

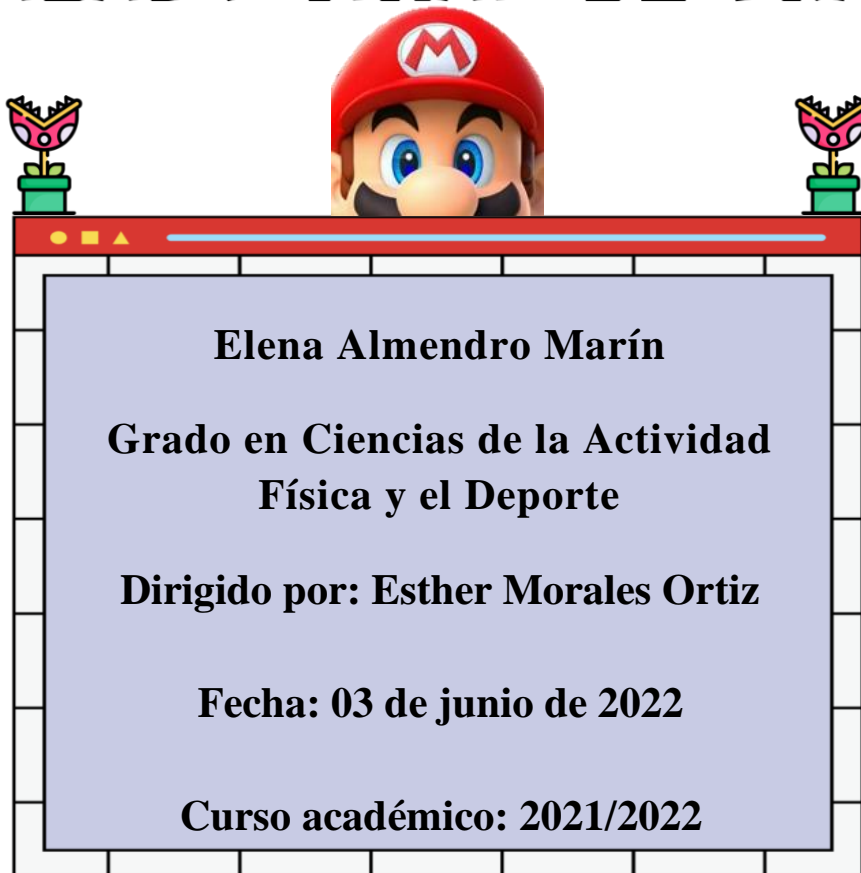
**PROPUESTA GAMIFICADA:**

**LA CONQUISTA**

**DEL MUNDO**

**DE MARIO BROS**

**TRABAJO FINAL DE GRADO**



# Índice

<b>1.</b>	<b>ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL REAL .....</b>	<b>5</b>
1.1.	CONTEXTO DEL CENTRO.....	5
1.1.1.	<i>Características y organización del centro .....</i>	<i>5</i>
1.1.2.	<i>Recursos materiales .....</i>	<i>6</i>
1.1.3.	<i>Características del alumnado .....</i>	<i>7</i>
1.1.4.	<i>Herramienta de evaluación para la situación actual .....</i>	<i>7</i>
1.1.5.	<i>Metodologías que se utilizan en la actualidad .....</i>	<i>8</i>
1.1.5.1.	<i>Propuesta de mejora.....</i>	<i>10</i>
<b>2.</b>	<b>FUNDAMENTACIÓN .....</b>	<b>11</b>
2.1.	DELIMITACIÓN DEL CONCEPTO.....	11
2.2.	RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA Y OBESIDAD .....	12
2.3.	PORQUÉ SE PROPONE TRABAJAR CON GAMIFICACIÓN .....	13
2.4.	NEUROEDUCACIÓN DE LA GAMIFICACIÓN .....	14
2.5.	ANÁLISIS DAFO SOBRE LA ESTRATEGIA PROPUESTA.....	15
<b>3.</b>	<b>ESTRATEGIA: PLANIFICACIÓN .....</b>	<b>16</b>
3.1.	INTRODUCCIÓN .....	16
3.2.	ELEMENTOS DEL CURRÍCULO.....	17
3.2.1.	<i>Objetivos .....</i>	<i>17</i>
3.2.1.1.	<i>Objetivos de etapa.....</i>	<i>17</i>
3.2.1.2.	<i>Objetivos de área .....</i>	<i>18</i>
3.2.1.3.	<i>Objetivos didácticos.....</i>	<i>19</i>
3.3.	COMPETENCIAS CLAVES .....	19
3.4.	CONTENIDOS .....	20
3.5.	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS .....	20

