profesor" vía email y este los guiará. Cabe destacar que la originalidad y la innovación serán muy bien valorados en dicho trabajo.
- ❖ Recuerdo 24h sobre dieta personal: individualmente, cada alumno realizará un recuerdo sobre su dieta durante un día, 24h. Aquí, registrarán todas las comidas realizadas durante un día y las cantidades aproximadas. También deberán calcular las calorías consumidas y la cantidad consumida de cada macronutriente. Por último, deberán realizar un comentario de no más de una cara de folio en el que analicen su dieta, destacando aspectos positivos, negativos y cómo se podría mejorar.
- ❖ Reflexión final sobre la experiencia gamificada: cada alumno realizará una reflexión final escrita sobre el desarrollo de esta aventura. Comentarán qué les ha parecido, puntos positivos y negativos. También contestarán a la siguiente pregunta y la justificarán: ¿es la historia planteada algo muy alejado de la realidad o realmente tiene algo extrapolable a la situación actual? Con esta pregunta reflexionarán sobre el devenir de la actividad física y su importancia en la sociedad actual.

13.4 Retos semanales

Como se ha comentado previamente, los retos semanales son voluntarios e irán apareciendo esporádicamente en el blog. Estos retos darán “dinero” extra y tienen como función principal promover la actividad física y conseguir que los alumnos aumenten sus horas extraescolares de práctica deportiva, así como hacer ver los efectos negativos de un estilo de vida sedentario.

- ❖ Reto 1---“Forrest Gump”: para obtener el dinero de este reto, los alumnos deberán salir a correr o andar 3 veces esa semana, al menos 20 min cada día. Las personas que lo hagan corriendo recibirán una recompensa algo superior. Para justificar la salida, se utilizará alguna aplicación móvil GPS que permita demostrar los kilómetros recorridos, ritmo y tiempo.
- ❖ Reto 2---“A mover el cuerpo”: los alumnos deberán realizar una coreografía de mínimo 1 min 30 s, con la música que ellos quieran y con el requisito de que aparezcan al menos con una persona más que no sea de la clase (amigos, familia...). Subirán el vídeo a Google Drive y lo compartirán con “El Profesor”.
- ❖ Reto 3---“Semana del cine”: los alumnos tendrán que ver la película que ellos quieran pero con temática deportiva. Una vez vista, rellenarán una ficha sobre la misma y se la mandarán al “Profesor”.
- ❖ Reto 4---“Vamos de paseo”: los alumnos realizarán una excursión por el campo, con la compañía que ellos elijan. Deberán adjuntar fotos y hacer uso otra vez de la aplicación GPS para demostrar la distancia y el recorrido realizado.

14. EVALUACIÓN

Podemos definir la evaluación como un una actividad o proceso sistemático de identificación, recogida o tratamiento de datos sobre elementos o hechos educativos, con el objetivo de valorarlos primero y, sobre dicha valoración, tomar decisiones (García Ramos, 1989). La evaluación en el ámbito educativo, debe cumplir al menos con las siguientes funciones: función de diagnóstico, función instructiva, función educativa y función autoformadora (Posner, 1988; Hernández, 1998; Díaz Barriga, 1999).

De acuerdo con el 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-A-2015-37), la evaluación del aprendizaje del alumnado será continua y diferenciada según las distintas materias, tendrá un carácter formativo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje. El proceso de evaluación se refiere a todos los elementos educativos. El objetivo será realizar una evaluación integrada no solo dirigida a los resultados, sino también a los objetivos y características individuales del alumnado. Por lo tanto, evaluar es mucho más que calificar.

14.1 Criterios de evaluación

Según el 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-A-2015-37), los criterios de evaluación son el referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe lograr, tanto en conocimientos como en competencias y responden a lo que se pretende conseguir en cada asignatura.

Criterios de evaluación propios de nuestra U.D:

1. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.
2. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.
3. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.
4. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.
5. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.

14.2 Estándares de aprendizaje evaluables

En referencia al el 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-A-2015-37), los estándares de aprendizaje evaluables son especificaciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de aprendizaje, y que concretan lo que el estudiante debe saber, comprender y saber hacer en cada asignatura; deben ser observables, medibles y evaluables y permitir graduar el rendimiento o logro alcanzado. Su diseño debe contribuir y facilitar el diseño de pruebas estandarizadas y comparables.

