

Durante el 2º trimestre, el alumnado de 4º de ESO del IES Miguel Servet de Zaragoza ha participado en este proyecto que se ha llevado a cabo en la asignatura de Educación Física. El proyecto, que ha tenido una duración aproximada de un mes, consistía en la creación y exposición de un montaje (utilizando elementos gimnásticos, de acroport, expresión corporal y baile) bajo una misma temática: La igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres. En cada clase se realizaron tres grupos mixtos de entre 8-10 personas donde el profesor ejercía de mero guía durante todo el proceso de creación y elaboración de los distintos montajes, cediendo así la responsabilidad y favoreciendo la autonomía del alumnado con el objetivo de que plasmasen su propia visión personal sobre la temática seleccionada.

El proyecto se temporalizó para hacerlo coincidir con el 8 de marzo (día Internacional de la Mujer) y las exposiciones de los montajes se llevaron a cabo la semana del 11-15 de marzo, preservando su derecho a huelga que secundaron mayoritariamente.



Los resultados del proyecto han cumplido con creces las expectativas y, como se puede apreciar en las fotos, han sido maravillosos. Más allá de los objetivos eminentemente físicos que conllevaba la realización del proyecto (corrección en la realización de las figuras de acrosport, de los elementos de gimnasia, coordinación, ritmo...), se han trabajado una serie de valores y competencias que contribuyen enormemente a su desarrollo integral como personas. Han trabajado en equipo, han tomado decisiones de manera democrática, se han respetado unos a otros, han sido capaces de ponerse en el lugar de sus compañeros modificando los aspectos que considerasen por el bien del grupo y se ha trabajado en un clima de igualdad en el que todos los miembros del grupo eran igualmente importantes y necesarios (incluido el alumnado lesionado).

Mi nombre es Héctor Corzo Fajardo. Actualmente trabajo como profesor de Educación Física en el IES Miguel Servet de Zaragoza. Este proyecto se ha llevado a cabo en 4º curso de Educación Secundaria Obligatoria, concretamente en tres grupos cuyo número de alumnos por clase oscilaba entre los 25-30.

Objetivos

El objetivo final del proyecto fue que el alumnado, dividido en grupos mixtos conformados por entre 8 y 10 personas, crease y representase ante sus compañeros un montaje de acrosport de 5 minutos de duración bajo el tema: LA IGUALDAD.



Contenidos trabajados

Para la consecución de ese objetivo final, el alumnado ha debido ir trabajando y alcanzando una serie de objetivos a nivel físico, cognitivo y, sobretodo, social, que podrían resumirse en los siguientes:

- Realizar figuras de acrosport de 2, 3, 4 y todos los integrantes del grupo acordes con la música elegida y el tema propuesto.
- Realizar el montaje, estabilización y desmontaje de las figuras con seguridad.
- Componer y realizar una pequeña coreografía para introducirla en el montaje acorde con la música elegida y tema propuesto.
- Realizar acciones gimnásticas como elementos de enlace entre las distintas figuras del montaje.

- Utilizar la expresión corporal para expresar emociones, sentimientos o ideas relacionadas con el tema del montaje.
- Participar en el montaje realizando diferentes roles: portor, ágil y ayuda.
- Respetar las normas de seguridad e higiene postural establecidas para el proyecto.
- Conocer los antecedentes históricos del 8 de Marzo.
- Conocer y describir cómo contribuye el acrosport al fomento de la igualdad y la coeducación.
- Valorar y aceptar la propia realidad corporal y la de los demás, así como la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas.
- Tener una conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la realización del proyecto y que pueden ser generadoras de conflictos.
- Utilizar el diálogo y las normas básicas de comunicación social para la solución de conflictos.
- Participar en todas las tareas y valoración del esfuerzo personal de todos los componentes del grupo
- Aceptar y respetar las normas y reglas de las diferentes situaciones didácticas.



Para este proyecto se han trabajado los siguientes contenidos para 4º de ESO, establecidos en la Orden ECD/489/2016, de 26 de mayo:

Acciones motrices individuales:

- Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones corporales no habituales que exigen control de su cuerpo en el espacio (volteos, inversiones, etc.), control del riesgo (binomio riesgo-seguridad), priorizar la información a nivel propioceptivo (ayudas como refuerzo), disociación segmentaria, etc.
- Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos (combinación de direcciones y superficies, balanceos, etc.), saltos/volar, giros (eje longitudinal, volteos adelante y volteos

atrás, sobre planos inclinados, etc.), inversiones (pino, tres apoyos, rueda lateral, rondada, etc.), equilibrios (un pie, la vela, etc.), control corporal en los gestos, posturas alineadas, posturas agrupadas, etc.

- Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales para facilitar acciones (planos, quitamiedos, colchonetas, rodillos, etc.), ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas y osadas, materiales en buen estado, etc.

Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas

- Actividades con intenciones artísticas o expresivas: prácticas rítmicas o coreografiadas; prácticas teatrales y rítmicas o coreografiadas danzadas; composiciones estéticas (acrosport).
- Motricidad expresiva (puesta en práctica de la movilización corporal, utilización del espacio, estructuración del tiempo, movilización de la energía y calidades del movimiento, puesta en práctica de las relaciones entre actores), simbolización (convertir las imágenes mentales o no en movimiento, función poética del movimiento, etc.) y comunicación (gestión de la mirada, relación entre los que danzan, relación entre éstos y los espectadores, etc.).
- Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.
- Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador, etc.
- Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones.

Gestión de la vida activa y valores: Conciencia de los efectos producidos tras la realización de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como medios de utilización adecuada del tiempo de ocio.

Medidas de seguridad en la práctica de actividad física y uso correcto de materiales y espacios.

Los valores en la actividad física y el deporte. Valores personales y sociales (trabajo en equipo, juego limpio, deportividad, respeto, superación, esfuerzo...)

Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas.

Conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la práctica de actividad física y que pueden ser generadoras de conflictos.

Utilización del diálogo y las normas básicas de comunicación social para la solución de conflictos.

Interés por participar en todas las tareas y valoración del esfuerzo personal en la actividad física.

Aceptación y respeto hacia las normas y reglas que participan en las diferentes situaciones didácticas.

También se ha tenido en cuenta y ha marcado el objetivo final del proyecto, lo descrito en el punto 2 del artículo 11 (Elementos transversales) de la Orden ECD/489/2016, de 26 de mayo, que establece lo siguiente:

“Se impulsará el desarrollo de los valores que fomenten la igualdad efectiva entre hombres y mujeres y la prevención de la violencia de género, y de los valores inherentes al principio de igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social.

Se fomentará el aprendizaje de la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad,

...Se evitarán los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación.”

Recursos y herramientas utilizados

Podemos dividir este apartado en dos tipos de recursos y herramientas principalmente: los materiales y los digitales. Con respecto a los recursos materiales, también los dividiremos en dos subtipos:

Recursos materiales del propio centro:

- Sala Polideportiva cubierta.
- 20 colchonetas finas.
- Altavoz inalámbrico portátil con puerto USB, lector de tarjetas y bluetooth.
- Cámara de vídeo y fotos (del profesor de la asignatura).

Recursos materiales de los alumnos:

- Teléfono móvil (con las correspondientes APP instaladas).
- Disfraces, pelucas, sábanas y todo tipo de atrezzo para las representaciones de sus montajes.
- Pancartas y cartulinas con mensajes sobre la temática propuesta.

En cuanto a los recursos digitales, en la asignatura de Educación Física trabajamos con la plataforma digital EDMODO. A través de esta plataforma se subieron las instrucciones correspondientes para la realización del montaje y del trabajo escrito así como la asignación correspondiente con la fecha máxima de entrega del mismo. También se utilizó para insertar vídeos de Youtube sobre montajes de acrosport con distintos niveles de dificultad para que sirviesen de referencia al alumnado a la hora de diseñar los suyos propios. Además, esta plataforma permite enviar mensajes entre el alumnado y el profesor, por lo que también se utilizó para resolver las dudas que iban surgiendo durante el desarrollo del proyecto.