3.6.	DINÁMICAS, MECÁNICAS Y COMPONENTES DE LA GAMIFICACIÓN.....	24
3.7.	SECUENCIACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA .....	25
3.8.	SESIONES .....	26
3.8.1.	<i>Mundo 1 – ¡Bienvenidos al Mundo de Mario Bros!</i> .....	27
3.8.2.	<i>Mundo 2 – ¡Superar las tortugas!</i> .....	31
3.8.3.	<i>Mundo 3 – ¿Y tú cuanto sabes?</i> .....	34
3.8.4.	<i>Mundo 4 – ¡Salvar a Mario!</i> .....	36
3.8.5.	<i>Mundo 5 – ¡Es la hora de alimentarse!</i> .....	38
3.8.6.	<i>Mundo 6 – ¡Castillo a la vista!</i> .....	41
3.8.7.	<i>Mundo 7 – Derrotar a Bowser y salvar a la Princesa Peach</i> .....	43
3.9.	INTERDISCIPLINARIEDAD .....	45
3.10.	EDUCACIÓN EN VALORES Y ELEMENTOS TRANSVERSALES .....	45
6.	EVALUACIÓN DEL PROGRAMA .....	46
6.1.	EVALUACIÓN .....	46
6.1.1.	<i>Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje</i> .....	46
6.1.2.	<i>Relación entre contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y objetivos de área</i> 48	
7.	DESEMPEÑO Y DESARROLLO PROFESIONAL.....	54
8.	CONCLUSIÓN .....	55
9.	ANEXOS.....	56
10.	REFERENCIAS .....	57

## **Resumen**

Tras realizar un análisis de la situación actual en el centro educativo Juan XXIII-Chana, en el cual realicé las prácticas externas del Grado Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, vi la necesidad de proponer un cambio en las clases de educación física.

Esta propuesta pasa de utilizar la técnica y estilos de enseñanza tradicionales, a estrategias innovadoras donde el alumnado tiene un papel proactivo en las clases.

Se basa en una propuesta de gamificación, donde el hilo conductor es Super Mario Bros. Los alumnos tendrán que ir superando los retos y misiones que componen cada mundo para avanzar y conseguir el objetivo: derrotar a Bowser y salvar a la Princesa Peach.

La elección de esta propuesta está basada en los beneficios que tiene la gamificación en el alumnado: motivación, ganas, considerarse parte importante de las clases, papel activo en las mismas... así como también poner en práctica el bloque de salud y calidad de vida a través de formas jugadas.

Además, se pretende que los alumnos lleguen a las recomendaciones que propone la OMS de actividad física diaria y adquieran un nuevo hábito: la práctica de actividad física diaria.

**Palabras claves:** gamificación; Super Mario Bros; salud y calidad de vida; actividad física; motivación; educación secundaria.

## **Summary**

After carrying out an analysis of the current situation in the Juan XXIII-Chana educational center, where I carried out the internship of my Degree in Physical Activity and Sport Sciences, I discovered the need to propose a change in the physical education classes.

This proposal goes from using the traditional techniques and teaching styles, to innovative strategies where the students have a proactive role in the classes. It is based on a gamification proposal, where the guiding thread is Super Mario Bros. The students will have to overcome the challenges and missions in order to move forward and achieve the goal: defeat Bowser and save Princess Peach.

The choice of this proposal is based on the benefits that gamification has on the students: motivation, enthusiasm, consider themselves as an important part of the classes, playing an active role... as well as to put into practice the block of content about health and quality of life through gamified forms.

In addition, the aim is for students to reach the recommendations proposed by the WHO for daily physical activity and to acquire the necessary knowledge and skills and also acquire a new habit: the practice of daily physical activity.

**Keywords:** gamification; Super Mario Bros; health and quality of life; physical activity; motivation; secondary education.

## **1. Análisis de la situación actual real**

### **1.1. Contexto del centro**

#### **1.1.1. Características y organización del centro**

El centro se sitúa en la provincia de Granada, concretamente en el territorio de La Chana. La Chana se localiza en el Sudeste del municipio de Granada. Está delimitada por la carretera de Madrid, Ribera del Río Beiro, línea ferroviaria a Bobadilla y límite municipal.