Criterios evaluación	Estándares Aprendizaje	Competencias básicas
1. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios y ocupaciones.	1.1 Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud. 1.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. 1.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. 1.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.	✓ CMCT ✓ CAA ✓ SIEP
2. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.	2.1 Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales. 2.2 Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas. 2.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad. 2.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad. 2.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las	✓ CMCT ✓ CAA ✓ SIEP

	actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. 2.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.	
3. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto-superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.	3.1 Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios. 3.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.	✓ CMCT ✓ CSC ✓ SIEP
4. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.	4.1 Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico-deportivas. 4.2 Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	✓ CSC ✓ SIEP
5. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.	5.1 Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. 5.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.	✓ CCL ✓ CD ✓ CAA

Tabla 4. Relación criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y competencias básicas.

14.3 Indicadores e instrumentos de evaluación:

- Observación directa: será el método mediante el cual el profesor pueda evaluar el desempeño y el grado de compromiso y motivación de los alumnos durante las clases prácticas. Está basado en datos medibles con valores de referencia, por lo que está ligado a la subjetividad del docente. Se tienen en cuenta aspectos difícilmente medibles como la conducta, personalidad, motivación...
- Rúbricas de evaluación: Una rúbrica es un conjunto de criterios registrados por el personal docente que permiten valorar el cumplimiento o no cumplimiento de los objetivos de aprendizaje. Las rúbricas van a ser utilizadas para la evaluación de los trabajos de la asignatura. Podemos encontrar estas rúbricas en anexos.
- Pruebas de aula: aparte de valorar subjetivamente el desempeño de los alumnos en el aula, se realizarán diferentes pruebas y actividades en relación con nuestra historia y con los objetivos y que podrán ser evaluadas a través de recursos digitales dentro del propio aula tales como cuestionarios, formularios...

Además de estos recursos, será fundamental un tratamiento veraz y fiable de la información, atendiendo a fuentes bibliográficas contrastadas. También se valorará muy positivamente la originalidad en todas las tareas propuestas.

14.4 Desglose de la evaluación

TAREA	PORCENTAJE CALIFICACIÓN
Desempeño en clase: motivación, compromiso, actitud y pruebas realizadas en clase	30%
Trabajo grupal: parte teórica	20%
Trabajo grupal: exposición práctica	30%
Recuerdo 24h	15%
Reflexión final	5%
Retos semanales (voluntarios).	Cada reto semanal realizado subirá 0,25 puntos, pudiendo llegar a un máximo de 1 punto extra.

Tabla 5. Desglose de la evaluación.

Como se ha comentado previamente, para seguir el hilo de nuestra historia, la evaluación la recibirán en forma de dinero, es decir, los alumnos no van a recibir notas, van a "recibir el dinero" que consigan robar al "Sedentarizador" en función de su grado de desempeño.

15. ELEMENTOS CURRICULARES COMPLEMENTARIOS

15.1 Elementos transversales

Podemos definir los temas transversales como los contenidos planteados por las situaciones problemáticas que afectan a nuestra sociedad en general y nuestra comunidad en particular. En el Decreto 110/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, aparecen los elementos transversales que debe incluir el currículo. Tomando estos elementos de referencia, los temas transversales más trabajados en nuestra U.D son los siguientes:

- b) El desarrollo de las competencias personales y las habilidades sociales
- c) La educación para la convivencia y el respeto en las relaciones interpersonales, la competencia emocional, el autoconcepto, la imagen corporal y la autoestima como elementos necesarios para el adecuado desarrollo personal, el rechazo y la prevención de situaciones de acoso escolar, discriminación o maltrato, la promoción del bienestar, de la seguridad y de la protección de todos los miembros de la comunidad educativa.
- d) El fomento de los valores y las actuaciones necesarias para el impulso de la igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres.
- e) El fomento de los valores inherentes y las conductas adecuadas a los principios de igualdad de oportunidades, accesibilidad universal y no discriminación, así como la prevención de la violencia contra las personas con discapacidad.
- g) El perfeccionamiento de las habilidades para la comunicación interpersonal, la capacidad de escucha activa, la empatía, la racionalidad y el acuerdo a través del diálogo.
- h) La utilización crítica y el autocontrol en el uso de las tecnologías de la información y la comunicación y los medios audiovisuales, la prevención de las situaciones de riesgo derivadas de su utilización inadecuada, su aportación a la enseñanza, al aprendizaje y al trabajo del alumnado, y los procesos de transformación de la información en conocimiento.
- j) La promoción de la actividad física para el desarrollo de la competencia motriz, de los hábitos de vida saludable, la utilización responsable del tiempo libre y del ocio y el fomento de la dieta equilibrada y de la alimentación saludable para el bienestar individual y colectivo, incluyendo conceptos relativos a la educación para el consumo y la salud laboral.
- l) La toma de conciencia y la profundización en el análisis sobre temas y problemas que afectan a todas las personas en un mundo globalizado, entre los que se considerarán la salud, la pobreza en el mundo, la emigración y la desigualdad entre las personas, pueblos y naciones.

15.2 Medidas de atención a la diversidad (ANEAE)

Según la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (BOE-A-2006-7899), se entiende por alumnado que presenta necesidades educativas especiales, aquel que requiera, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, determinados apoyos y atenciones educativas específicas derivadas de discapacidad o trastornos graves de conducta. Además, la escolarización del alumnado que presenta necesidades educativas especiales se registrará por los principios de normalización e inclusión y asegurará su no discriminación y la igualdad efectiva en el acceso y la permanencia en el sistema educativo.

15.2.1 Adaptación curricular para una alumna con esclerosis múltiple

Para la adaptación curricular de nuestra U.D. vamos a suponer el caso de una alumna con esclerosis múltiple. La esclerosis múltiple (EM) se define como una enfermedad progresiva que cursa con la aparición de lesiones inflamatorias focales en la sustancia blanca cerebral, en las que lo más llamativo es la pérdida de mielina (desmielinización), con preservación relativa de los axones en la fase precoz, aunque puede estar muy afectada en las fases finales (Carretero et al, 2001). La aparición de esta enfermedad puede estar adscrita a factores como: edad, clima, sexo, ataques virales, falta de vitamina D... Destacan como síntomas más característicos, la debilidad muscular, espasticidad, deterioro de los sentidos del tacto, dolor y temperatura, ataxia, temblores, alteraciones del habla y visuales, vértigo, disfunción urinaria, anormalidades cognoscitivas, fatiga (75%-90%), relacionadas con bajo metabolismo en áreas cerebrales específicas que incluyen circuitos frontales y subcorticales, además de la activación inmunológica (Iriarte, Subira y Castro, 2000; De Castro et al, 2000; Bakshi, 2003; Zifko, 2003).

El tratamiento de esta enfermedad supone una incógnita, pues no existe una cura en la actualidad. Sin embargo, se ha visto en diferentes estudios cómo el ejercicio físico puede ayudar a mejorar la calidad de vida de los pacientes. Esto se ve reflejado en la relación existente entre síntomas como debilidad, rigidez muscular y fatiga y los beneficios del ejercicio físico para reducir fatiga, mejorar la amplitud de movimiento y corregir hábitos posturales, entre otros.

Por lo tanto, esto no es solo importante desde el punto de vista educativo, ya que como docentes debemos asegurar la inclusión de todos los alumnos y la consecución de objetivos por su parte, sino que además, la actividad física puede resultar muy beneficiosa para mejorar los síntomas de esta enfermedad.

Características y síntomas de la alumna

Edad	16 años
Sexo	Femenino
Altura	158 cm
Peso	53 kg
Fase de la enfermedad	Primera fase
Habilidades perceptivo-motrices	Percibe su propio cuerpo sin problema
Habilidades motrices básicas	Bajo nivel de coordinación Problemas en la marcha, camina bien 20 min, después arrastra el pie derecho
Capacidades físicas básicas	Nivel bajo
Características sociales	Nivel alto de integración en el aula
Alteraciones fisiológicas	Urgencia miccional
Alteraciones musculares	Rigidez y debilidad muscular
Fatiga	Se fatiga pronto

Tabla 6. Características y síntomas de la alumna.

