



TecnoCampus
Escola Superior
de Ciències de la Salut

Centre adscrit a:



Universitat
Pompeu Fabra
Barcelona

ELS ESPORTS ALTERNATIUS A L'EDUCACIÓ FÍSICA PER LA INCLUSIÓ DE L'ESTUDIANTAT: DISSENY D'UNA UNITAT DIDÀCTICA

Estudiant: Clàudia Simó Tejedor
Directora: Alba Pardo Fernández

TREBALL FINAL DE GRAU
5è curs
Doble grau en Fisioteràpia i
Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
TecnoCampus Mataró-Maresme
23 de gener del 2023
Mataró

ÍNDEX DE CONTINGUTS

GLOSSARI.....	4
RESUM I PARAULES CLAU.....	4
ABSTRACT AND KEYWORDS	6
INTRODUCCIÓ.....	4
PLANTEJAMENT I JUSTIFICACIÓ DEL PROBLEMA.	7
MARC TEÒRIC.....	9
OBJECTIUS DEL TREBALL	11
GENERAL	11
ESPECÍFICS.....	11
PROPOSTA D'INTERVENCIÓ DIDÀCTICA.....	12
PRESENTACIÓ DE LA PROPOSTA.....	12
CONTEXTUALITZACIÓ DE LA PROPOSTA.	13
Marc legislatiu.....	13
Context educatiu	14
Població.....	14
INTERVENCIÓ A L'AULA.....	15
Competències i objectius didàctics.	15
Competències clau, sabers bàsics i continguts didàctics.	15
Metodologia.....	17
Aspectes organitzatius.....	18
Recursos.....	18
Cronograma de la intervenció a l'aula.....	19
Activitats d'Ensenyament-Aprenentatge.....	21
Desenvolupament de les sessions.....	22
Transversalitat i connexions amb altres matèries i amb la pròpia matèria.....	33
Mesures d'atenció a la diversitat.	33
Perspectiva de gènere.	33
Avaluació.....	34
CONCLUSIONS	37
REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES	39
ANNEXES	42

ÍNDEX DE TAULES I FIGURES

Taula 1. Relació competències clau i específiques. Disseny propi.....	16
Taula 2. Recursos necessaris per a la unitat. Disseny propi.	19
Taula 3. Organització de les Unitats Didàctiques 2023-2024. Disseny propi.	19
Taula 4. Cronograma d'intervenció a l'aula. Disseny propi.....	20
Taula 5. Horari 4t d'ESO. Disseny propi.	20
Taula 6. Seqüència didàctica. Disseny propi.....	21
Taula 7. Taula descriptiva general de la UD. Disseny propi.....	23
Taula 8. Fitxa de la sessió 1, UD 2. Disseny propi.	24
Taula 9. Fitxa de la sessió 2, UD 2. Disseny propi.	25
Taula 10. Fitxa de la sessió 3, UD 2. Disseny propi.	26
Taula 11. Fitxa de la sessió 4, UD 2. Disseny propi.	27
Taula 12. Fitxa de la sessió 5, UD 2. Disseny propi.	28
Taula 13. Fitxa de la sessió 6, UD 2. Disseny propi.	29
Taula 14. Fitxa de la sessió 7, UD 2. Disseny propi.	30
Taula 15. Fitxa de la sessió 8, UD 2. Disseny propi.	31
Taula 16. Fitxa de la sessió 9, UD 2. Disseny propi.	32
Taula 17. Relació criteris d'avaluació amb competències específiques. Disseny propi.....	35
Taula 18. Criteris de classificació. Disseny propi.	37

GLOSSARI

ESO	Educació Secundària Obligatoria
UD	Unitat Didàctica
EF	Educació Física
ROM	Rang de Moviment
TIC	Tecnologia de la informació i les comunicacions
PLOC-2	Escala del Locus Percebut De Causalitat en Educació Física-2
TDAH	Trastorn per Dèficit d'Atenció i Hiperactivitat
CE	Competència específica
CCL	Competència en comunicació lingüística
CP	Competència plurilingüe
CMCT	Competència matemàtica i competència en ciència, tecnologia i enginyeria
CD	Competència digital
CPSAA	Competència personal, social i d'aprendre a aprendre
CC	Competència ciutadana
CEm	Competència emprenedora
CCEC	Competència en consciència i expressió cultural

RESUM I PARAULES CLAU

Els esports alternatius, a més de millorar les habilitats motrius i la condició física, tenen un gran caràcter participatiu i, en comparació amb els esports tradicionals, ajuden més a desenvolupar els valors socials. Aquesta Unitat Didàctica (UD) es basa en la pràctica dels esports alternatius, concretament el datchball, el dins fora surt i el pinfuvote.

Objectiu. L'objectiu principal és dissenyar una Unitat Didàctica basada en els esports alternatius per fomentar la inclusió per l'estudiantat de 4t d'ESO. També es pretén promoure la motivació, el fair play i la cooperació mitjançant la pràctica d'aquests esports.

Metodologia. La proposta s'ha elaborat a partir del context d'una classe de 30 alumnes d'un centre educatiu real, ubicat a la ciutat de Vinaròs (Castelló), anomenat l'IES Josep Vilaplana. La UD d'Educació Física serà la número 2, anomenada "Coneix i aprèn amb els esports alternatius" i estarà repartida en 9 sessions, on es dedicaran 3 classes per cada esport. Les dues primeres sessions serviran per familiaritzar-se amb l'esport i amb la dinàmica de joc i en la darrera sessió l'estudiantat jugarà un partit en situació real. Les eines d'avaluació són, primerament, una rúbrica d'avaluació emplenada per la/el docent, utilitzada durant les partides finals. També es farà servir un instrument de coavaluació per qualificar el joc net dels companys/es i, finalment, un qüestionari de motivació que omplirà l'estudiantat.

Resultats esperats. Amb aquesta proposta didàctica s'espera fomentar la inclusió de l'estudiantat durant la realització dels esports alternatius, creant així un ambient favorable i saludable per gaudir de l'activitat física. A més, també es pretén augmentar la participació durant les sessions ja que es canvia el plantejament de les classes convencionals i, per tant, s'augmenta la motivació de l'estudiantat. La pràctica dels esports alternatius fomenta la cooperació i la col·laboració, però a més, els equips sempre seran homogenis i els instruments d'avaluació hi donaran molt de pes a la inclusió, cooperació, fair play i comunicació.

Conclusions. En conclusió, aquest treball busca oferir a l'estudiantat de 4t d'ESO una proposta innovadora, fent servir recursos i materials de fàcil disposició. Treballant així valors com la inclusió, la motivació, el fair play i la cooperació dels adolescents.

Paraules clau: Inclusió, esports alternatius, educació física, cooperació, innovació.

ABSTRACT AND KEYWORDS

Alternative sports, in addition to improving motor skills and physical condition, have a very participative character and, compared to traditional sports, help more to develop social values. This Didactic Unit (UD) is based on the practice of alternative sports, specifically datchball, “dins fora surt” and pinfuvote.

Objective. The main objective is to design a Didactic Unit based on alternative sports to promote inclusion for 4th grade ESO students. It is also intended to promote motivation, fair play and cooperation between students through the practice of these sports.

Methodology. The proposal has been developed from the context of a class of 30 students from a real educational center, located in the city of Vinaròs (Castelló), called IES Josep Vilaplana. The Physical Education UD will be number 2, called "Know and learn with alternative sports" and will be divided into 9 sessions, where 3 classes will be dedicated to each sport. The first two sessions will serve to familiarize themselves with the sport and the dynamics of the game and in the last session the students will play a match in a real situation. The evaluation tools are, firstly, an evaluation rubric filled in by the teacher, used during the final matches. A co-avaluation instrument will also be used to rate the fair play of the classmates and, finally, a motivation questionnaire to be filled out by the students.

Expected results. With this didactic proposal, it is hoped to promote the inclusion of students during the performance of alternative sports, thus creating a favorable and healthy environment to enjoy physical activity. In addition, it is also intended to increase participation during the sessions since the approach of conventional classes is changed and, therefore, the motivation of the students is increased. The practice of alternative sports encourages cooperation and collaboration, but in addition, the teams will always be homogeneous and the evaluation instruments will give a lot of weight to inclusion, cooperation, fair play and communication.

Conclusions. In conclusion, this work seeks to offer 4th year ESO students an innovative proposal, using readily available resources and materials. Thus working on values such as inclusion, motivation, fair play and the cooperation of teenagers.

Keywords: Inclusion, alternative sports, physical education, cooperation, innovation.

INTRODUCCIÓ

PLANTEJAMENT I JUSTIFICACIÓ DEL PROBLEMA

Tradicionalment, els docents d'Educació Física (EF) s'han format per donar més rellevància als coneixements tècnics, les qualitats físiques i les habilitats de l'estudiantat. A més, dintre de la dimensió d'esports en el currículum educatiu, hi ha la tendència en treballar més els esports convencionals com el futbol o el bàsquet; hi ha per tant poca innovació de les classes d'EF i això resulta en una baixa motivació i poc interès per l'assignatura. El professorat ha optat per donar-li més pes al rendiment i als resultats, i la perspectiva social i emocional ha estat en segon pla. Però, en jugar no sols s'utilitzen els músculs i els ossos, també es pensa, es sent, s'interpreta, es prenen decisions, es comunica i es relaciona. Aquest enfocament està canviant i actualment la vivència de les experiències emocionals, les relacions interpersonals i la relació amb el context han d'estar integrades en el procés d'ensenyament-aprenentatge. (Alonso, Gea i Yuste 2013)

Segons Koçak (2008), els jocs cooperatius són pràctiques molt adequades per a afavorir el desenvolupament de competències socials i la creació d'ambients positius en les classes d'EF. Com a resultat, aquestes activitats incorporen un enfocament més emocional i relacional que ajuda a millorar les habilitats socials. Metzler (2011) diferencia vuit models pedagògics diferents: introducció directa, sistema personalitzat d'ensenyament, aprenentatge cooperatiu, ensenyament entre iguals, ensenyament a través de preguntes, educació esportiva, ensenyament comprensiu i ensenyament de la responsabilitat personal i social. Els models pedagògics varien al llarg del temps segons les demandes de la societat i el context. Tradicionalment, el model més utilitzat ha estat el comandament directe, però la societat està canviant i els models evolucionen amb aquesta. Ara, l'aprenentatge cooperatiu està agafant més protagonisme.

Els jocs cooperatius es classifiquen en quatre característiques específiques, d'acord amb Orlick (1986): cooperació, acceptació, participació i diversió. Aquests no busquen l'alt rendiment en les institucions, es centren en la integració de tot l'estudiantat sense donar la major part d'importància a les seves capacitats físiques. Es basa en la col·laboració entre els i les estudiants per assolir un objectiu comú.

Segons diversos autors, l'aprenentatge cooperatiu ofereix els següents avantatges:

- Augmenten les conductes cooperatives espontànies (Orlick, McNally i O'Hara, 1978)
- Redueixen els comportaments agressius de l'estudiant (Garaigordobil i Fagoaga, 2006)
- Incrementen la participació activa de l'estudiantat amb discapacitat i promou la seva inclusió (Lavega, Planas i Ruiz, 2014)

- Faciliten una major acceptació dels companys i una disminució dels rebutjos (Marín, 2007).

Com s'ha mencionat anteriorment, un dels avantatges dels esports cooperatius és l'augment de conductes cooperatives. Aquesta és una característica molt important, ja que, actualment la societat està acostumada a actuar de manera individual, però la feina en grup és una manera d'obrar molt valuosa, que posa a prova la col·laboració i el respecte. D'aquesta manera, s'aconseguirà formar a l'estudiantat, en caire físic, mental i social. Aquest treball es basarà en el model d'aprenentatge cooperatiu, ja que els esports i jocs proposats per la proposta didàctica fomenten la cooperació.

La unitat didàctica es presentarà a 4t d'ESO, on la major part de l'estudiantat té entre 14 i 15 anys. Durant aquests anys s'inicia l'adolescència mitjana, etapa en la qual els i les adolescents tenen més independència i s'apropen a l'etapa adulta on comencen a formar la seva identitat i desenvolupar les seves pròpies opinions. A més, els joves prenen consciència dels seus estats afectius i de l'efecte que poden tenir les manifestacions d'aquests, per tant, és fonamental que durant aquesta etapa puguin establir relacions interpersonals de qualitat i aconseguir un control emocional en les situacions conflictives. Per tant, és important que l'estudiantat de 4t d'ESO desenvolupi les competències emocionals, creant així un ambient de joc saludable i inclusiu.