El territorio de La Chana cubre un total de 166.8 hectáreas. La población alcanza según el Padrón Municipal de Habitantes del Ayuntamiento de Granada a 1 de enero de 2011, un total de 26.045 habitantes distribuidos en tres barrios muy diferenciados, tanto por la trama urbanística como por la composición social de la población que se corresponden con ámbitos vecinales concretos.

La Barriada de Chana aglutina al 70% de la población de la zona. Está integrada por los barrios: Chana, Encina y Angustias que conforman el área más problemática. Es el núcleo donde convergen los focos de más alto riesgo social. No ha alcanzado una identidad social clara, debido a la desestructuración social que se padece.

A nivel educativo, La Chana está por debajo de la media granadina. Según el análisis de los datos, el problema más preocupante está en los adolescentes, a pesar de que todos los niños están escolarizados en colegios públicos o concertados, gran número de niños abandonan los estudios a edad temprana.

Es un centro católico que pertenece a la Institución Juan XXIII que comenzó a funcionar en el año 1965.

Asimismo, en el Centro Juan XXIII-Chana se imparten diferentes etapas educativas, entre las que encontramos:

- Educación Infantil
- Educación Primaria → dos líneas
- Educación Secundaria Obligatoria → tres líneas
- Bachillerato → dos líneas (una de cada modalidad)
  - Ciencias de Naturaleza y de la Salud
  - Humanidades y Ciencias Sociales
- Formación Profesional básica → una línea

### 1.1.2. Recursos materiales

El centro cuenta con un patio, el cuál consta de dos pistas de baloncesto, una de fútbol sala/balonmano y un campo de voleibol. A excepción de este último campo, los demás están integrados dentro del campo de fútbol sala. Por lo que el espacio disponible es reducido.

Asimismo, junto al campo de voleibol se encuentran los aparcamientos de coches/motos para profesores. Actualmente por la situación de pandemia, no se hace uso de esos aparcamientos por lo que no supone un problema para la utilización de las pistas. Del mismo modo, se dispone de un pabellón deportivo el cuál no se utiliza para las clases de educación física debido a que está preparado como salón de actos. Esto es un inconveniente a destacar ya que los días de lluvia las clases se realizan de forma teórica en el aula.

El material que se utiliza para las clases se encuentra dentro del departamento de educación física. Podemos encontrar: balones de fútbol, baloncesto, voleibol y rugby, así como también pelotas de tenis y gomaespuma. Múltiples conos, chinchetas, picas, gomas elásticas para simular redes, cuerdas, aros. También se dispone de raquetas de bádminon, volantes, material autoconstruido por los alumnos de años anteriores como sticks de hockey, mini-porterías, etc.

En la siguiente ilustración se puede observar la distribución de los campos, así como también la ubicación del departamento de educación física y los aparcamientos de los profesores.

#### Ilustración 1.

*Plano específico de pistas deportivas Juan XXIII - Chana*



### **1.1.3. Características del alumnado**

La clase a la que va enfocada esta propuesta didáctica, es 1º de Educación Secundaria Obligatoria. Tiene un total de 33 alumnos/as, siendo 12 niñas y 21 niños. Los alumnos, ven el paso de primaria a secundaria como un cambio notable en sus clases, en el contenido y en el ambiente general, ya que se produce el cambio de colegio a instituto. A pesar de que la mayoría provienen del mismo centro educativo, la ubicación de las clases y/o espacio para el recreo son diferentes.

Teniendo en cuenta todo esto, la unidad didáctica que se propondrá tendrá un comportamiento lúdico, intentando evitar que los educandos pierdan la motivación por las clases. Los alumnos presentan un comportamiento ejemplar, con ganas de aprender, divertirse y disfrutar de las clases de educación física. Además, muestran entusiasmo por los contenidos que se imparten y son muy activos en las clases. Asimismo, hay varios alumnos repetidores que constantemente intentan llamar la atención de sus compañeros, a veces incluso llegando a molestar.

Por otro lado, encontramos 3 alumnos con necesidades educativas especiales (síndrome de Asperger, déficit de atención y coeficiente intelectual límite) que hay que tener en cuenta para las clases. En las clases de educación física, estos alumnos no muestran grandes dificultades. No obstante, se realizarán breves adaptaciones que tienen una buena acogida por todos los alumnos.