Evaluación inicial:

A la hora de prescribir un programa adaptado y valorar qué puede y qué no puede hacer la alumna, será fundamental establecer una evaluación inicial. Para ello, debemos tener en cuenta que como docentes no somos expertos en el tema y debemos acudir a un profesional. Requeriremos un informe clínico emitido por el médico especialista en esclerosis múltiple y tendremos una entrevista personal con él. De este modo, podremos valorar las capacidades de la alumna y qué precauciones debemos tomar. Por otra parte, también será fundamental el juicio del propio profesor de Educación Física, que mediante técnica de observación directa determinará el grado de desempeño de la alumna.

Programa propio y restricciones

- ❖ La alumna realizará en las clases un máximo de 30 min de actividad física.
- ❖ Libertad absoluta para acudir al servicio.
- ❖ Trabajos submáximos, controlando la frecuencia cardíaca.
- ❖ Cuando la alumna termina sus 30 min de actividad física rellenará siempre un cuestionario RPE sobre el esfuerzo subjetivo percibido del 1 al 10
- ❖ El profesor de educación física, consensuándolo con los padres y el médico, propondrá un programa de actividad física extraescolar, 3 días en semana, con el objetivo de mejorar la coordinación, las habilidades y capacidades físicas y la rigidez y debilidad muscular.

- ❖ Una vez concluidos sus 30 min de actividad física, la alumna seguirá participando en la clase. En la U.D gamificada diseñada, la metodología de las sesiones está muy relacionada con la resolución de problemas. En alguna de estas sesiones, se hace uso de elementos digitales para ir descifrando pistas y superando pruebas. La alumna será un miembro más del equipo en la experiencia gamificada, pero ella será la “líder” en estos retos. Esto quiere decir que será la encargada de tratar los dispositivos digitales y dirigir en cierta medida a su equipo cuando su tiempo de actividad se acabe. Esto permitirá que la alumna, aunque no participe activamente en algunas pruebas, esté 100% involucrada e integrada en la experiencia.
- ❖ Puede realizar los trabajos teóricos propuestos sin problema.
- ❖ Puede realizar los retos semanales sin problema.

16. CONCLUSIONES

El presente proyecto pretende ser una experiencia innovadora que suponga un extra de motivación y compromiso por parte del alumnado. En la actualidad, están empezando a utilizarse este tipo de metodologías, sin embargo, a la mayoría de docentes les cuesta optar por este tipo de proyectos. He intentado mostrar mediante esta experiencia, como con una adecuada planificación se pueden llegar a cumplir los objetivos con esta metodología innovadora.

El proyecto, en este caso, ha ido enfocado para una sola unidad didáctica, sin embargo, puede utilizarse para más unidades e incluso para un trimestre entero. Mediante la gamificación de esta unidad, conseguiremos observar el resultado que tiene en los alumnos esta experiencia y observar si es viable alargar la experiencia, adaptando los objetivos.

El desarrollo de esta unidad va a concienciar a los alumnos acerca de la importancia de la actividad física en nuestra salud. Van a poder observar por ellos mismos como los niveles de actividad física disminuyen en la sociedad y los riesgos derivados de un estilo de vida sedentario. Al mismo tiempo, pretende conseguir aumentar las horas de práctica deportiva extraescolar por parte de los alumnos. Para conseguir este objetivo, quizás haría falta más tiempo y no sería suficiente sólo con 10 sesiones. Sin embargo, si mantenemos este objetivo durante todo el año y durante todas las unidades didácticas, seguro que obtenemos resultados significativos.

Por último me gustaría acabar con el mensaje de que una educación mejor es posible y que no solo debemos tratar de mantener motivados a los alumnos, sino que debemos también buscar estrategias para motivarnos a nosotros como docentes, tratando de ser mejor profesor cada día y saliendo de la zona de confort.