A Espanya, els jocs i esports alternatius apareixen l'any 1980, relacionats amb el concepte "Sport for all", que posteriorment es va traslladar a l'àmbit educatiu. Barber (2000) defineix l'esport alternatiu com aquell que es diferencia del convencional, ja sigui per l'ús d'un material diferent o bé es produeix una adaptació que el canvia de com va ser plantejat a l'origen. Carrera (2016) descriu que molts dels esports alternatius poden haver sorgit com una evolució o adaptació dels esports convencionals.

L'esport a l'EF es sol orientar a la competició, on l'estudiantat es pot sentir exclòs per no tenir les mateixes capacitats o habilitats que els altres companys/es. Els esports alternatius lluiten per posar fi a la discriminació durant el joc, ja que respecta a l'individu en la interacció amb els altres, potència la comunicació entre iguals i crea un entorn adequat per a l'extrapolació de les habilitats en nous contextos. Es basa en la igualtat, on la diversitat és un valor en alça que cohesiona al grup i ofereix majors possibilitats d'aprenentatge. És molt important que es respectin les diferències, es promourà la diversitat de cossos, gènere, ètnia i sexualitat.

La matèria d'EF canvia l'aula tradicional per un espai obert com un poliesportiu o pistes exteriors. A més, aquesta assignatura promou el moviment de cos, ensenya a tenir una vida activa, millora l'autoestima, fomenta l'expressió corporal, augmenta la creativitat i disminueix l'estrès. Per aquesta

raó l'EF té un caràcter diferent, ja que l'objectiu és l'aprenentatge de l'experiència tant cognitiva com motriu, social, emocional i afectiva.

MARC TEÒRIC

Aquest treball es basarà en la pràctica d'esports alternatius. Per tant, per contextualitzar el concepte d'esport, és important saber quines han sigut les seves definicions al llarg dels temps:

- García Ferrando (1990) aporta que l'esport és “una activitat física i intel·lectual, humana, de naturalesa competitiva i governada per regles institucionalitzades”.
- Romero Granados (2001) detalla que és “qualsevol activitat, organitzada o no, que impliqui moviment mitjançant el joc a fi de superació o de victòria a títol individual o de grup”.
- Omeñaca (2012) ho defineix com: Tota classe d'activitat motriu, estructurada, organitzada, codificada en forma de competició, amb metes ben definides i regida per regles específiques, on es destaquen l'esforç intens, l'ús de destreses tècniques relativament complexes, la posada en joc del pensament tàctic i l'aplicació d'estratègies, amb la finalitat d'aconseguir un rendiment reeixit mitjançant la demostració d'aptituds, la superació d'adversaris en competició o en l'enfrontament als elements no humans de la situació.

Segons Omeñaca (2004, citat per Gómez Palacios, 2016), l'esport té diferents orientacions segons l'objectiu que tingui. En específic, l'esport educatiu té com a fi el desenvolupament integral de l'estudiantat. Dins d'aquesta categoria se li atorga vital importància a la capacitat de crear activitats adaptades a les diferents capacitats motrius de cadascú, així com la necessitat de treballar la diversitat, augmentant la seva motivació i formació perquè progressin. L'esport educatiu serà aquella orientació de la qual es parlarà al llarg d'aquest treball, ja que la unitat didàctica proposada es plantejarà en un context educatiu per 4t d'ESO. Hi ha nombrosos tipus d'esports, però s'utilitzaran els esports i jocs alternatius.

Hernández (2007) detalla que els esports alternatius són “el conjunt d'esports que, en contraposició amb els models convencionals, pretenen aconseguir un major caràcter participatiu i/o un explícit desenvolupament de valors socials, a través de modificacions reglamentàries i/o la utilització de material nou”. Sancho (2021) va descriure que l'objectiu principal d'aquests esports està en la diversió, la participació i l'educació, lliure de qualsevol aspecte competitiu o d'alt rendiment.

Hita (2018) va detallar quines són les diferències entre els esports convencionals i els alternatius. Explicant que en aquests últims no tenen com a objectiu el màxim rendiment i la victòria, preval la participació de tots/es i els valors socials, proporciona una gran motivació a l'estudiantat i estan basats

en la idea d'esport per a tots/es. També remarca que en els esports alternatius les exigències tècniques són mínimes i el seu reglament ajuda a fomentar la coeducació i la cooperació, a diferència dels esports convencionals.

En les últimes dècades, el professorat d'EF ha incorporat activitats no convencionals que han ajudat a canviar la tendència a educar amb una única orientació esportiva, afavorint així la implicació de noves perspectives de desenvolupament (Hernández, 2007). Així doncs, els esports alternatius estan entrant en força a l'EF, ja que és una proposta innovadora que augmenta la motivació de l'estudiantat sortint del plantejament de les classes convencionals. Ntoumanis (2005) afirma que els estudiants motivats tendeixen a divertir-se, suposant una major participació en classes d'EF i, fins i tot, una major pràctica d'activitat física en el seu temps lliure. Per aquestes raons, és fonamental augmentar la motivació a classe.

Els esports alternatius ofereixen molts beneficis, segons Hita (2018) els avantatges són: més homogeneïtat amb el nivell, coeducació en grups mixtes, prioritjació de la cooperació abans que la competició i la utilització de materials més econòmics. També comenta que les regles i les condicions del joc són de fàcil adaptació perquè es solen adaptar al context i que l'esport s'inicia amb facilitat perquè les habilitats bàsiques són fàcils d'aprendre. Finalment, és important destacar que aquest esport permet el treball de manera interdisciplinària amb temes de gran importància com la igualtat d'oportunitats, la coeducació i l'educació ambiental.

Els conflictes interpersonals tenen una gran presència a les escoles i els instituts, però més enllà de considerar-ho una situació negativa que s'ha d'evitar, es poden construir relacions positives que permetin educar la convivència en l'estudiantat. Cal destacar que, segons Sáez de Ocáriz, Lavega, i March, (2013) la Unió Europea estableix com a política prioritària l'educació de la convivència escolar. A més, s'ha constatat que els estudiants socialment competents mostren nivells adequats de raonament moral, així com d'intel·ligència intrapersonal i interpersonal, necessàries per a una correcta adaptació a la realitat tant social com laboral (Durán Aponte i Durán García, 2012; Led i Quera, 2007).

Durant els jocs i activitats motrius, es desenvolupen moltes relacions i de tipus diverses. Segons el tipus d'interacció, Parlebàs (2001) explica que les experiències es classifiquen en: jocs psicomotors, jocs de cooperació, jocs d'oposició i jocs de cooperació-oposició. En l'actualitat el joc cooperatiu és considerat un excel·lent recurs per a promoure, no sols aprenentatges motors, sinó també socials (Street, Hoppe, Kingsbury, i Dt., 2004). L'aprenentatge cooperatiu és una metodologia educativa, en els quals l'estudiantat treballa conjuntament, compartint informació i recursos, per a millorar el seu propi

aprenentatge i, al mateix temps, el dels seus companys/es (Johnson i Johnson, 1999; Velázquez, 2010). Per tant, hi ha tres característiques imprescindibles: treball en grup, corresponsabilitat en l'aprenentatge i assoliment individual.

Els jocs cooperatius fomenten a més el “fair play”, que traduït al català significa joc net. El fair play es defineix com les actituds respectuoses cap a les regles i el joc. És a dir, és un conjunt de comportaments que resulten en una vivència respectuosa amb els adversaris, els companys, els espectadors, els àrbitres i tots els agents que intervenen en la pràctica esportiva. Així, la pràctica sota un model de joc net hauria de ser un escenari potent per a la construcció d'un esport saludable, i una oportunitat per a adquirir actituds de respecte cap als altres. (Valter Pinheiro, 2013).

Hi ha cinc elements clau de l'aprenentatge cooperatiu segons Johnson i Johnson (1999) que són: interdependència positiva, responsabilitat individual, interacció promotora, habilitats interpersonals i en petit grup i processament grupal o autoavaluació. Per aconseguir aquesta cooperació interpersonal, la inclusió entre ells i elles i una perspectiva de “fair play”, l'estudiantat jugarà a tres esports inclusivament diferents, que seran el Datchball, el Dins Fora Surt i Pinfuvote.

OBJECTIUS DEL TREBALL

GENERAL

- Dissenyar una Unitat Didàctica basada en els esports alternatius per fomentar la inclusió per l'estudiantat de 4t d'ESO.

ESPECÍFICS

1. Descriure els beneficis dels esports alternatius (datchball, dins fora surt i pinfuvote) en la cooperació, la inclusió, comunicació i el fair play.
2. Passar a l'estudiantat una enquesta validada per avaluar la motivació d'ells i elles al llarg de la Unitat didàctica.

PROPOSTA D'INTERVENCIÓ DIDÀCTICA

PRESENTACIÓ DE LA PROPOSTA

Cada vegada els professors i professores d'EF van incorporant més activitats alternatives que ajuden a canviar l'enfocament, implicant així noves perspectives de desenvolupament. Els esports escollits seran els alternatius, ja que aquests tenen un major caràcter participatiu i ajuden a desenvolupar els valors socials.

La Unitat didàctica es realitzarà durant el primer trimestre del curs 2023-2024 i estarà formada per 9 sessions, distribuïdes en més de quatre setmanes. A més, està ideada per l'estudiantat de 4t d'ESO de l'IES Josep Vilaplana (Vinaròs) perquè, segons la Conselleria d'educació, cultura i esport de la Comunitat Valenciana, un dels sabers bàsics en aquest curs és tenir autonomia emocional, aprenent estratègies de resolució de conflictes. Per tant, mitjançant els esports alternatius que fomenten la cooperació i comunicació entre l'estudiantat, es podrà treballar aquest saber bàsic. A més, en aquesta edat els i les adolescents formen la seva identitat i és important tenir control emocional en situacions de conflicte i establir relacions interpersonals que siguin de qualitat.

El primer esport alternatiu que es treballarà és el Datchball. Segons l'Associació Internacional de Datchball, es considera un esport de pista dividida en el qual competeixen dos equips, on l'objectiu és eliminar els jugadors de l'equip contrari mitjançant el llançament de les tres pilotes de joc. Quan un jugador és copejat i la pilota toca a terra el jugador és eliminat, però aquest es podrà salvar quan un company/a agafa la pilota al vol en un tir directe. Guanyarà l'equip que aconsegueix eliminar tots els contraris. És una adaptació de la pilota presonera, sent un esport molt dinàmic i participatiu, en què es fomenten valors com la companyia, la integració, el respecte.

Seguidament, es jugarà a una adaptació poc coneguda del beisbol anomenada el Dins Fora Surt. En aquest joc, tot l'equip atacant es situarà a un extrem de la pista, dins de la gran base. El joc comença quan un dels atacants colpeja amb la mà la pilota, de baix a dalt, intentant que no caigui fora dels límits del terreny de joc i que sigui difícil d'atrapar pels defensors. Els atacants sortiran de la base inicial pel recorregut intentant completar-ho i podran aturar-se en qualsevol de les bases, on estaran fora de perill. Poden acumular-se diversos jugadors a la mateixa base petita, excepte a la primera. Hi ha dues possibilitats de fer canvi de rol, la primera és en cas que un corredor sigui tocat fora de les bases pels defensors i la segona serà si els defensors agafen la pilota a l'aire. L'equip atacant obtindrà un punt per cada corredor que completi una volta i guanyarà l'equip que finalitzi amb més punts.

Finalment s'utilitzarà el pinfuvote, una adaptació de 4 esports, com ho són el Ping-Pong, futbol, voleibol i tenis. El joc consisteix a enviar la pilota al camp contrari perquè aquest toqui dues vegades consecutives el terra, o que el contrincant no sigui capaç de tornar-la per aconseguir marcar un punt a l'equip contrari. La pilota es pot copejar amb qualsevol part del cos i hi ha llibertat de moviment a les zones, però sense envair la zona contrària. Els i les jugadores poden tocar màxim tres vegades la pilota per tres jugadors/es diferents, ja que l'objectiu és incloure tot l'estudiantat al joc. La puntuació és igual que en voleibol, jugant-se a 3 sets el partit de 25 punts cadascun. Al Pinfuvote hi ha una jugada de tres punts anomenada tripin, que consisteix a tocar la pilota tres vegades per tres jugadors diferents del mateix equip i amb una part del cos diferent cadascun (mans, peus i cap).

Les eines d'avaluació donaran molta importància a la inclusió de l'estudiantat, la cooperació entre ells i elles i el fair play durant les sessions. Promovent així una pràctica esportiva saludable, el treball en equip, un ambient respectuós i la millora de les habilitats socials de l'estudiantat.