Desarrollo de la actividad

Temporalización:

Este proyecto tuvo una duración aproximada de un mes, se inició la semana del 4-9 de febrero y finalizó la semana del 11-15 de marzo. Teniendo en cuenta que en esas fechas hubo un puente (4 y 5 de marzo), la huelga del 8 de marzo y que los alumnos de 4º de ESO tuvieron que asistir un día a una charla organizada por el centro, solo dispusieron de 8 clases para realizarlo (teniendo en cuenta que la asignatura de Educación Física cuenta solo con dos horas semanales). Las clases se distribuyeron de la siguiente manera:

- 1ª Clase: Organización de grupos mixtos. Explicación del proyecto, del trabajo teórico-conceptual que debían realizar y del montaje final que iban a desarrollar, firma del consentimiento informado para uso de las fotografías.
- 2ª Clase: La clase se dividía en dos partes: en la primera el profesor intervenía para repasar los contenidos de acrosport vistos en cursos anteriores, normas y pautas de seguridad en la práctica de acrosport, tipos de agarres, presas, roles y ayudas en acrosport, etc; en la segunda, el alumnado se organizaba por grupos de trabajo para establecer la música del montaje, ideas de cómo lo iban a representar, vestuario, atrezzo, etc.
- 3ª Clase: en la primera parte, se explicaban las subidas a torre con seguridad y figuras de acrosport dinámico (helicópteros); la segunda parte, se dedicaba a que avanzasen en el montaje.
- 4ª Clase: Esta sesión estuvo dedicada en exclusiva a preparar el montaje. El profesor actúa como ayuda y guía en el proceso y solo interviene cuando los alumnos lo demandan.
- 5ª Clase: Preparación del montaje.
- 6ª Clase: Preparación del montaje.
- 7ª Clase: Preparación del montaje y ensayos en el tapiz de exposición (formado por 10 colchonetas finas).
- 8ª Clase: Exposición del montaje final ante sus compañeros.



Metodología

La metodología que se empleó fue la de Aprendizaje Basado en Proyectos. Uno de los objetivos de Educación Física para 4º de ESO es dotar a los alumnos de la autonomía y responsabilidad necesarias para orientar su propia práctica de actividad física de forma segura y saludable. Es por ello por lo que se diseñó este proyecto cuyo objetivo final estaba orientado a un problema social que se encuentra en pleno debate: La igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres. Con ello conseguíamos utilizar la práctica de actividad física, además de como un fin en sí misma por los beneficios que les aporta, como un medio para alcanzar el objetivo del proyecto que era expresar una historia/idea sobre el tema propuesto y concienciarles acerca de su importancia social.

Para la consecución de este objetivo final se utilizaron muchos estilos de enseñanza en función de la clase que realizaban. La asignación de tareas se empleó el primer día para establecer los objetivos, finalidades del proyecto y el trabajo escrito que debían presentar. También se utilizó la enseñanza recíproca y la microenseñanza, cuando los alumnos trabajan por grupos en la elaboración de las figuras, elementos gimnásticos o coreografías que posteriormente incluirían en el montaje. Durante todo el proceso se utilizó también el descubrimiento guiado, donde el profesor iba realizando distintas preguntas por los grupos para evocar respuestas que les permitiesen avanzar en sus montajes. También se utilizó el

estilo socializador, organizando grupos de discusión en los que debatían de forma democrática el transcurso del montaje, ideas surgidas para llevar a cabo sobre todos los aspectos organizativos del mismo, etc. Y, por último, el estilo creativo, que permitió a los alumnos pasar por todas las fases del proceso creativo para llevar a cabo sus propios montajes con unas ligeras pautas en cuanto a duración y requisitos de figuras.

Evaluación

Se realizaron diversas actividades con distintos instrumentos de evaluación para tener una visión lo más objetiva posible del trabajo realizado durante todo el proyecto.

Una de las actividades fue la realización de un trabajo grupal de carácter teórico-práctico en el que se reflejasen aspectos relevantes del proyecto y que debía contener los siguientes apartados y subapartados:

- Antecedentes Históricos del 8 de Marzo (dónde y por qué surge este movimiento, recorrido desde sus inicios hasta la actualidad y reflexión sobre el estado actual del tema: La igualdad efectiva de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres).
- ¿Cómo contribuye el ACROSPORT al fomento de la igualdad y la coeducación?
- Diseño de un montaje de ACROSPORT con finalidad expresiva, tema: La IGUALDAD:
 1. Música empleada: Título de las canciones y autores.
 2. Vestuario.
 3. Escenografía (complementos, objetos, pancartas, carteles, etc.).
 4. Descripción de la historia que vais a representar con el montaje.
 5. Descripción general del montaje (timeline con la secuenciación de la historia, figuras, transiciones, final, etc.).
 6. Tiempo total estimado del montaje (mínimo 5 minutos).