BIBLIOGRAFÍA

Referencias legislativas

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (BOE-A-2006-7899).
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (BOE 10-12-2013).
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se desarrolla el currículo básico para las etapas educativas de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato (BOE 03-01-2015).
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, a través de la cual se establecen las diferentes conexiones entre las competencias específicas, los contenidos didácticos y los criterios de evaluación de las siguientes etapas educativas: Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato (BOE 29-01-2015).
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se implanta la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo específico correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se normalizan determinados aspectos referidos a la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

Referencias bibliográficas

1. Escaravajal, J.C., y Martín-Acosta, F. (2019). Análisis bibliográfico de la gamificación en Educación Física. Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 8(1): 97-109.
2. Deterding, S., Khaled, R., Nacke, L. E., y Dixon, D. (2011). Gamification: Toward a definition. En Proceedingd of the 2011 Workshop Gamification: Using Game Design Elements in Non-Game Contexts Nueva York, NY: ACM. Recuperado de <http://gamification-research.org/wp-content/uploads/2011/04/02-Deterding-Khaled-Nacke-Dixon.pdf>
3. De Pablo, P. y otros (1992). Diseño del currículo. Una propuesta de autoformación. Mare Nostrum. Madrid.
4. Alcaraz, V., Sánchez, A.J., Grimaldi, M. (2009). El gran juego Salvando a Gea: gamificación y nuevas tecnologías en actividades físicas en medio natural. Revista Digital de Educación Física, 54: 148-158.
5. Brockman, R., Jago, R. & Fox, K.R. (2011). Children's active play: Self-reported motivators, barriers and facilitators. BMC PublicHealth, 11-461, 1-7.
6. Lee, J., & Hammer, J. (2011). Gamification in Education: What, How, Why Bother? Academic Exchange Quarterly, 15(2), 146.

7. Guillén, J. (2015). ¿Qué materias son importantes? En A. Forés, J. Ramón, J. Guillén, T. Hernández, M. Ligioz, F. Pardo & C. Trinidad, *Neuromitos en educación. El aprendizaje desde la neurociencia* (pp.17-34). Barcelona: Plataforma.
8. Monguillot, M., González, C., Zurita, C., Almirall, Guitert, M. (2015). Play the Game: gamificación y hábitos saludables en educación física. *Apunts Educació Física y Deportes*, 119 (1): 71-79.
9. Brasó, J. (2018). Pere Vergés: escuela y gamificación a comienzos del s. XX. *Apunts Educació Física y Deportes*, 188 (3): 20-37.
10. Melchor, E. (2012). Gamificación y E-Learning: un ejemplo con el juego del pasapalabra. Bruselas: EFQUEL.
11. Durall, E., Gros, B., Maina, M., Johnson, L. & Adams, S. (2012).
12. Perspectivas tecnológicas: educación superior en Iberoamérica 2012-2017. Austin, Texas: The New Media Consortium.
13. Carpena, N., Cataldi, M., & Muñiz, G. (2012). En busca de nuevas metodologías y herramientas aplicables a la educación. Repensando nuestro rol docente en las aulas. *Novos sistemas de produção. Sigradi 2012 | forma (in) formação*. Recuperado de http://cumincades.scix.net/data/works/att/sigradi2012_85.content.pdf
14. Marín, V. (2015). La Gamificación educativa. Una alternativa para la enseñanza creativa. *Digital Education*, 27.
15. Marin, I. & Hierro, E. (2013). Gamificación. El poder del juego en la gestión empresarial y la conexión con los clientes. Barcelona: Empresa Activa.
16. Torres, A., Romero-Rodríguez, L., Pérez-Rodríguez, M.A. & Björk, S. (2018). Modelo Teórico Integrado de Gamificación en Ambiente E-Learning (E-MIGA). *Revista Complutense de Educación*, 29(1), 129-145.
17. Flores, G. (2019). ¿Jugamos al Súper Mario Bros? Descripción de una experiencia gamificada en la formación del profesorado de Educación Física. *Retos*, 36: 529-534.
18. Llopis, M.A. & Balaguer, P. (2016). El uso del juego en educación. Gamificación. En Chiva, O. y Martí, M. (coords) *Métodos pedagógicos activos y globalizadores. Conceptualización y propuestas de aplicación*, (85-102). Barcelona. Graó.
19. Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92, 548-573.
20. Ayén, F. (2017). ¿Qué es la gamificación y el ABJ? *Íber Didáctica de las Ciencias Sociales, Geografía e Historia*, 86, 7-15.
21. Cortizo, J. C., Carrero, F., Monsalve, B., Velasco, A., Díaz, L. I. & Pérez, J. (2011). Gamificación y Docencia/ : Lo que la Universidad tiene que aprender de los Videojuegos. VIII Jornadas Internacionales de Innovación Universitaria Retos y oportunidades del desarrollo de los nuevos títulos en educación superior. Disponible en: http://abacus.universidadeuropea.es/bitstream/handle/11268/1750/46_Gamificacion.pdf?sequence=2&isAllowed=y.