En conclusió, l'objectiu que es pretén aconseguir mitjançant aquest projecte d'innovació educativa serà dissenyar una Unitat Didàctica basada en els esports alternatius per fomentar la inclusió, la cooperació i el fair play per l'estudiantat de 4t d'ESO.

CONTEXTUALITZACIÓ DE LA PROPOSTA.

Marc legislatiu

A nivell estatal, aquest treball complirà amb dues lleis. Per una banda la Llei orgànica 3/2020 de 29 de desembre (LOMLOE), per la qual es modifica la Llei orgànica 2/2006 de 3 de maig, d'educació. La seva finalitat és millorar les oportunitats educatives i formatives de tota la població, contribuint a la millora dels resultats educatius, i satisfent la demanda generalitzada d'una educació de qualitat per a tots. Per altra banda, i més específicament en l'àmbit de l'Educació Secundària Obligatòria, el Reial decret 217/2022, de 29 de març, pel qual s'estableix l'ordenació i els ensenyaments mínims de l'Educació Secundària Obligatòria.

En l'àmbit autonòmic, es basarà en el DECRET 107/2022, de 5 d'agost, del Consell, pel qual s'estableix l'ordenació i el currículum d'Educació Secundària Obligatòria. A més, seguirà el DECRET 195/2022, d'11 de novembre, del Consell, d'igualtat i convivència en el sistema educatiu valencià. Dins del marc legislatiu, també es recull el Reial Decret 217/2022, de 29 de març, pel qual s'estableix l'ordenació i les ensenyances mínimes de l'Educació Secundària Obligatòria. Finalment, el Decret 51/2018, de 27 d'abril, del Consell, pel qual es modifica el Decret 87/2015, pel qual estableix el currículum i desenvolupa l'ordenació general de l'ESO i del batxillerat a la Comunitat Valenciana.

Context educatiu

La UD es portarà a terme a l'IES Josep Vilaplana, un Institut públic d'Educació Secundària Obligatoria de Vinaròs (Castelló), en un poble de la costa amb 28.833 habitants. És un dels tres instituts totals que hi ha a la població, assumint l'educació d'aproximadament 1/3 del jovent del poble, afegint-hi també alguns estudiants de les 3 localitats més properes. És un Institut públic i inclusiu, per tant, la situació econòmica no és un factor determinant per a entrar a aquesta institució, ja que està a disposició de tothom. També està adaptat per qualsevol persona amb diversitat o amb dificultats.

La filosofia pedagògica del centre és brindar a l'estudiantat una educació integral que inclogui els aspectes de formació moral, física, emocional i intel·lectual. També enfortir l'adquisició de valors i la pràctica de les mateixes dins i fora de la institució i per últim despertar l'interès per la Ciència, la Investigació i la Innovació.

L'institut disposa de 3 edificis, amb dues plantes cadascú amb més de cent classes per l'estudiantat. El departament d'EF compta amb un pavelló i dues pistes exteriors. Al pavelló hi ha dos magatzems per guardar el material, dos vestuaris i tres banys.

Població

El centre té 790 estudiants i un total de 54 professors/es incloent els càrrecs de directora, cap d'estudis, secretari, coordinadora pedagògica i psicopedagoga. Les famílies que formen part de l'AMPA col·laboren en diversos aspectes com els serveis extraescolars, la biblioteca i el material didàctic.

Hi ha 4 classes de quart d'ESO, i estan diferenciades des del grup A fins al D, durant aquest curs la major part de l'estudiantat té entre 14 i 15 anys. La classe escollida per aquesta Unitat està formada per 30 estudiants, 12 dels quals són nois i 18 són noies. Tots i totes les estudiants són del país, a excepció d'una alumna estrangera de Turquia que durant el curs de 2n d'ESO es va incorporar al grup. A més, hi ha un estudiant diagnosticat amb TDAH (trastorn per dèficit d'atenció i hiperactivitat) des de l'any 2008.

Cada alumne presenta unes necessitats diferents, tot i ser un grup força homogeni. Hi ha una clara diversitat a l'aula i, per tant, les capacitats de l'estudiantat per a l'aprenentatge són individuals a cadascú. En resum, és un grup profitós pel que fa a experiència d'aprenentatge, inclusió i cooperació.

INTERVENCIÓ A L'AULA

Competències i objectius didàctics

La Conselleria d'educació, cultura i esport de la Generalitat Valenciana divideix les competències bàsiques de l'àmbit de l'educació física en 5 tipus, aquesta Unitat Didàctica compleix 3 de les 5 competències específiques, que són:

- CE1: Integrar un estil de vida actiu mitjançant la pràctica de l'activitat física i esportiva autoregulada i l'establiment de connexions entre els hàbits de comportament quotidians i el benestar físic i mental.
- CE2: Resoldre amb èxit diferents reptes i situacions motrius a través de propostes físiques i esportives específiques aplicant les tècniques, tàctiques i estratègies de joc adequades.
- CE5: Seleccionar i fer un ús crític i segur de les tecnologies de la informació i la comunicació com a facilitadores de l'activitat física i d'una vida activa i saludable.

Els objectius didàctics d'aquesta unitat seran:

- Familiaritzar-se amb els esports alternatius.
- Conèixer el reglament i la dinàmica de joc del Datchball, Dins Fora Surt i Pinfuvote.
- Aprendre a cooperar amb l'equip.
- Fomentar la inclusió entre l'estudiantat.
- Promoure el respecte cap a tots els elements de la pràctica esportiva mitjançant el fair play.
- Augmentar la motivació de l'estudiantat mitjançant esports no tradicionals.

Competències clau, sabers bàsics i continguts didàctics

A continuació es mostra una taula amb les competències clau i la seva relació amb les competències específiques de l'EF segons la Generalitat Valenciana. En ella es remarca aquelles competències incloses en la Unitat (Taula 1).

COMPETÈNCIES CLAU	COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES				
	CE1	CE2	CE3	CE4	CE5
CCL: Competència en comunicació lingüística					
CP: Competència plurilingüe					
CMCT: Competència matemàtica i competència en ciència, tecnologia i enginyeria					
CD: Competència digital					
CPSAA: Competència personal, social i d'aprendre a aprendre					
CC: Competència ciutadana					
CEm: Competència emprenedora					
CCEC: Competència en consciència i expressió cultural					

Taula 1. Relació competències clau i específiques. Disseny propi.

La Conselleria d'educació, cultura i esport de la Generalitat Valenciana diferencia 6 blocs de sabers bàsics que es divideixen en subblocs, els sabers bàsics que es treballaran en aquesta programació seran:

- Bloc 3. Resolució de problemes en situacions motrius, relacionat amb les competències 1, 2 i 5
 - 3.1. Capacitats condicionals:
 - Activitats i jocs de resistència aeròbica, força general i flexibilitat.
 - Exercicis específics de resistència, tonificació i flexibilitat (ROM).
 - 3.2. Jocs i esports:
 - Col·lectius.
 - Adversari.
 - Fonaments tècnics esportius.
 - Fonaments tàctics esportius.
 - Pensament estratègic.
- Bloc 4. Autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius, relacionat amb les competències 1 i 3.
 - 4.1. Habilitats socials:
 - Estratègies de resolució de conflictes: autonomia emocional.
 - 4.2. Gestió emocional:

- L'estrès.
- 4.3. El cos com a element comunicatiu:
 - La comunicació no verbal conscient i inconscient.
 - Contextualitzacions de la comunicació corporal en la vida quotidiana.

Els continguts didàctics d'aquesta unitat es basaran en activitats dels diferents esports alternatius escollits. El primer esport serà el Datchball, que és una adaptació del famós joc "el cementeri". El següent esport s'anomena Dins Fora Surt que s'assembla al beisbol però amb modificacions per fer-lo més accessible per tothom. Finalment jugaran al pinfuvote, que es tracta d'una adaptació del voleibol. Mitjançant els exercicis proposats, al final de la programació, l'estudiantat coneixerà el reglament, la tècnica i la tàctica dels esports i comprendran la dinàmica de joc de cadascú. A més, aprendran a jugar amb una perspectiva inclusiva, cooperativa i mitjançant el joc net.

Metodologia

L'estratègia durant la pràctica serà mixta, ja que com diu la Federación de Enseñanza de Comisiones Obreras de Andalucía, consisteix en combinar les dues estratègies, globals i analítiques, tractant de treure el que és positiu de cadascuna. La metodologia analítica es basarà en la divisió de les tasques en parts per facilitar el procés d'aprenentatge de la tècnica. Però també es treballarà globalment, perquè es faran tasques en conjunt, com per exemple partits.

Les tècniques d'ensenyament es basaran en 5 tipus d'activitats:

- Assignació de Tasques: el o la docent planifica i proposa les tasques i l'alumne/a les fa de manera individual.
- Treball per grups: es formen subgrups de forma homogènia.
- Ensenyament Recíproc: ensenyament per parelles on un observa i un altre executa i viceversa.
- Grups reduïts: el mateix que a l'ensenyament recíproc però amb grups de 3 a 5 alumnes.
- Resolució de problemes: el docent planteja l'activitat i l'estudiantat cerca solucions.

A més, la metodologia educativa escollida serà l'aprenentatge cooperatiu, perquè es duran a terme activitats grupals en les quals hauran de cooperar tots/es els integrants del grup. Les activitats proposades seran tant individuals com col·lectives. Treballaran individualment per familiaritzar-se amb la tècnica. Però sobretot el treball serà en equip, perquè els esports escollits són col·lectius i, per tant, serà important practicar la cooperació entre els i les joves.

També es farà ús de les eines TIC (tecnologies de la informació i comunicació) per contestar les enquestes de motivació (annex 2), perquè per poder fer-ho l'estudiantat necessitarà accés a Internet.

Aspectes organitzatius

La Unitat Didàctica es realitzarà, sempre que les condicions meteorològiques ho permetin, a una de les dues pistes exteriors de 28x15m. Segons el nombre de partits, aquesta pista es dividirà en diferents zones mitjançant cons i també s'utilitzaran les línies ja marcades al camp per delimitar els espais. Si les condicions meteorològiques no permeten portar a cap la classe a l'exterior, en totes les sessions es poden adaptar les activitats per realitzar-les dins del pavelló poliesportiu.

Quan l'estudiantat s'organitzi en grups, aquests es faran segons les agrupacions proposades pel docent i així aconseguir equips mixtes, heterogenis i evitar el sentiment d'exclusió. Les classes tindran una durada de 55 minuts i s'intentarà aprofitar tot aquest temps per realitzar les tres parts de la sessió, part inicial, part principal i tornada a la calma.

A més, per poder portar a cap aquesta Unitat Didàctica, els i les docents hauran de dur a terme una petita formació de tres dies. Els esports alternatius són esports emergents molt poc coneguts, per tant, per poder conèixer la dinàmica i el reglament de cadascun serà necessari l'aprenentatge d'aquests.

Recursos

Per la realització d'aquesta Unitat Didàctica, serà necessària la disposició dels recursos materials, espacials i humans, explicats en la següent taula (taula 2). Els recursos materials seran tots aquells elements emprats per les activitats proposades durant les sessions. Els recursos espacials consisteixen sobretot en la utilització de la pista exterior, però també la possibilitat de fer servir el pavelló poliesportiu si les condicions meteorològiques ho requereixen. Finalment, seran necessaris l'estudiantat i el/la docent que impartirà les sessions.

RECURSOS NECESARIS PER LA UNITAT	
Materials	10 cèrcols grans
	15 pilotes de tenis
	Cons de disc plans
	2 Xarxes a 1.07m del sòl
	15 Pilotes de goma-espuma
	Cronòmetre
	Tablet electrònica per registrar rúbriques
	30 Fitxes per completar les coavaluacions
Espaials	1 pista exterior
	1 pavelló poliesportiu
Humans	30 estudiants
	1 professor/a

Taula 2. Recursos necessaris per a la unitat. Disseny propi.

Cronograma de la intervenció a l'aula

La Unitat Didàctica es situa en l'any 2023-2024, des del mes de setembre fins a juny. En aquest curs es realitzaran 10 Unitats Didàctiques diferents repartides en 10 mesos, organitzades segons la següent taula (Taula 3). En concret, la unitat treballada és la número 2, anomenada "Coneix i aprèn amb els esports alternatius".