Las adaptaciones que se harán serán:

- Antes de comenzar cualquier tipo de actividad propuesta, hacer diferentes preguntas al grupo para corroborar que todos los alumnos tienen clara la actividad y lo que hay que realizar. Esta adaptación estará enfocada tanto para el alumno con síndrome de Asperger, como para el alumno con coeficiente intelectual límite.
- Asignación de roles como realización del calentamiento, responsable del material, ayudante del profesor... Esta adaptación estará dirigida especialmente para los alumnos que constantemente están llamando la atención, así como también para el alumno con déficit de atención.
- Asimismo, en caso de que el alumnado aún siga teniendo dificultad para entender lo que hay que realizar en la actividad, la profesora desgranará la misma paso por paso para que les resulte más sencillo de comprender.

### **1.1.4. Herramienta de evaluación para la situación actual**

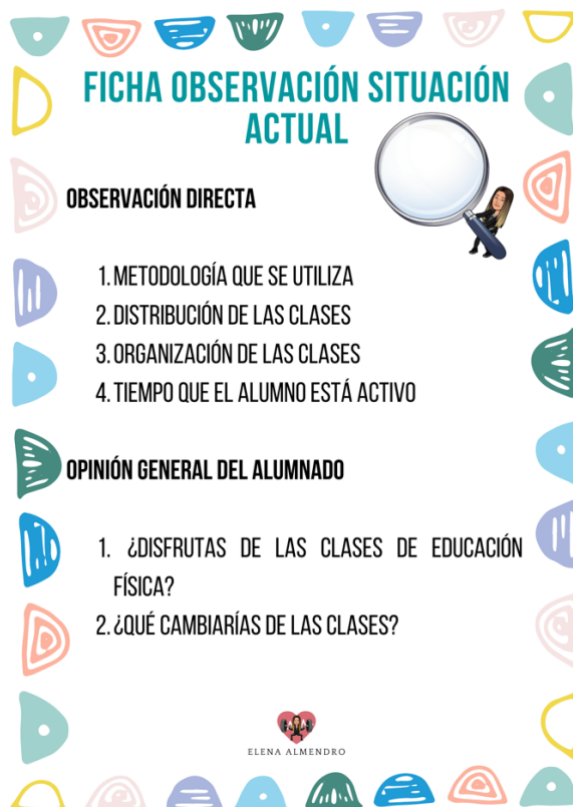
Para realizar el análisis de la situación actual en mi centro educativo de prácticas, C.D.P. Juan XXIII-Chana, he utilizado la observación directa en base a una ficha preestablecida anteriormente, donde encontramos diferentes ítems, orientados principalmente a ver los



déficits que existen en la educación física que actualmente se está llevando a cabo en la clase, y cómo poder mejorarla, teniendo en cuenta la opinión del alumnado.

A partir de este análisis, he visto la necesidad de cambiar la situación actual para que el alumnado pueda aprender disfrutando. Por ello, y como desarrollaré en los siguientes apartados de este documento, se realizará un cambio mediante una propuesta innovadora.

**Ilustración 2.**  
*Ficha observación situación actual*



A modo de conclusión, es importante recalcar que esta propuesta además de ser necesaria para evolucionar en las estrategias que se utilizan en las clases de educación física, también es la elegida por el comportamiento, actitud y predisposición del alumnado, ya que, sin la participación de estos, resulta difícil el correcto funcionamiento de un proyecto gamificado.

### **1.1.5. Metodologías que se utilizan en la actualidad**

Actualmente, en las clases de educación física se está utilizando como técnica de enseñanza la instrucción directa y como estilos de enseñanza los tradicionales (Delgado, 1991), donde los alumnos se limitan a realizar las ejecuciones analíticas que el profesor indica estableciendo el inicio y final de la actividad. Esta metodología hace que los

alumnos se cansen rápido de la actividad, vean poca transferencia de las propuestas que se hacen en clase a su día a día e incluso acaben la clase sin haber disfrutado de la misma. Asimismo, en los contenidos que le gusta, tales como fútbol, a pesar de utilizar la misma técnica y estilos de enseñanza, los alumnos disfrutaban de esas clases, mostrando interés y motivación por las mismas.