22. Hanus, M. D. & Fox, J. (2015). Assessing the effects of gamification in the classroom: A longitudinal study on intrinsic motivation, social comparison, satisfaction, effort, and academic performance. *Computers and Education*, 80, 152–161.
23. Llorens, F., Gallego, F. J., Villagrà, C. J., Compa o, P., Satorre, R., y Molina, R. (2016). Gamificación del Proceso de Aprendizaje : Lecciones Aprendidas. *VAEP-RITA*, 4(2255–5706), 25–32.
24. Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A. (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación Física. *Retos. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte Y Recreación*, 25(1579–1726), 23–27.
25. Ormrod, J. (2005). *Aprendizaje humano*. Madrid: Pearson.
26. Carrasco, V.J., Matamoros, A., Flores, G. (2019). Análisis y comparación de los resultados obtenidos en la aplicación de una metodología gamificada y una tradicional en la asignatura de educación física en bachillerato. *ESHPA*, 3(1): 29-45.
27. Arjona, M.L. (2010). Importancia y elementos de la programación didáctica. *Hekademos; Revista Educativa Digital*, 7.
28. Antúnez, S., Del Carmen, L.M. y otros (1993): *Del Proyecto Educativo a la Programación de Aula*. Grao. Barcelona.
29. Imbern n, F. y otros (1992): *Del Proyecto Educativo a la Programación Aula (El trabajo de cada día, la programación de aula)*. Grao. Barcelona.
30. Gisbert, V., Blanes, C. (2013). Análisis de la importancia de la programación didáctica en la gestión docente. *Revista de investigación*.
31. Palacios Martínez, Ignacio (dir.), Rosa Alonso Alonso, Mario Cal Varela, Yolanda Calvo Benzie, Francisco Xabier Fernández Polo, Lidia Gómez García, Paula López R a, Yonay Rodríguez Rodríguez & José Ramón Varela Pérez. 2019. *Diccionario electrónico de enseñanza y aprendizaje de lenguas*. (Disponible en línea en <https://www.dicenlen.eu/es/diccionario/entradas/disen-curricular-base-dcb>, con fecha de acceso 01/06/2020).
32.  lvarez, N. (2011). Niveles de concreción curricular. *Pedagogía Magna*, 10.
33. Turrado, A. (2014). El sitio de las competencias básicas. Extraído el 03/06/2020 de <https://competenciasbasicas.webnode.es/>.
34. García Ramos, J.M. (1989): *Bases pedagógicas de la evaluación*. Madrid: Síntesis.
35. Díaz Barriga, Angel. (1998). *Evaluación Académica: Organismos Internacionales y Política Educativa*. México: UNAM.
36. Hernández, Pedro. (1998). *Diseñar y Enseñar*. Madrid: NARCEA.
37. Posner, George. (1998). *Análisis del curriculum*. Colombia: McGraw Hill.
38. Carretero, J.L., Bowakim, W., Acebes, J.M. (2001). Actualización: esclerosis múltiple. *Medifam*, 9 (11).
39. Iriarte, J; Subira, M.L y Castro, P. (2000). Modalities of fatigue in multiple sclerosis: correlation with clinical and biological factors. *Mult Scler*. 6(2), 124-30.

40. Zifko, U.A. (2003). Therapy of day time fatigue in patients with multiple sclerosis. *Wien Med Wochenschr.* 153(3-4), 65-72.
41. De Castro, P., Abad, A., Barcena, E., Rotger, A. y Iriarte, J. (2000). Multiple sclerosis and fatigue. *An Sist Sanit Navar.* 23(3), 441-50.
42. Bakshi, A. (2003). Fatigue associated with múltiple sclerosis: diagnosis, impact and management. *Mult Scler.* 9(3), 219-27.