ANY	2023															
TRIMESTRES	1r															
MESOS	Septembre				Octubre				Novembre				Desembre			
SETMANES	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
UD	UD 1				UD 2				UD 3				UD 4			

ANY	2024																											
TRIMESTRES	2n										3r																	
MESOS	Gener				Febrer				Març				Abril				Maig				Juny							
SETMANES	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
UD	UD 5				UD 6				UD 7				UD 8				UD 9				UD 10							

Taula 3. Organització de les Unitats Didàctiques 2023-2024. Disseny propi.

Com indica la Taula 3, la Unitat Didàctica 2 es durà a terme durant el primer trimestre del curs 2023-2024, des d'octubre fins a novembre. Estarà formada per 9 sessions, distribuïdes en més de quatre setmanes, ja que segons la LOMLOE l'estudiantat de 4t d'ESO de la Comunitat Valenciana al curs 2023-2024 tindran dues classes setmanals d'EF. Practicaran 3 esports alternatius, per tant, cada esport es

realitzarà durant tres classes. A l'última sessió de cada esport, l'estudiantat competirà i el docent avaluà a cadascú mitjançant una rúbrica d'avaluació (annex 1). A més, a la sessió final completaran una eina de coavaluació (annex 3) per avaluar als seus companys i companyes. Al final d'aquesta unitat, els i les joves contestaran un qüestionari de motivació per comprovar l'interès durant les sessions (annex 2). La taula següent (Taula 4) mostra l'organització de les sessions i les eines d'avaluació de la Unitat Didàctica 2.

CURS 2023-2024																																								
TRIMESTRE	1r trimestre																																							
MESOS	Octubre														Novembre																									
SETMANES	Setmana 1				Setmana 2				Setmana 3				Setmana 4				Setmana 1			Setmana 2			Setmana 3			Setmana 4														
DIES	Dil	Dm	Dx	Dj	Dv	Dil	Dm	Dx	Dj	Dv	Dil	Dm	Dx	Dj	Dv	Dil	Dm	Dx	Dj	Dv	Dil	Dm	Dx	Dj	Dv	Dil	Dm	Dx	Dj	Dv	Dil	Dm	Dx	Dj	Dv	Dil	Dm	Dx	Dj	Dv
UNITAT DIDÀCTICA - 2																																								
DATCHBALL																																								
Sessions																																								
PINFUVOTE																																								
Sessions																																								
DINS FORA I SURT																																								
Sessions																																								
AVALUACIÓ																																								
Rúbrica d'avaució																																								
Coavaució																																								
Enquesta de motivació																																								

Taula 4. Cronograma d'intervenció a l'aula. Disseny propi.

L'estudiantat de 4t ESO B tenen classe d'EF dilluns i dijous, aquest serà el seu horari:

HORARI 4T ESO B					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
7:50 - 8:45					
8:45 - 9:40	EF				
9:40 - 10:35					
10:35 - 11:00	DESCANS				
11:00 - 11:55				EF	
11:55 - 12:50					
12:50 - 13:05	DESCANS				
13:05 - 14:00					
14:00 - 14:55		X		X	X

Taula 5. Horari 4t d'ESO. Disseny propi.

Activitats d'Ensenyament-Aprenentatge

En la Unitat Didàctica desenvolupada s'organitzen els continguts en funció de la complexitat, ja que primerament es treballen tasques més senzilles i després les més complexes. D'aquesta manera, la primera sessió es basa en la iniciació esportiva i està orientada a desenvolupar les habilitats físiques i tècniques fonamentals de cada esport alternatiu i els valors que fomenta. A més, s'explicaran les regles bàsiques del joc. La segona sessió tindrà com a objectiu dominar la dinàmica dels esports i es faran partits en situació real per millorar les relacions entre l'estudiantat i el treball en equip entre aquests. Durant aquestes dues sessions es podran fer preguntes al docent sobre el reglament. En l'última sessió es faran competicions i s'avaluarà a cadascú mitjançant una rúbrica d'avaluació (annex 1). Aquesta eina tindrà en compte aspectes més enllà de la tècnica o la tàctica, ja que es donarà pes a la comunicació, el fair play i la participació. Al llarg d'aquesta última sessió el/la docent no podrà respondre als dubtes sobre el joc, perquè es suposa l'aprenentatge d'aquests.

En la següent taula (Taula 6), s'exposa la seqüenciació de la Unitat Didàctica amb un resum de l'objectiu principal, l'organització i l'eina d'avaluació de cadascuna de les sessions d'aquesta.

SEQÜÈNCIA DIDÀCTICA					
Sessió	Esport	Nom	Objectiu principal	Organització	Eina d'avaluació
1	Datchball	Introducció al Datchball	Conèixer l'esport	Parelles i tríos	--
2		Perfeccionant el Datchball	Practicar les partides en situació real per l'avaluació de la sessió posterior	Trios i grups	--
3		Competició de Datchball	Dur a terme els continguts tècnics-tàctics en situació real de joc.	Grups	Rúbrica, coavaluació
4	Pinfuvote	Introducció al Pinfuvote	Conèixer l'esport	Individual i tríos	--
5		Perfeccionant el Pinfuvote	Practicar les partides en situació real per l'avaluació de la sessió posterior	Parelles i grups	--
6		Competició de Pinfuvote	Dur a terme els continguts tècnics-tàctics en situació real de joc.	Grups	Rúbrica, coavaluació
7	Dins Fora Surt	Introducció al Dins Fora Surt	Conèixer l'esport	Parelles i grups	--
8		Perfeccionant el Dins Fora Surt	Practicar les partides en situació real per l'avaluació de la sessió posterior	Parelles i grups	--
9		Competició de Dins Fora Surt	Dur a terme els continguts tècnics-tàctics en situació real de joc.	Grups	Rúbrica, coavaluació, enquesta motivació

Taula 6. Seqüència didàctica. Disseny propi.

Desenvolupament de les sessions

Pel que fa al desenvolupament de les sessions de la Unitat Didàctica 2, es fan un total de 9 sessions, on s'aprenen i es realitzen un total de tres esports alternatius diferents. A continuació, s'exposen les diferents sessions realitzades els dilluns i dijous. Tots els equips seran formats pel docent, perquè siguin homogenis. A continuació es mostra una descripció general de la UD (Taula 7).

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS	9 Sessions	1r trimestre: octubre-novembre	Curs: 4t d'ESO
<p>Justificació: Aquesta unitat didàctica, va dirigida als i les estudiants de 4t de l'ESO, ja que tenen més independència i s'apropen a l'etapa adulta on comencen a formar la seva identitat i desenvolupar les seves pròpies opinions.</p> <p>S'espera que coneguin i es familiaritzen amb els esports alternatius i fomentar així la inclusió de l'estudiantat i creant un ambient favorable i saludable per gaudir de l'activitat física.</p> <p>La proposta s'ha elaborat a partir del context d'una classe de 30 alumnes d'un centre educatiu ubicat a la ciutat de Vinaròs (Castelló), anomenat l'IES Josep Vilaplana. La UD estarà repartida en 9 sessions, on es dedicaran 3 classes per cada esport. S'utilitzarà una metodologia mixta, alguns dels exercicis es realitzaran en grups reduïts, sense deixar de banda aprendre a treballar en equip.</p>			
Competències específiques		Objectius didàctics	
<ul style="list-style-type: none"> - CE1: Integrar un estil de vida actiu mitjançant la pràctica de l'activitat física i esportiva autoregulada i l'establiment de connexions entre els hàbits de comportament quotidians i el benestar físic i mental. - CE2: Resoldre amb èxit diferents reptes i situacions motrius a través de propostes físiques i esportives específiques aplicant les tècniques, tàctiques i estratègies de joc adequades. - CE5: Seleccionar i fer un ús crític i segur de les tecnologies de la informació i la comunicació com a facilitadores de l'activitat física i d'una vida activa i saludable. 		<ul style="list-style-type: none"> - Familiaritzar-se amb els esports alternatius. - Conèixer el reglament i la dinàmica de joc del Datchball, Dins Fora Surt i Pinfuvote. - Aprendre a cooperar amb l'equip. - Fomentar la inclusió entre l'estudiantat. - Promoure el respecte cap a tots els elements de la pràctica esportiva mitjançant el fair play. - Augmentar la motivació de l'estudiantat mitjançant esports no tradicionals. 	
Competències clau		Sabers bàsics	
<ul style="list-style-type: none"> - CCL: Competència en comunicació lingüística - CP: Competència plurilingüe - CMCT: Competència matemàtica i competència en ciència, tecnologia i enginyeria - CD: Competència digital - CPSAA: Competència personal, social i d'aprendre a aprendre - CC: Competència ciutadana - CEm: Competència emprenedora - CCEC: Competència en consciència i expressió cultural 		<ul style="list-style-type: none"> - Resolució de problemes en situacions motrius <ul style="list-style-type: none"> - Capacitats condicionals: <ul style="list-style-type: none"> - Resistència aeròbica, força general i flexibilitat. - Resistència, tonificació i flexibilitat. - Jocs i esports: <ul style="list-style-type: none"> - Col·lectius. - Adversari. - Fonaments tècnics esportius. - Fonaments tàctics esportius. - Pensament estratègic. - Autoregulació emocional i interacció social en situacions motrius. <ul style="list-style-type: none"> - Habilitats socials: <ul style="list-style-type: none"> - Resolució de conflictes - Gestió emocional: <ul style="list-style-type: none"> - L'estrès. - El cos com a element comunicatiu: <ul style="list-style-type: none"> - La comunicació no verbal conscient i inconscient. - Comunicació corporal en la vida quotidiana. 	

Continguts específics de la UD	Eines d'avaluació	Transversalitat
<ul style="list-style-type: none"> - Sessió 1: Introducció al Datchball - Sessió 2: Perfeccionant el Datchball - Sessió 3: Competició de Datchball - Sessió 4: Introducció al Pinfuvote - Sessió 5: Perfeccionant el Pinfuvote - Sessió 6: Competició de Pinfuvote - Sessió 7: Introducció al Dins Fora Surt - Sessió 8: Perfeccionant el Dins Fora Surt - Sessió 9: Competició de Dins Fora Surt 	<ul style="list-style-type: none"> - Rúbrica d'avaluació - Coavaluació - Enquesta de motivació 	<ul style="list-style-type: none"> - Connexió amb la matèria d'informàtica - Matèria d'educació de valors cívics i ètics.
Mesures d'atenció a tot l'alumnat		
Mesures i suports universals	Mesures alumnes amb TDAH i estrangers	
<ul style="list-style-type: none"> - Flexibilitat del contingut d'aprenentatge - Aprenentatge col·laboratiu - Metodologia participativa per a resolució de conflictes - Integració de tot l'estudiantat en les sessions 	<p>Es seguiran els mateixos procediments explicats al final de l'apartat desenvolupament de les sessions.</p>	
Lesió ocasional / Sense Roba esportiva	Activitats d'ampliació o reforç	
<p>Els alumnes amb lesions de temps curt o que no portin roba esportiva i no puguin fer la sessió com els altres alumnes, hauran de participar activament d'una altra manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Apuntar les activitats de la sessió en un full amb diferents apartats diferenciats de la sessió. - Arbitrar partits i altres activitats que ho requereixin. - Reflexió de la classe per escrit i possibles millores. - Muntatge de les activitats i preparació de la classe. - Estiraments i altres activitats que siguin possibles segons les circumstàncies de cada alumne. 	<p>Ampliar el coneixement sobre la normativa dels esports visualitzant vídeos i pàgines web explicatives:</p> <ul style="list-style-type: none"> - https://www.datchball.com/club-deportivo-datchball/ - http://culturapopularmenorca.cat/continguts/?page_id=1579 - https://www.pinfuvote.net/el-juego/ 	
Mesures d'atenció a la diversitat	Perspectiva de gènere	
<ul style="list-style-type: none"> - Adaptacions a l'estudiantat que pugui tenir diversitat funcional / altres dificultats. - Grups heterogenis - La Unitat Didàctica es basa en els esports cooperatius, és a dir, serà important l'ajuda entre iguals. Per tant, l'estudiantat haurà de cooperar amb tots els integrants del seu equip sense important les característiques de cadascú. 	<ul style="list-style-type: none"> - Els grups de treball seran mixtes. - El rol de "líder" no seran sempre executats per nois, ja que els esports alternatius fomenten la participació i comunicació entre tots i totes. - Referents tant masculins com femenins, de diferents ètnies, sexualitat i identitat de gènere - Llenguatge no discriminatori, es dirigirà a l'estudiantat amb ambdós gèneres i no s'utilitzaran expressions sexistes o lgtbiòfobes. 	