Por otro lado, la dinámica de la clase está muy establecida. El profesor sube a la clase, donde pasa lista y habla sobre aspectos importantes, de la sesión o de la asignatura de forma general. A continuación, se baja a la pista. Los alumnos de forma voluntaria (cada día un alumno diferente) realiza un calentamiento compuesto por activación cardiovascular (mayoritariamente una vuelta a la pista corriendo), movilidad articular y estiramientos. Una vez el alumno termina de dirigir el calentamiento, se realiza un trabajo de resistencia propuesto para todo el curso escolar. Este trabajo de resistencia consiste en correr durante varios minutos alrededor de la pista de fútbol sala, con el objetivo de que el alumnado mejore la resistencia cardiovascular. El tiempo va aumentando en función van pasando las semanas, haciendo una evolución progresiva. Sin embargo, el alumno no ve esta práctica como algo positivo, debido a que les resulta aburrida y cansada, a pesar de ser 3-4'. Esto hace que la mayoría ya comiencen la clase poco motivados y además hagan el entrenamiento cardiovascular andando, por lo que el principal objetivo del mismo se estaría perdiendo.

Posteriormente al calentamiento y entrenamiento de resistencia, se realizaría la parte principal con el contenido de la unidad didáctica correspondiente, y para terminar la clase una vuelta a la calma, donde se realizan estiramiento y se explica por qué se ha realizado dicha sesión, los objetivos que se pretendían conseguir y se comenta la actitud/predisposición de los alumnos en la clase.

De igual modo, los contenidos de salud y calidad de vida se han trabajado de una forma más teórica, relacionados más con la condición física. No obstante, de condición física se han realizado circuitos sobre cada una de las capacidades físicas básicas. A estas sesiones, el alumnado no iba motivado porque la distribución de la clase y/o ejercicios les parecían aburridos. Cabe destacar que para llevar a cabo los circuitos no se ha contado con equipo de música que podría aumentar la motivación de los mismos, si no que el propio profesor mediante el silbato daba el comienzo y final de la posta.

Para finalizar, un aspecto que también he echado en falta al analizar la situación actual que se comenta (observada durante la realización de las prácticas de enseñanza en este centro), ha sido el trabajo más autónomo por parte de los alumnos, mediante grupos, cooperando, poniendo puntos en común e intentando que sean ellos mismos los que resuelvan ciertas situaciones.

**Tabla 1.***Estructura actual de una clase tipo de educación física*

<b>Parte inicial</b>	Pasar lista en clase e información inicial
	Bajar al patio y calentamiento
	Entrenamiento de resistencia
<b>Parte principal</b>	Sesión correspondiente al contenido
<b>Parte final</b>	Estiramientos
	Puesta en común

### 1.1.5.1. Propuesta de mejora

Por lo tanto, tras realizar el análisis profundo de la situación actual, como propuesta de mejora se plantea cambiar aquellos aspectos que hacen que los alumnos no vengan motivados a las clases. Considerando ésta una parte fundamental para que el alumnado tenga ganas de aprender y disfrutar de ellas (Huamaní, 2021; Sánchez Pacheco, 2019; Sánchez I Peris, 2015). Además, uno de los principales objetivos de la asignatura de educación física, es que el alumnado consiga adherencia a la práctica de actividad física, para poder así, mejorar su calidad de vida, reduciendo el sedentarismo (Gasol Foundation, 2019) y, consiguiendo de esta manera llegar a las recomendaciones mínimas de actividad física establecidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021).

En primer lugar, una de las modificaciones sería el entrenamiento de resistencia para hacerlo en horario no lectivo mediante la aplicación de STRAVA. A través de esta aplicación todo el alumnado pertenecerá a su club y podrán ver la evolución y actividades que realizan los demás compañeros de clase. Esta actividad se plantea también para todo el curso escolar, intentando entre todos los alumnos llegar a recorrer el máximo de km posibles.

Por otro lado, y centrándome en los siguientes bloques de contenidos:

- Bloque 1. Salud y calidad de vida.
- Bloque 3. Juegos y deportes.

Apostaré por una estrategia innovadora como es la gamificación, que los alumnos no han experimentado nunca y que les dará ese punto de motivación que les falta, aprendiendo con ello a trabajar de forma grupal y, esto hará que las clases de educación física las vean más divertidas además de con un mayor aprendizaje. Es fundamental que el alumno tenga en la clase un papel activo para poder ser partícipe del propio proceso de enseñanza-aprendizaje.

Esta propuesta actualmente está en auge en el ámbito educativo, por lo que son muchos autores los que han demostrado y demuestran su eficacia en el aula, y sobre todo en educación física (Fernández-Rio et al., 2019; Obrador y Campos-Rius, 2019).