ANEXOS

Anexo 1: Rúbrica de evaluación trabajo teórico

RÚBRICA EVALUACIÓN TRABAJO TEÓRICO				
CRITERIO	1 PTO	2 PTOS	3 PTOS	PTOS
Fuentes fiables e información de calidad	No utiliza fuentes de información o si lo hace no las cita	Cita la información pero no utiliza información de calidad, con fiabilidad científica contrastada	Utiliza fuentes variadas y fiables de información y además las cita correctamente	
Adaptación del programa de actividad física al sector de la población elegido	Programa de actividad física genérico, no se adapta al sector pertinente	El programa se ajusta en cierta medida	El programa se ajusta totalmente a los requerimientos de la población elegida	
Justificación científica del programa	No justifica el porqué de la metodología y programa propuestos	Justifica el programa con poca información científica	Justifica el programa con información científica veraz y de calidad	
Originalidad	Se aprecia el corta y pega de Internet	Trabajo propio pero poco originalidad	Afronta el trabajo desde un punto de vista innovador y original	
Redacción	Mal redactado	Redacción aceptable	Buena redacción	
Características del sector de la población correspondiente	No se mencionan las características del sector de población al que va dirigido el programa	Se mencionan las características	Se mencionan las características y peculiaridades y se justifican científicamente	

Anexo 2: Rúbrica evaluación exposición práctica

RÚBRICA EVALUACIÓN EXPOSICIÓN PRÁCTICA				
CRITERIO	1 PTO	2 PTOS	3 PTOS	PTOS
Control de la clase	Incapaces de controlar la clase y los alumnos	Control medio de la clase	Control total de la clase	
Participación	Menos de la mitad de los alumnos del grupo participa en la exposición	La mayoría participa	Todos participan en la exposición	
Plasmar los contenidos del trabajo teórico	Incapaces de plasmar los contenidos del trabajo teórico	Plasman los contenidos con poca claridad	Los contenidos del trabajo teórico se reflejan con claridad en la práctica	
Programa de actividad física	El programa y ejercicios propuestos no se adaptan al grupo de población elegido	El programa y ejercicios propuestos se adaptan medianamente al grupo de población elegido	El programa y ejercicios propuestos no se adaptan a la perfección al grupo de población elegido	
Control de variables	No controlan ninguna variable	Controlan las variables de tiempo y espacio	Controlan las variables de tiempo, espacio, intensidad, frecuencia y descanso	
Habilidades comunicativas	Expresión oral pobre	Expresión oral aceptable	Expresión oral buena, con buena presencia y acompañada de elementos no verbales	

Anexo 3: Rúbrica de evaluación Recuerdo 24h

RÚBRICA EVALUACIÓN RECUERDO 24 H				
CRITERIO	1 PTO	2 PTOS	3 PTOS	PTOS
Comidas registradas	No registra todas las comidas	Registra todas las comidas	Registra todas las comidas y las horas de cada una	
Cantidad	No establece la cantidad de cada comida	Establece cantidades inexactas	Establece cantidades controladas	
Metabolismo basal	No calcula su metabolismo basal	Calcula el metabolismo basal sin tener en cuenta variables	Calcula el metabolismo basal teniendo en cuenta todas las variables	
Calorías	No registra las kcal	Registra las kcal	Registra las kcal y la cantidad de macronutrientes	
Reflexión	La reflexión final no incluye una crítica a la dieta ni puntos positivos y negativos	La reflexión final incluye una crítica a la dieta y puntos positivos y negativos	La reflexión incluye una crítica a la dieta, puntos positivos y negativos y propuestas de mejora	

Anexo 4: Escala del esfuerzo percibido

ESCALA DEL ESFUERZO PERCIBIDO	
0	Reposo
1	Muy suave
2	Suave
3	Esfuerzo moderado
4	Ligeramente duro
5-6	Duro
7-8-9	Muy duro
10	Máximo esfuerzo