Taula 7. Taula descriptiva general de la UD. Disseny propi.

En primer lloc, amb la sessió número 1 l'estudiantat coneixerà l'esport alternatiu anomenat Datchball. Primerament, se'ls explicarà les regles del joc i després començaran la pràctica mitjançant tasques de llançaments i recepcions, a més de partides amb modificació del reglament en grups reduïts de 3 persones.

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS		
SESSIÓ 1	Introducció al Datchball	
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes, ensenyament recíproc i grups reduïts	
CONTINGUTS	<ul style="list-style-type: none"> - Fonaments tècnics: llançament i recepcions - Familiarització amb el Datchball 	
OBJECTIUS	<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer l'esport Datchball - Millorar la tècnica de llançaments i recepcions - Entendre el reglament i la dinàmica de les partides de Datchball - Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip 	
MATERIAL	Pilotes de goma-espuma, cons de disc plans i cronòmetre	
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA
PART INICIAL		
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5 min
Seu a terra	Es reparteixen tres pilotes a tres estudiants diferents, aquests seran els responsables de llançar la pilota per intentar matar als seus companys/es. Els altres jugadors/es hauran de córrer pel camp esquivant els llançaments, però si els toca la pilota hauran de seure a terra. El joc acaba quan estiguin tots/es asseguts.	5 min
PART PRINCIPAL		
Explicació del reglament	El/la docent explicarà tot el reglament del Datchball als/les estudiants.	5 min
Llançaments i recepcions	Per parelles, un integrant a cada lateral. Una persona realitzarà un llançament, l'altra persona recepcionarà la pilota. Seguidament el receptor passarà a ser llançador i es repetirà el procés.	10 min
Partides modificades en grups reduïts	Es realitzaran partides de Datchball en grups de 3 persones amb una única pilota.	20 min
TORNADA A LA CALMA		
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca	
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i la importància d'ajudar-se entre els companys/es. Podran preguntar dubtes l'esport	5 min
TEMPS TOTAL:		55 min
OBSERVACIONS		
Durant aquesta sessió es podran formular preguntes al docent si hi ha qualsevol dubte sobre l'esport i el seu reglament.		
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes		

Taula 8. Fitxa de la sessió 1, UD 2. Disseny propi.

Durant la segona sessió (taula 9) l'estudiantat practicarà l'esport per preparar-se per l'avaluació pràctica de la següent sessió. Realitzaran partides amb modificació del reglament en grups reduïts de 3 persones i seguidament partides en situació real.

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS		
SESSIÓ 2	Perfeccionant el Datchball	
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes, grups reduïts i treball en grup.	
CONTINGUTS	<ul style="list-style-type: none"> - Familiarització amb el Datchball - Situació real de joc 	
OBJECTIUS	<ul style="list-style-type: none"> - Practicar les partides en situació real per l'avaluació de la sessió posterior - Millorar la dinàmica durant les partides de Datchball - Entendre el reglament de les partides de Datchball - Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip 	
MATERIAL	Pilotes de goma-espuma, cons de disc plans i cronòmetre	
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA
PART INICIAL		
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5min
Seu a terra	Es reparteixen tres pilotes a tres estudiants diferents, aquests seran els responsables de llançar la pilota per intentar matar als seus companys/es. Els altres jugadors/es hauran de córrer pel camp esquivant els llançaments, però si els toca la pilota hauran de seure a terra. El joc acaba quan estiguin tots/es asseguts.	5 min
PART PRINCIPAL		
Repàs del reglament	El/la docent farà un resum del reglament del Datchball als/les estudiants.	5 min
Partides modificades en grups reduïts	Es realitzaran partides de Datchball en grups de 3 persones amb una única pilota. Hi haurà 3 partits jugant, és a dir, 6 grups. El grup que perd la partida sortirà del camp i entrarà a jugar un dels grups que esperarà fora del camp.	10 min
Partides en situació real	Els/les estudiants es repartiran en grups de 5 persones (grups homogenis organitzats per la/el docent). Hi haurà 6 partides alhora, on 6 grups competiran amb 3 pilotes cadascun. Es jugaran situacions reals per practicar per l'avaluació final.	20 min
TORNADA A LA CALMA		
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca	
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i la importància d'ajudar-se entre els companys/es. Podran preguntar dubtes l'esport	5 min
TEMPS TOTAL:		55 min
OBSERVACIONS		
Durant aquesta sessió es podran formular preguntes al docent si hi ha qualsevol dubte sobre l'esport i el seu reglament.		
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes		

Taula 9. Fitxa de la sessió 2, UD 2. Disseny propi.

En l'última sessió del Datchball, sessió número 3 (taula 10), es posarà en pràctica tot el que han après a les sessions anteriors per realitzar una situació de joc real. Es jugaran dues partides de Datchball amb grups de 5 persones, alhora el/la docent avaluarà les partides mitjançant la rúbrica (annex 1) i els grups que esperin fora del camp hauran de respondre l'enquesta de coavaluació (Annex 3).

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS		
SESSIÓ 3	Competició de Datchball	
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes i treball en grup	
CONTINGUTS	- Situació real de joc	
OBJECTIUS	- Dur a terme els continguts tècnics-tàctics en situació real de joc.	
	- Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip	
MATERIAL	Pilotes de goma-espuma, cons de disc plans i cronòmetre	
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA
PART INICIAL		
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5min
Seu a terra	Es reparteixen tres pilotes a tres estudiants diferents, aquests seran els responsables de llançar la pilota per intentar matar als seus companys/es. Els altres jugadors/es hauran de córrer pel camp esquivant els llançaments, però si els toca la pilota hauran de seure a terra. El joc acaba quan estiguin tots/es asseguts.	5 min
PART PRINCIPAL		
Partides d'avaluació	Es realitzaran dues partides de Datchball amb els grups de 5 persones de la sessió anterior. 4 grups competiran als camps respectant el reglament, però sense poder preguntar al docent. Cada partida tindrà la durada de 5 minuts, quan el temps s'esgoti entraran a jugar nous equips escollits per la/el docent. El/la docent avaluarà les partides mitjançant la rúbrica i alhora, els grups que esperin fora del camp hauran de respondre l'enquesta de coavaluació.	35 min
TORNADA A LA CALMA		
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca	
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i dels valors que han après amb aquest esport	5 min
TEMPS TOTAL:		55 min
OBSERVACIONS		
Durant aquesta sessió no es podran formular preguntes al docent sobre l'esport i el seu reglament, ja que és un criteri de la rúbrica d'avaluació.		
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes		

Taula 10. Fitxa de la sessió 3, UD 2. Disseny propi.

En la primera sessió del Pinfuvote, quarta sessió (taula 11), l'estudiantat coneixerà l'esport. Primerament, se'ls explicarà el reglament del joc i després començaran la pràctica mitjançant tasques d'un contra un i de tres contra tres. En aquest últim exercici tots/es els integrants hauran de tocar la pilota per comptabilitzar punts, i així fomentar la col·laboració i inclusió que seran necessaris per a l'esport.

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS			
SESSIÓ 4	Introducció al Pinfuvote		
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes, ensenyament recíproc i grups reduïts		
CONTINGUTS	- Familiarització amb el Pinfuvote		
OBJECTIUS	- Conèixer l'esport Pinfuvote		
	- Millorar la tècnica de l'esport		
	- Entendre el reglament i la dinàmica de les partides		
	- Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip		
MATERIAL	Cons de disc plans, pilotes de goma-espuma, xarxes a 1.07m del sòl i cronòmetre		
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA	
PART INICIAL			
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5min	
Canoners	Comencen enxampant dues persones, amb una pilota per a totes dues. El que té la pilota no es pot desplaçar i han d'intentar donar amb la pilota als altres companys. A qui li donin se'ls uneix com a canoner. Aquests 3 han d'intentar passar-se la pilota per donar-ne un altre més i així fins a enxampar a tots. Guanyarà l'últim a convertir-se en canoner.	5 min	
PART PRINCIPAL			
Explicació del reglament	El/la docent explicarà tot el reglament del Pinfuvote als/les estudiants.	5 min	
1 x 1	Col·locats per parelles dins d'un espai delimitat, practicaran l'esport amb la peculiaritat de poder donar dos tocs cada jugador/a.	10 min	
3 x 3 col·laboratiu	En grups de 3 persones, es jugarà un torneig a 7 punts on els perdedors són els que rotaran de camp. Els tres jugadors han de tocar la pilota a totes les accions de joc. En aquest cas, obtenen un punt si aconsegueixen que després del tercer toc, la pilota caigui a l'espai de joc de l'adversari.	20 min	
TORNADA A LA CALMA			
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min	
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca		
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i la importància d'ajudar-se entre els companys/es. Podran preguntar dubtes l'esport	5 min	
		TEMPS TOTAL:	55 min
OBSERVACIONS			
Durant aquesta sessió es podran formular preguntes al docent si hi ha qualsevol dubte sobre l'esport i el seu reglament.			
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes			

Taula 11. Fitxa de la sessió 4, UD 2. Disseny propi.

Durant aquesta quinta sessió (taula 12), realitzaran un joc anomenat “AEIOU” per perfeccionar la tècnica i la dinàmica durant els partits i la col·laboració entre els companys/es. A més, l'estudiantat farà partides en situació real per preparar-se per l'avaluació pràctica de la següent sessió.

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS		
SESSIÓ 5	Perfeccionant el Pinfuvote	
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes, grups reduïts i treball en grup	
CONTINGUTS	<ul style="list-style-type: none"> - Familiarització amb el Pinfuvote - Situació real de joc 	
OBJECTIUS	<ul style="list-style-type: none"> - Practicar les partides en situació real per l'avaluació de la sessió posterior - Millorar la dinàmica durant les partides - Entendre el reglament de les partides de Pinfuvote - Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip 	
MATERIAL	Cons de disc plans, pilotes de goma-espuma, xarxes a 1.07m del sòl i cronòmetre	
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA
PART INICIAL		
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5min
Canoners	Comencen enxampant dues persones, amb una pilota per a totes dues. El que té la pilota no es pot desplaçar i han d'intentar donar amb la pilota als altres companys. A qui li donin se'ls uneix com a canoner. Aquests 3 han d'intentar passar-se la pilota per donar-ne un altre més i així fins a enxampar a tots. Guanyarà l'últim a convertir-se en canoner.	5 min
PART PRINCIPAL		
Repàs del reglament	El/la docent farà un resum del reglament del Pinfuvote als/les estudiants.	5 min
AEIOU	En partides de 2x2 s'hauran de passar la pilota entre tots quatre sense que caigui o amb un sol bot i un toc per persona. A cada passada, el jugador/a dirà una vocal en ordre (a, e, i, o, u). Al participant que li toqui la U haurà de guanyar el punt en camp rival mitjançant un cop d'atac. L'equip que rep l'atac ha d'anticipar el copejament i preparar-se per defensar-lo, si aconsegueix defensar-lo, passarà la pilota a un altre company i començarà de nou el joc.	10 min
Partides en situació real	Els/les estudiants es repartiran en grups de 5 persones (grups homogenis organitzats per la/el docent). Hi haurà 6 partides alhora, on 6 grups competiran. Es jugaran situacions reals per practicar per l'avaluació final.	20 min
TORNADA A LA CALMA		
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca	
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i la importància d'ajudar-se entre els companys/es. Podran preguntar dubtes l'esport	5 min
TEMPS TOTAL:		55 min
OBSERVACIONS		
Durant aquesta sessió es podran formular preguntes al docent si hi ha qualsevol dubte sobre l'esport i el seu reglament.		
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes		

Taula 12. Fitxa de la sessió 5, UD 2. Disseny propi.

Durant l'última sessió de l'esport Pinfuvote, sessió número 6 (taula 13), posaran en pràctica tot el que han après amb les sessions anteriors per realitzar una situació de joc real. Es faran partides de Pinfuvote amb grups de 5, el o la docent avaluarà les partides mitjançant la rúbrica i alhora, els grups que esperin fora del camp hauran de respondre l'enquesta de coavaluació.