- Descripción detallada de cada una de las fases del montaje: en este apartado debéis describir tanto el transcurrir de la historia como concretar qué vais a hacer en cada una de las figuras, incluyendo como mínimo los siguientes apartados:
 1. Inicio del montaje o elementos de enlace: coreografía o elementos gimnásticos tratados en la UD anterior al inicio o entre figuras.
 2. Nº de figuras simultáneas: (por ejemplo se inicia el montaje con 4 figuras de 2 personas).
 3. Nombre o descripción de la figura:
 4. Nº de participantes en la figura:
 5. Portor/es: ¿Quién ejerce cada rol?
 6. Ágil/es: ¿Quién ejerce cada rol?
 7. Tiempo estimado: montaje, mantenimiento y desmontaje (con seguridad)
 8. Gráfico o foto de la figura.
- Conclusiones del trabajo: ¿Para qué me ha servido?, ¿cómo puedo transferir los conocimientos y habilidades adquiridas a mi vida diaria (piensa también en el trabajo en equipo, la empatía, coordinación, toma de decisiones democráticas, autonomía, etc.)? Importancia del tema para mi futuro personal.
- Autoevaluación: Tras el esfuerzo realizado durante todo el proyecto, ¿qué nota creéis que os merecéis como GRUPO tras la realización de vuestro montaje? Justificad vuestra calificación.
- Bibliografía/webgrafía o aplicaciones móviles (ACROEPS, ACROSPORT EPS para Android, etc.).

Otra actividad de evaluación para comprobar el grado de implicación personal de cada uno de los miembros del grupo en el proyecto, fue la entrega individual y anónima (para sus compañeros) de un documento con la calificación que le pondrían a cada uno de sus compañeros de grupo. Con esta heteroevaluación, explicada el primer día del proyecto, se pretendía, en primer lugar, fomentar un mayor grado de implicación y participación. En segundo lugar, se pretendía premiar, gracias al reconocimiento de sus compañeros, al

alumando que más aportase en el proyecto (no sólo a nivel motor, también a nivel cognitivo en la fase de creación del montaje, aporte de ideas, implicación en el trabajo escrito, predisposición para ensayar y, a nivel social, valorando el respeto mutuo, la toma de decisiones democráticas, la resolución pacífica de conflictos, etc.).

La última actividad de evaluación fue la propia exposición del montaje ante los compañeros, con la que se podía evaluar el resultado final del proyecto. Para evaluar esta actividad se utilizó una rúbrica como instrumento de evaluación en la que se categorizaron varios ítems para comprobar si se habían alcanzado los objetivos descritos anteriormente. Estos ítems fueron:

- Música y vestuario adecuados al tema.
- Coordinación entre los componentes del grupo.
- Expresión corporal/coreografías adecuadas a la temática.
- Transiciones entre figuras con elementos gimnásticos.
- Tipos de figuras exigidos (2, 3, 4 y todos).
- Subida de cada figura.
- Estabilización de cada figura.
- Ayudas en las figuras.
- Utilización del espacio y simetría en las figuras.
- Duración del montaje.

Este montaje expuesto en clase por cada grupo fue grabado en vídeo para poder ser evaluado y calificado detenidamente por el profesor, teniendo en cuenta lo descrito en el trabajo teórico-práctico.





Conclusiones

Pese a que el inicio del proyecto fue algo más lento de lo esperado debido a que el alumnado no estaba acostumbrado a trabajar bajo esta metodología, el resultado final fue muy satisfactorio. Además de alcanzar los objetivos motrices propuestos para este proyecto, los alumnos y las alumnas reconocen que nunca se habían implicado y trabajado con tanta profundidad ante este tema. Considero que es un tema muy importante para trabajar desde el área de Educación Física dadas las características y particularidades propias de la materia. Actualmente, se hace gran hincapié en un modelo de enseñanza coeducativo, cuidando al detalle los agrupamientos, el reparto del material, la utilización de espacios, el tratamiento de los contenidos y la utilización de un lenguaje no sexista ni discriminatorio, es por ello que los docentes de Educación Física tenemos la oportunidad y la responsabilidad de tratar estos temas transversales día a día.

Como decía Benjamin Franklin: “Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo” y qué mejor manera de adquirir aprendizajes significativos que involucrarse de lleno en un proyecto cuyo resultado final difícilmente puedan olvidar gracias al esfuerzo, dedicación e implicación que tuvieron todos los alumnos durante su desarrollo.

Héctor Corzo Fajardo
IES Miguel Servet (Zaragoza)