Anexo 5: Calendario escolar 2019/2020

IDEAL ES

Calendario Escolar Jaén

2019-2020

SEPTIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

OCTUBRE						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

NOVIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

DICIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

ENERO						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

FEBRERO						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

MARZO						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

ABRIL						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

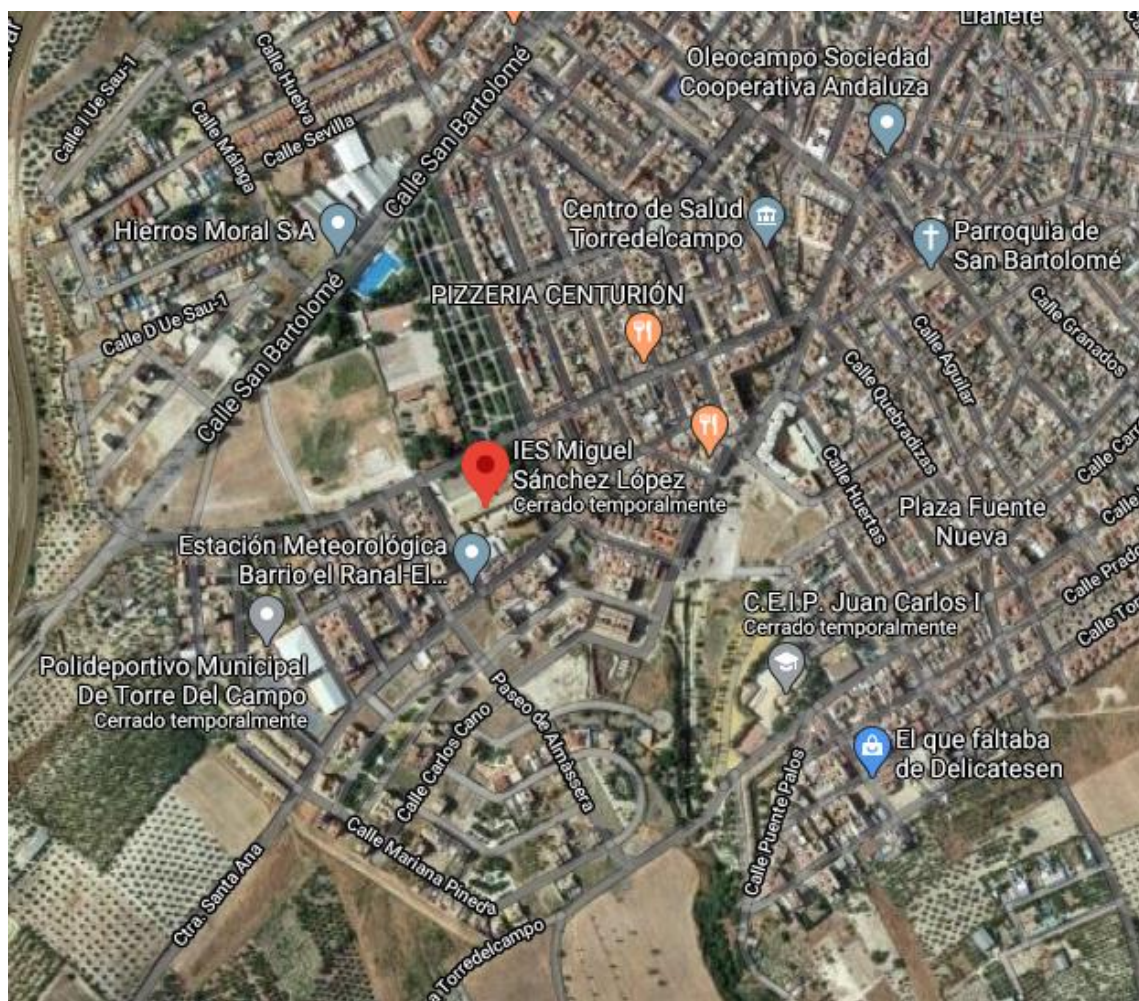
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

MAYO						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

■ Festivo Nacional ■ Festivo Autonómico ■ Festivo Local ■ Evento Escolar Lectivo ■ Evento Escolar No Lectivo

Anexo 6: Ubicación IES Miguel Sánchez López



Anexo 7: Ficha película; reto semanal nº 3

Nombre:
Equipo:
Película:
Resumen
Comentario crítico