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS		
SESSIÓ 6	Competició de Pinfuvote	
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes i treball en grup	
CONTINGUTS	- Situació real de joc	
OBJECTIUS	- Dur a terme els continguts tècnics-tàctics en situació real de joc.	
	- Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip	
MATERIAL	Cons de disc plans, pilotes de goma-espuma, xarxes a 1.07m del sòl i cronòmetre	
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA
PART INICIAL		
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5 min
Canoners	Comencen enxampant dues persones, amb una pilota per a totes dues. El que té la pilota no es pot desplaçar i han d'intentar donar amb la pilota als altres companys. A qui li donin se'ls uneix com a canoner. Aquests 3 han d'intentar passar-se la pilota per donar-ne un altre més i així fins a enxampar a tots. Guanyarà l'últim a convertir-se en canoner.	5 min
PART PRINCIPAL		
Partides d'avaluació	Es realitzaran dues partides de Pinfuvote amb els grups de 5 persones de la sessió anterior. 4 grups competiran als camps respectant el reglament, però sense poder preguntar al docent. Cada partida tindrà la durada de 5 minuts, quan el temps s'esgoti entraran a jugar nous equips escollits per la/el docent. El/la docent avaluarà les partides mitjançant la rúbrica i alhora, els grups que esperin fora del camp hauran de respondre l'enquesta de coavaluació.	35 min
TORNADA A LA CALMA		
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca	
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i dels valors que han après amb aquest esport	5 min
TEMPS TOTAL:		55 min
OBSERVACIONS		
Durant aquesta sessió no es podran formular preguntes al docent sobre l'esport i el seu reglament, ja que és un criteri de la rúbrica d'avaluació.		
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes		

Taula 13. Fitxa de la sessió 6, UD 2. Disseny propi.

En la sessió 7 (taula 14), la primera on es practica el joc Dins Fora Surt, l'estudiantat coneixerà aquest esport alternatiu. Primerament, se'ls explicaran les regles i normes del joc i després realitzaran tasques de llançaments i recepcions per practicar la tècnica. Finalment, es farà una partida de prova per vivenciar la dinàmica del joc, però no es comptabilitzaran els punts. El/la docents parlarà el joc per explicar les diferents situacions que poden ocórrer durant la partida.

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS		
SESSIÓ 7	Introducció al Dins Fora Surt	
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes, treball en grup i ensenyament recíproc	
CONTINGUTS	<ul style="list-style-type: none"> - Fonaments tècnics: llançament i recepcions - Familiarització amb el Dins Fora Surt 	
OBJECTIUS	<ul style="list-style-type: none"> - Conèixer l'esport Dins Fora Surt - Millorar la tècnica de llançaments i recepcions - Entendre el reglament i la dinàmica de les partides - Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip 	
MATERIAL	Pilotes de tenis, cèrcols, cons de disc plans i cronòmetre	
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA
PART INICIAL		
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5min
Tocar i parar amb pilotes de tenis	Els i les estudiants jugaran al joc de tocar i parar. Es repartiran 5 pilotes de tenis a 5 dels alumnes, que seran els caçadors. Aquests no podran llançar, la pilota haurà de ser subjectada per tocar als companys/es. Els altres participants han de córrer al seu voltant i evitar que els toquin. Si aconsegueix tocar un jugador/a amb la pilota, li donarà la pilota i passarà a ser el caçador.	5 min
PART PRINCIPAL		
Explicació del reglament	El/la docent explicarà tot el reglament del Dins Fora i Surt als/les estudiants.	5 min
Llançaments i recepcions	Per parelles. Una persona realitzarà un llançament amb la mà amb la pilota de tenis, de baix cap a dalt., l'altra persona recepcionarà la pilota sense botar. Seguidament el receptor passarà a ser llançador i es repetirà el procés.	10 min
Partida de prova	Es separaran en dos equips (homogenis, formats pel docent) i es realitzarà una partida de Dins Fora Surt per vivenciar la dinàmica del joc. El/la docents parlarà el joc per explicar les diferents situacions que poden ocórrer durant la partida. No es comptabilitzaran els punts.	20 min
TORNADA A LA CALMA		
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca	
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i la importància d'ajudar-se entre els companys/es. Podran preguntar dubtes l'esport	5 min
TEMPS TOTAL:		55 min
OBSERVACIONS		
Durant aquesta sessió es podran formular preguntes al docent si hi ha qualsevol dubte sobre l'esport i el seu reglament.		
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes		

Taula 14. Fitxa de la sessió 7, UD 2. Disseny propi.

Durant la vuitena sessió (taula 15), l'estudiantat practicarà l'esport Dins Fora Surt per preparar-se per l'avaluació pràctica de la següent sessió. Realitzaran una tasca de llançaments i recepcions i seguidament partides en situació real.

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS		
SESSIÓ 8	Perfeccionant ell Dins Fora Surt	
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes, ensenyament recíproc i treball en grup	
CONTINGUTS	<ul style="list-style-type: none"> - Fonaments tècnics: llançament i recepcions - Situació real de joc 	
OBJECTIUS	<ul style="list-style-type: none"> - Practicar les partides en situació real per l'avaluació de la sessió posterior - Millorar la tècnica de llançaments i recepcions - Millorar la dinàmica durant les partides de Dins Fora Surt - Entendre el reglament de les partides de Dins Fora Surt - Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip 	
MATERIAL	Pilotes de tennis, cèrcols, cons de disc plans i cronòmetre	
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA
PART INICIAL		
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5min
Tocar i parar amb pilotes de tennis	Els i les estudiants jugaran al joc de tocar i parar. Es repartiran 5 pilotes de tennis a 5 dels alumnes, que seran els caçadors. Aquests no podran llançar, la pilota haurà de ser subjectada per tocar als companys/es. Els altres participants han de córrer al seu voltant i evitar que els toquin. Si aconsegueix tocar un jugador/a amb la pilota, li donarà la pilota i passarà a ser el caçador.	5 min
PART PRINCIPAL		
Repàs del reglament	El/la docent farà un resum del reglament del Dins Fora Surt als/les estudiants.	5 min
Llançaments i recepcions	Per parelles. Una persona realitzarà un llançament amb la mà amb la pilota de tennis, de baix cap a dalt, l'altra persona recepcionarà la pilota sense botar. Seguidament el receptor passarà a ser llançador i es repetirà el procés.	10 min
Partida en situació real	Es separaran en els dos equips de la sessió anterior i es realitzarà una partida de Dins Fora Surt. Es jugaran situacions reals per practicar per l'avaluació final. Es podran formular preguntes sobre el joc o el reglament	20 min
TORNADA A LA CALMA		
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca	
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i la importància d'ajudar-se entre els companys/es. Podran preguntar dubtes l'esport	5 min
TEMPS TOTAL:		55 min
OBSERVACIONS		
Durant aquesta sessió es podran formular preguntes al docent si hi ha qualsevol dubte sobre l'esport i el seu reglament.		
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes		

Taula 15. Fitxa de la sessió 8, UD 2. Disseny propi.

Durant l'última sessió d'aquesta unitat didàctica, sessió número 9, els i les estudiants posaran en pràctica el que han après amb les sessions anteriors per realitzar una situació de joc real (taula 16). Es farà una partida de Dins Fora Surt on participarà tot el grup i alhora el/la docent avaluarà les partides mitjançant la rúbrica. Finalment, els grups hauran de respondre l'enquesta de motivació (annex 2) mitjançant el dispositiu mòbil i l'enquesta de coavaluació (annex 3).

UD 2: CONEIX I APRÈN AMB ELS ESPORTS ALTERNATIUS		
SESSIÓ 9	Competició de Dins Fora Surt	
ESTIL D'ENSENYAMENT	Metodologia mixta → Assignació de tasques, resolució de problemes i treball en grup	
CONTINGUTS	- Situació real de joc	
OBJECTIUS	- Dur a terme els continguts tècnics-tàctics en situació real de joc.	
	- Reflexionar sobre la importància de la col·laboració i el joc en equip	
MATERIAL	Pilotes de tennis, cèrcols, cons de disc plans i cronòmetre	
NOM	DESCRIPCIÓ	DURADA
PART INICIAL		
Mobilitat articular en carrera	Els i les estudiants correran d'una línia lateral fins l'altra realitzant exercicis de mobilitat articular que explicarà el/la docent	5min
Tocar i parar amb pilotes de tennis	Els i les estudiants jugaran al joc de tocar i parar. Es repartiran 5 pilotes de tennis a 5 dels alumnes, que seran els caçadors. Aquests no podran llançar, la pilota haurà de ser subjectada per tocar als companys/es. Els altres participants han de córrer al seu voltant i evitar que els toquin. Si aconsegueix tocar un jugador/a amb la pilota, li donarà la pilota i passarà a ser el caçador.	5 min
PART PRINCIPAL		
Partides d'avaluació	Es separaran en dos equips, iguals als de la sessió anterior, i es jugarà al Dins Fora Surt. El/la docent avaluarà les partides mitjançant la rúbrica.	25 min
Enquestes	Els dos grups hauran de respondre l'enquesta de coavaluació sobre els seus companys/es d'equip. També hauran de respondre a l'enquesta de motivació amb els seus dispositius mòbils.	10 min
TORNADA A LA CALMA		
Estiraments	Els i les estudiants realitzaran estiraments.	5 min
Respiracions profundes	Els i les estudiants realitzaran tres respiracions profundes, agafant aire pel nas i tirant-lo per la boca	
Reflexió i preguntes	Els i les estudiants hauran de reflexionar sobre la sessió i dels valors que han après amb aquest esport	5 min
TEMPS TOTAL:		55 min
OBSERVACIONS		
Durant aquesta sessió no es podran formular preguntes al docent sobre l'esport i el seu reglament, ja que és un criteri de la rúbrica d'avaluació.		
Els i les estudiants hauran de portar els seus dispositius mòbils per poder contestar l'enquesta de motivació		
Els equips hauran de ser homogenis i mixtes		

Taula 16. Fitxa de la sessió 9, UD 2. Disseny propi.

Durant aquestes sessions, s'ha de tenir en compte diversos punts per fomentar la inclusió de l'alumna estrangera:

- Treballar per parelles o grups, fomentant la integració i cooperació amb la resta del grup.
- Acompanyar amb llenguatge gestual el llenguatge verbal.
- Repetir els aspectes importants del discurs.
- Utilitzar la pissarra per explicar les tasques.
- Pronunciar correctament i simplificar el vocabulari.
- Adaptar el ritme del discurs durant les explicacions dels continguts i les tasques.

A més, amb l'alumne diagnosticat amb TDAH s'ha de:

- Entendre que és un problema mèdic, canviar no depèn només de la seva voluntat.
- Mantenir contacte estret amb els familiars i professionals que cuiden i atenen al noi.
- No seran d'ajuda els castics constants.
- Sense perdre l'autoritat, mostrar-se com a una persona afectiva i propera.
- Ensenyar els errors en el seu comportament, fent-la reflexionar i autoavaluar-se.
- Utilitzar reforç positiu quan sigui merescut, ja que les felicitacions i el suport tenen gran repercussió en la seva autoestima.
- Si és necessari cridar l'atenció, es farà de manera calmada, sense elevar el to i amb delicadesa.

Transversalitat i connexions amb altres matèries i amb la pròpia matèria

Aquesta Unitat té connexió amb la matèria d'informàtica, ja que per poder contestar l'enquesta de motivació (annex 2) es farà ús de les eines TIC i, per tant, es treballarà la competència digital. També està relacionada amb la matèria d'educació de valors cívics i ètics, perquè es treballaran valors com la cooperació i la inclusió, millorant així la competència personal i social.

Perspectiva de gènere

- Els grups de treball seran mixtes.
- El rol de "líder" durant els exercicis o activitats proposades no seran sempre executats per nois, ja que els esports alternatius fomenten la participació i comunicació entre tots i totes.
- Es presenten referents tant masculins com femenins, de diferents ètnies, sexualitat i identitat de gènere en tots els esports que es realitzaran.
- S'utilitzarà llenguatge no discriminatori, es dirigirà a l'estudiantat amb ambdós gèneres i no s'utilitzaran expressions sexistes o lgtbiòfobes.

Mesures d'atenció a la diversitat

La Unitat Didàctica es basa en els esports cooperatius, és a dir, serà important l'ajuda entre iguals. Per tant, l'estudiantat haurà de cooperar amb tots/es els integrants del seu equip sense importar les característiques de cadascú. A més, els grups que es formaran per jugar els formarà l'equip docent, ja que així seran heterogenis i no es crearan dinàmiques d'exclusió.

En addició, es seguiran les mesures i suports per a tot l'estudiantat per facilitar l'adquisició de les competències, que inclou la flexibilitat del contingut, l'aprenentatge col·laboratiu, la metodologia participativa per la resolució de conflictes i la integració de tot l'estudiantat durant les sessions.

Els alumnes amb lesions de temps curt o que no portin roba esportiva i no puguin fer la sessió, hauran de participar activament d'una altra manera, com per exemple, apuntant les activitats de la sessió en un full, arbitrants els partits i les activitats que ho requereixin o reflexionant sobre la classe per escrit i proposant possibles millores.

Per a l'estudiantat que pugui tenir diversitat funcional o altres dificultats d'aprenentatge es proposen una sèrie d'adaptacions, tal com s'indica en cas de les persones estrangeres o diagnosticades amb TDAH a l'apartat de desenvolupament de les sessions. En cas de persones amb algun tipus de diversitat visual o auditiva, el/la docent escollirà a un company/a que serà l'encarregat d'acompanyar i guiar a aquest alumne/a en les activitats que necessiti.

A més, hi ha la possibilitat de realitzar activitats d'ampliació que serviran per reforçar els coneixements dels esports. Per fer-ho l'estudiantat pot accedir a les pàgines web de cada esport alternatiu on s'explica el reglament i es posa a disposició vídeos explicatius que ofereixen un suport visual per millorar d'adquisició dels coneixements.

Avaluació

La Conselleria d'educació, cultura i esport de la Generalitat Valenciana diferencia diferents criteris d'avaluació curriculars. A la següent taula (Taula 17) es mostraran els criteris d'avaluació curriculars específics per 4t d'ESO escollits per fer aquesta Unitat Didàctica i la seva relació amb les competències bàsiques específiques que es treballaran.

CRITERIS D'AVUACIÓ CURRICULARS	COMPETÈNCIES ESPECÍFIQUES				
	CE1	CE2	CE3	CE4	CE5
Adoptar un estil de vida actiu amb els seus efectes positius sobre la salut, la imatge personal i les activitats físic- esportives, identificant les conductes de risc i aplicant diferents tècniques per a compensar les tensions pròpies de la vida quotidiana.					
Participar activament i col·laborar en l'organització de jocs i activitats físic-esportives afavorint el respecte, la tolerància i el treball en equip.					
Resoldre amb èxit diferents situacions reals de competició i cooperació a través de l'aplicació d'habilitats motrius específiques i d'estratègies, per mitjà del foment de l'autogestió de la pràctica de l'activitat física i esportiva.					
Valorar críticament els aspectes culturals i socials que envolten el fenomen esportiu prenent consciència dels seus valors positius i dels aspectes que generen desigualtat en diferents contextos d'actuació.					
Produir continguts relacionats amb l'activitat física i la salut en diferents formats digitals, integrant la informació de manera crítica i participant col·laborativament en els escenaris de comunicació i aprenentatge.					

Taula 17. Relació criteris d'avaluació amb competències específiques. Disseny propi.

El primer instrument d'avaluació és una rúbrica d'avaluació individual que completarà el/la docent de cada estudiant a la sessió final de cada esport alternatiu (annex 1). Els apartats que formen aquesta rúbrica són: aspectes tècnics, tàctics i reglamentaris, inclusió i cooperació, fair play i comunicació i participació activa i motivació. Els tres primers criteris, que són els punts més enfocats al rendiment i als resultats, sumen el 50% de la nota d'aquesta eina. Per altra banda, els tres últims apartats enfocats en el treball en equip, la inclusió i la pràctica esportiva saludable, comptabilitzen l'altra meitat de la puntuació. És a dir, mitjançant una actitud respectuosa, col·laborativa i col·lectiva excel·lent es pot arribar a aprovar la rúbrica d'avaluació. Una vegada acabada la Unitat es farà una mitjana de les 3 notes obtingudes mitjançant aquesta rúbrica.

També s'utilitzarà una enquesta per valorar el grau de motivació l'estudiantat (annex 2). El qüestionari està validat i s'anomena Escala del Locus Percebut De Causalitat en Educació Física-2 (PLOC-2). Aquest instrument es va utilitzar a Espanya a partir de l'adaptació i validació de Moreno-Murcia, González-Cutre i Virolat (2009). Uns anys després, Ferriz, González-Cutre i Sicília (2015), van incorporar a la PLOC els quatre ítems que Wilson, Rodgers, Loitz i Scime (2006) van proposar, obtenint la versió PLOC-2 que mesura la motivació completa en el context de l'EF. Té com a objectiu conèixer quina és la teva actitud

i motivació durant les classes d'Educació Física i hi ha 24 preguntes que s'han de respondre en una escala de l'1 a 7. Aquesta serà completada al final de la Unitat Didàctica i servirà per comprovar l'augment de la motivació amb jocs diferents dels tradicionals. Aquesta eina serà anònima i així serà comunicat, per tant, els estudiants no tindran por a ser jutjats per l'equip docent per les seves respostes. Cal esmentar que aquest formulari no comptarà com a part de l'avaluació, ja que sols servirà perquè el professor/a comprovi si els esports alternatius milloren la motivació de l'estudiantat o no. Per contestar aquest qüestionari, l'estudiantat accedirà mitjançant els seus telèfons mòbils o ordinadors amb un enllaç que el/la docent posarà a disposició a l'aula virtual.

Finalment, es farà ús d'una ferramenta de coavaluació perquè els i les estudiants avaluin als seus companys i companyes d'equip (annex 3). A l'última sessió de cada esport alternatiu, on es realitzaran competicions en situació real, cadascú haurà de puntuar a tots/es els integrants del seu equip amb els quals han jugat les partides. Aquesta taula qualificarà si l'estudiantat ha utilitzat el "fair play" o no durant la sessió. Hi ha cinc apartats per poder avaluar-ho, que són: complir al reglament i normes, col·laborar i ajudar als companys/es, cuidar el material, acceptar de manera esportiva els errors i les derrotes i respectar als i les integrants de l'equip contrari. Cada ítem es puntua des d'un 0 si creuen que no compleixen el criteri fins un 10 si consideren que han portat a cap l'apartat amb perfecció. Una vegada completes les coavaluacions, el o la docent haurà de realitzar les mitjanes de cadascú i dels tres esports per poder avaluar-ho.

En resum, per aquesta Unitat Didàctica es farà ús de tres eines d'avaluació i cadascuna qualificarà aspectes diferents. La tècnica, tàctica i l'aprenentatge del reglament de cada esport alternatiu serà avaluat mitjançant la rúbrica, juntament amb la inclusió, la cooperació i la comunicació durant la pràctica esportiva. La motivació i la participació activa de l'estudiantat durant les sessions serà puntuada amb la rúbrica, però també a través del qüestionari PLOC-2 que serà contestat telemàticament. Finalment, el fair play o joc net serà qualificat per mitjà de la rúbrica i també amb la coavaluació que es faran entre els companys/es.

Quant als criteris de classificació, cada estudiant serà avaluat de tres esports alternatius diferents. Seran qualificats mitjançant la rúbrica d'avaluació (annex 1) amb un 65% i l'instrument de coavaluació (annex 3) de l'última sessió amb un 35%. Al final de la Unitat Didàctica, es farà una mitjana dels tres esports per tenir la nota d'aquesta unitat. Per resumir l'avaluació d'aquesta Unitat es planteja la següent taula explicativa (Taula 18).

CRITERIS DE CLASSIFICACIÓ			
EINA D'AVALUACIÓ		%	% TOTAL
DATCHBALL	Rúbrica d'avaluació	65 %	100 %
	Coavaluació del Fair Play	35 %	
PINFUVOTE	Rúbrica d'avaluació	65 %	100 %
	Coavaluació del Fair Play	35 %	
DINS FORA SURT	Rúbrica d'avaluació	100 %	100 %
	Coavaluació del Fair Play	35 %	

Taula 18. Criteris de classificació. Disseny propi.

CONCLUSIONS

Aquesta proposta didàctica té com a característica destacable el tipus d'esports que es treballa, ja que habitualment, durant les sessions de la matèria d'Educació Física es practiquen esports més convencionals. En canvi, durant aquesta Unitat es posen en pràctica tres esports alternatius que no són força coneguts. La proposta és molt útil, ja que mitjançant aquests esports es poden treballar molts valors importants per a les/els adolescents, com per exemple, la inclusió, la cooperació, la comunicació i el joc net. A més, en sortir de les activitats tradicionals, també es millora el grau de motivació de l'estudiantat. Per tant, és una proposta molt innovadora que dona a conèixer tres esports poc reconeguts.

Seria molt interessant poder dur a terme aquesta unitat didàctica per poder complir amb els objectius sobre la seva possible aplicació. D'aquesta manera, mitjançant les eines d'avaluació, es podria analitzar quins efectes té en l'estudiantat a nivell de motivació, joc net i inclusió. La possibilitat de realitzar aquesta UD és alta, ja que els materials i els recursos que es requereixen es disposen en quasi tots els instituts del territori. En addició, mitjançant els tres dies de curs per als docents, aquests podran familiaritzar-se amb els esports alternatius escollits i així fer més fàcil la seva posada en pràctica.

Una possible limitació és la manca d'experiència del professorat amb aquests esports però, com s'ha anomenat abans, els i les docents rebran una petita formació. Una altra limitació es basa en no disposar dels resultats pràctics dels objectius proposats en tractar-se d'una proposta d'intervenció, ja que la

resposta de l'estudiantat és fonamental per saber si la metodologia o els continguts de les sessions són correctes. A més, una limitació és el temps, a causa de les poques hores setmanals d'Educació Física en proporció als continguts que cal donar.

En un futur, si la UD es portés a terme i concloués amb èxit, podria continuar utilitzant-se aquesta unitat per enfortir la motivació per la matèria d'educació física i augmentar la inclusió entre l'estudiantat fomentant un ambient favorable i saludable per a la classe. A més, durant altres cursos de l'ESO també es podria realitzar aquesta unitat canviant els esports i realitzant altres tipus d'esports alternatius.

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

- Almagro, B. J., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., & Moreno-Murcia, J. A. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes. (Perceived motivational climate, psychological needs and intrinsic motivation as predictors of sport commitment in adolescent athletes). *Revista internacional de ciencias del deporte*, 7(24), 250–265. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02501>
- Alonso Roque, J. I., Gea García, G., & Yuste Lucas, J. L. (2013). Formación emocional y juego en futuros docentes de Educación física. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 16(1), 97–108. <https://doi.org/10.6018/reifop.16.1.179461>
- Álvarez-García, D., Rodríguez, C., González-Castro, P., Nuñez, J., & Álvarez, L. (2010). La formación de los futuros docentes frente a la violencia escolar. *Revista de Psicodidáctica*, 15(1), 35-56. Recuperado de <http://www.ehu.es/ojs/index.php/psicodidactica/article/view/733/608>
- Bächler, R. C., & Poblete, O. G. (2012). Interaction, emotion and cognition, an integrative approach to the understanding of human behavior. *Anales de psicología*, 28(2), 490–504. <https://doi.org/10.6018/analesps.28.2.147601>
- Barbero, J. C. (2000). Los juegos y deportes alternativos en Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes, revista digital*, 22.
- Carrera, D.(2016). Como crear nuevos deportes desde la Educación Física. El aprendizaje por proyectos como estrategia práctica motivante. *EmásF*, 38, 103-118.
- Curriculum - Ordenación Académica - Generalitat Valenciana. (s/f). Ordenación Académica. Recuperado el 8 de marzo de 2023, de <https://ceice.gva.es/va/web/ordenacion-academica/secundaria/curriculo>
- DATCHBALL. (s/f). Datchball.com. Recuperado el 28 de marzo de 2023, de <https://www.datchball.com>
- Durán Aponte, E., & Durán García, M. (2012). Competencias sociales y las prácticas profesionales. Vivencias y demandas para la formación universitaria actual. *Cultura y Educación*, 24(1), 61-76. <https://doi.org/10.1174/113564012799740777>
- Federación de Enseñanza de Comisiones Obreras de Andalucía. (s/f). Ccoo.es. Recuperado el 10 de abril de 2023, de <https://www.feandalucia.ccoo.es>
- Ferrando, M. G. (1990). Aspectos sociales del deporte: una reflexión sociológica. Alianza Editorial Sa.
- Ferriz, R., González-Cutre, D., & Sicilia, A. (2015). Escala del Locus Percibido De Causalidad en Educación Física-(PLOC-). *Cid-umh.es*. <https://www.cid-umh.es/wp-content/uploads/2016/02/ploc2.pdf>

- Generalitat de Catalunya, Departament d'Educació. (2019). Currículum educació secundària obligatòria. Gencat.cat.
<https://educacio.gencat.cat/web/.content/home/departament/publicacions/colleccions/currículum/currículum-eso.pdf>
- Granados, S. R. (2001). *FORMACION DEPORTIVA: NUEVOS RETOS EN EDU*. Universidad de Sevilla.
- Hernández, J. M. (2007). El valor pedagógico de los deportes alternativos. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 114, 1-13.
- Hita, F. J. M. (2018). Nuevos deportes para una nueva Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(243), 73-88.
- Johnson Roger, D. W., & Johnson, R. T. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Unam.mx.
<http://conexiones.dgire.unam.mx/wp-content/uploads/2017/09/El-aprendizaje-cooperativo-en-el-aula-Johnsons-and-Johnson.pdf>
- Koçak, R. (2008). The effects of cooperative learning on psychological and social traits among undergraduate students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 36, 771-782. <https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.6.771>
- Koçak, R. (2008). The effects of cooperative learning on psychological and social traits among undergraduate students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 36, 771-782. <https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.6.771>
- Led, P., & Quera, P. (2007). La convivència en els centres d'educació infantil i primària. Barcelona: Departament d'Educació, Servei de Difusió i Publicacions.
- Metzler, M. (2017). *Instructional models in physical education* (3rd Edition). Routledge.
- Molina, F. (2005). Nuevos conflictos sociales y su presencia educativa. Análisis sociológico y reflexiones para la intervención. *Cultura y Educación*, 17(3), 213-223.
<https://doi.org/10.1174/113564005774462618>
- Monjas, R. (2008). Análisis y evolución de la propuesta de enseñanza deportiva en la formación inicial del profesorado de educación física a través de la evaluación del alumnado. Tesis doctoral. Universidad de Valladolid.
- Morago López-Vázquez, A. (2017). Análisis de la motivación y actitud en relación con el aprendizaje cooperativo en las clases de Educación Física a partir de deportes alternativos: Una propuesta didáctica [UCrea Repositorio abierto de la Universidad de Cantabria].
<https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/13172>
- Ntoumanis, N. (2005). A prospective study of participation in optional school physical education using a self-determination theory framework. *Journal of Educational Psychology*, 97(3), 444-453.
<https://doi.org/10.1037/0022-0663.97.3.444>
- Omeñaca, J. V. R. (2004). *Pedagogía de los valores en la educación física: cómo promover la sensibilidad moral y el comportamiento ético en las actividades físicas y deportivas*. Editorial CCS.

- Omeñaca, J. V. R. (2012). *Nuevas perspectivas para una orientación educativa del deporte : bases teóricas, alternativas metodológicas y propuestas prácticas para convertir el deporte en un contexto ético y un marco para el desarrollo de competencias*. Editorial CCS.
- ORLICK, T. (1986). *Juegos y deportes cooperativos*. Ed. Popular. Madrid.
- Ortega, R., & Del Rey, R. (2003). *La violencia escolar. Estrategias de prevención*. Barcelona: Editorial Graó.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Barcelona: Editorial Paidotribo.
- Pena Garrido, M., & Repetto Talavera, E. (2017). Estado de la investigación en España sobre Inteligencia Emocional en el ámbito educativo. *Revista electronica de investigacion psicoeducativa [Electronic journal of research in educational psychology]*, 6(15), 401–420. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v6i15.1284>
- (S/f). Rae.es. Recuperado el 25 de enero de 2023, de <https://www.rae.es>
- Sáez de Ocariz, U., & Lavega, P. (2013). Transformar conflictos en educación física en primaria a través del juego. Aplicación del índice de conflictividad. *Cultura y Educación*, 25(4), 549-560. <https://doi.org/10.1080/11356405.2013.10783161>
- Sanchez Banuelos, F. (1991). *Didactica de La Educacion Fisica y El DePorte*. Gymnos.
- Sancho Tejo, A. I. (2021). *La iniciación deportiva a través de los deportes alternativos, aplicados desde el modelo comprensivo*.
- Sanmartín, G., & Doménech, P. (iciembre 2006). *ACTITUDES DE LOS ALUMNOS HACIA LA EDUCACIÓN FÍSICA Y SUS PROFESORES STUDENT ATTITUDES TOWARD PHYSICAL EDUCATION AND THEIR TEACHERS*. Rediris.es. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista24/artactitudes36.pdf>
- Sequeira, V. P., & Camerino, O. (2013). Recursos para potenciar el fair play en la iniciación deportiva. Retos. *Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 24, 97–99.
- Suero, S. F., Morillo, A. H., & Montilla, V. G. (2017). Los deportes alternativos en el ámbito educativo. *E-motion: Revista de educación, motricidad e investigación*, (6), 40-48.
- Street, H., Hoppe, D., Kingsbury, D., & Ma, T. (2004). The game factory: Using cooperative games to promote prosocial behaviour among children. *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*, 4, 97-109.
- Velázquez, C. (Coord.) (2010). *Aprendizaje cooperativo en Educación Física. Fundamentos y aplicaciones prácticas*. Barcelona: INDE.

ANNEXES

Annex 1. Rúbrica d'avaluació. Disseny propi.....	43
Annex 2. Qüestionari motivació (PLOC-2)	44
Annex 3. Coavaluació Fair Play.....	50

Annex 1. Rúbrica d'avaluació. Disseny propi.

NOM I COGNOMS:		CURS I GRUP:		PUNTS
DATA:		TRIMESTRE:		
ESPORT ALTERNATIU:				
NIVELL ASSOLIT				
CRITERIS	COMPETÈNCIES ASSOLIDES EXCEL·LENTMENT	COMPETÈNCIES ASSOLIDES AMB SUFICIÈNCIA	COMPETÈNCIES ASSOLIDES INSUFICIENTMENT	COMPETÈNCIES NO ASSOLIDES
ASPECTES TÈCNICS	<p>Efectua tots els elements tècnics correctament i en el moment adequat pel moment del joc.</p> <p>2 PUNTS</p>	<p>Efectua els elements tècnics correctament, però no en el moment adequat pel moment del joc.</p> <p>1.5 PUNTS</p>	<p>Efectua alguns dels elements tècnics correctament, però no en el moment adequat pel moment del joc.</p> <p>1 PUNT</p>	<p>No sap efectuar els elements tècnics correctament i no té cap intenció en la realització d'aquests.</p> <p>0 PUNTS</p>
20%	<p>És capaç de decidir i realitzar el millor moviment respecte a la percepció que té de la situació de joc, així com moure a l'oponent amb intenció tàctica.</p> <p>2 PUNTS</p>	<p>És capaç de decidir i realitzar el millor moviment respecte a la percepció que té de la situació de joc.</p> <p>1.5 PUNTS</p>	<p>No decideix ni realitza el millor moviment però es desplaça per la pista en funció del joc.</p> <p>1 PUNT</p>	<p>Realitza moviments bàsics i sense cap intenció tàctica.</p> <p>0 PUNTS</p>
ASPECTES REGLAMENTARIS	<p>Coneix a la perfecció el reglament i és capaç d'aplicar-lo.</p> <p>2 PUNTS</p>	<p>Coneix a la perfecció el reglament però no sap aplicar-lo.</p> <p>1.5 PUNTS</p>	<p>Coneix bastant el reglament però no és capaç d'aplicar-lo.</p> <p>1 PUNT</p>	<p>No coneix el reglament i no és capaç d'aplicar-lo.</p> <p>0 PUNTS</p>
10%	<p>Ha cooperat amb els seus companys/es de manera conjunta i ha treballat en equip tota l'estona. A més, ha inclòs als seus companys/es durant tot el partit i no ha rebutjat a ningú.</p> <p>1 PUNT</p>	<p>Ha cooperat amb els seus companys/es de manera conjunta i ha treballat en equip la majoria del temps. A més, ha inclòs als seus companys/es durant el partit i no ha rebutjat a ningú.</p> <p>0.75 PUNTS</p>	<p>Ha cooperat amb els seus companys/es de manera conjunta i ha treballat en equip alguns cops. Ha inclòs als seus companys/es puntualment i no ha rebutjat a ningú.</p> <p>0.5 PUNTS</p>	<p>No ha cooperat amb els seus companys/es de manera conjunta i no ha treballat en equip tota l'estona. A més, no ha inclòs als seus companys/es durant tot el partit.</p> <p>0 PUNTS</p>
20%	<p>És capaç de resoldre les activitats amb esportivitat, respecta els companys/es i es comunica assertivament.</p> <p>2 PUNTS</p>	<p>Respecta els companys i companyes i es comunica assertivament però no resol les activitats amb esportivitat.</p> <p>1.5 PUNTS</p>	<p>Resol activitats amb esportivitat però no respecta els companys/es i no es comunica assertivament.</p> <p>1 PUNT</p>	<p>No és capaç de resoldre les activitats amb esportivitat, no respecta els companys/es i no es comunica assertivament.</p> <p>0 PUNTS</p>
20%	<p>Participa de manera activa durant tota la prova, s'esforça durant l'execució de la tasca i mostra actituds d'autoexigència i motivació.</p> <p>2 PUNTS</p>	<p>Participa de manera activa durant tota la prova, s'esforça durant l'execució de la tasca però no mostra actituds d'autoexigència ni motivació.</p> <p>1.5 PUNTS</p>	<p>Participa de manera activa durant tota la prova, però no s'esforça durant l'execució de la tasca i no mostra actituds d'autoexigència ni motivació.</p> <p>1 PUNT</p>	<p>No participa de manera activa en la prova, no s'esforça durant l'execució de la tasca i no mostra actituds d'autoexigència ni motivació.</p> <p>0 PUNTS</p>
10%	<p>1 PUNTS</p>	<p>0.75 PUNTS</p>	<p>0.5 PUNTS</p>	<p>0 PUNTS</p>
QUALIFICACIÓ TOTAL:				0 PUNTS

Annex 2. Qüestionari motivació (PLOC-2)

ENQUESTA MOTIVACIÓ ALUMNAT. PLOC-2

El següent qüestionari validat s'anomena Escala del Locus Percebut De Causalitat en Educació Física-2 (PLOC-2) i té com objectiu conèixer quina és la teva actitud i motivació durant les classes d'Educació Física. Hi ha 24 preguntes que has de respondre en una escala d'1 a 7 (si estàs totalment d'acord assenyalas el 7, si per contra estàs molt en desacord respon amb un 1). Cap de les respostes és correcta o incorrecta, és la teva opinió. El qüestionari és totalment anònim i confidencial pel que es prega que responguis amb total sinceritat.

Gràcies per la teva col·laboració.

 @gmail.com (no compartidos)

[Cambiar de cuenta](#)



Participo en aquesta classe d'Educació Física...

Perquè l'Educació Física és divertida

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè estàs d'acord amb la meva forma de vida

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè vull aprendre habilitats esportives

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè vull que el professor/a pensi que soc un/a bon/a estudiant

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè tindrè problemes si no ho faig

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Però no sé realment perquè

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè gaudeixo aprenent noves habilitats

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè considero que l'educació física forma part de mi

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè és important per a mi fer-ho bé en Educació Física

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè em sentiria mal amb mi mateix si no ho fes

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè això és el que se suposa que haig de fer

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Però no comprenc per què hem de tenir Educació Física

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè l'Educació Física és estimulante

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè veig l'educació física com una part fonamental del que soc

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè vull millorar en l'esport

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè vull que els/as altres/as estudiants pensin que soc hàbil

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè el/la professor/a no em cridi

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Però realment sento que estic perdent el meu temps en Educació Física

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Per la satisfacció que sento mentre aprenc noves habilitats/tècniques

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè considero que l'educació física està d'acord amb els meus valors

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè puc aprendre habilitats que podria usar en altres àrees de la meva vida

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè em preocupa quan no ho faig

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Perquè aquesta és la norma

1	2	3	4	5	6	7
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Però no puc comprendre el que estic traient de l'Educació Física

- | | | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Enviar

Borrar formulario

Annex 3. Coavaluació Fair Play

NOM I COGNOMS:			
CLASSE:		DATA:	
ESPORT:			

	COAVALUACIÓ: FAIR PLAY				
	REGLAMENT	COMPANYS/ ES	MATERIAL/ INSTAL·LACIÓ	ERRORS	EQUIP CONTRARI
Company/a 1: _____					
Company/a 2: _____					
Company/a 3: _____					
Company/a 4: _____					

REGLAMENT = Compleix el reglament de l'esport i les normes de classe

COMPANYS/ES = Ajuda els companys d'equip i col·labora amb ells

MATERIAL/INSTAL·LACIÓ = Cuida i utilitza correctament el material i instal·lacions d'EF

ERRORS = Accepta de manera esportiva els errors i la derrota

EQUIP CONTRARI = Mostra respecte a l'equip contrari

ESCALA NUMÈRICA DE VALORACIÓ



NO ESTIC D'ACORD

ESTIC MOLT D'ACORD