## **2. Fundamentación**

### **2.1. Delimitación del concepto**

Para comenzar, es necesario abordar la distinción entre diferentes términos, ya que, a veces, en la literatura se hace un uso indistinto entre serious games y gamificación.

El término de serious games se utiliza cuando se usan simulaciones para enseñar. Es un término que está vinculado más al entrenamiento que al mundo de la docencia. (Reig y Vilchez, 2013).

Según Blázquez (2019), se llama gamificación (o ludificación) a la utilización de técnicas, elementos y dinámicas propias de videojuegos, en actividades y/o ambientes no recreativos o lúdicos, con el fin de conseguir un objetivo común, aumentando la motivación, el aprendizaje y poder evaluar el proceso. Es decir, aprender jugando.

Esta metodología es muy aceptada por parte del alumnado debido a la forma tan atractiva en la que se presentan los contenidos, en la mayoría de los casos vinculado a la utilización de TIC y a entornos con los que el alumnado está actualmente familiarizado como son los videojuegos.

En la actualidad educativa, la gamificación está de forma muy presente en las aulas. Sin embargo, el término de gamificación se viene utilizando desde tiempos muy anteriores en el mundo empresarial. Esta práctica tiene como objetivo aumentar la productividad a través de la motivación de sus empleados y consumidores (Díaz, 2017).

Sin alejarnos mucho del ámbito deportivo, una de las empresas que utiliza esta estrategia es la multinacional Nike. En su aplicación ‘‘Nike+’’, puedes registrar tus distancias recorridas, para ver tu progreso e incluso competir con tus amigos o todos los usuarios de la aplicación, proporcionando clasificaciones semanales, mensuales, anuales... de esta manera consigue que sus usuarios sean activos. Al mismo tiempo, se pueden conseguir insignias con los retos preestablecidos por la aplicación. La finalidad de esta estrategia fue la de aumentar su venta de zapatillas para correr, y la cuál se consiguió (Kuo. I., 2015).

A modo de conclusión y siguiendo a Reig & Vilchez (2013), podemos decir que gamificación está más ligada a la motivación, mientras que serious games tiene más relación con el entrenamiento, por ello en este trabajo se hablará sobre gamificación.

## 2.2. Recomendaciones de actividad física y obesidad

Actualmente, otro de los aspectos que destaca en el ámbito escolar es la obesidad y escasa actividad física que realizan los estudiantes.

Las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (2021) para niños y adolescentes de 5 a 17 años, establece la realización al menos de 60 minutos al día de actividad física de intensidad moderada o vigorosa. Además, 3 días a la semana o más se deberían realizar actividades aeróbicas de intensidad vigorosa, así como actividades que refuercen los músculos y los huesos.

Sin embargo, la mayor parte de adolescente, no cumple con estas recomendaciones, lo cual supone un problema. La consecuencia de ello es el aumento de la obesidad, considerada ya como *‘enfermedad metabólica, inflamatoria, de curso crónico, multifactorial y de gran repercusión en la salud pública’* (Masud, 2012). La OMS (2020) la considera como *‘la epidemia del siglo XXI’*.

Tal y como nos indican Quiles Izquierdo et al., (2008) y la Organización Mundial de la Salud (2021), la obesidad está relacionada con diferentes problemas como pueden ser: enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo II, patologías del sistema musculoesquelético, algunos tipos de cáncer... por lo tanto, podemos decir que la obesidad reduce la calidad y esperanza de vida.

En la actualidad, el estilo de vida que se existe es predominantemente sedentario, por todos los factores que en ellos inciden: trabajo, transporte mecanizado, tiempo de ocio, videojuegos... quedando un escaso tiempo para la práctica de actividad física en los mejores de los casos (Quiles Izquierdo et al., 2008).

Por otro lado, cabe destacar que el 99% de los casos de obesidad en la infancia, se deben a estilos de vida poco saludables (Quiles Izquierdo et al., 2008). Pudiendo tomar esta referencia como algo positivo ya que son factores modificables, en los que podemos actuar. Tal y como afirma el Instituto Nacional de Estadística (2020) en la Encuesta Europea de Salud en España, la actividad física tiene una relación inversa ante las enfermedades mencionadas anteriormente. Es decir, a mayor cantidad de actividad física, menor será el riesgo de padecer estas enfermedades.

Por ello, es importante que, en la edad escolar, los alumnos adquieran adherencia a la práctica de actividad física y/o deporte, ya que el 38% de los alumnos se consideran sedentarios fuera del horario escolar. En España, dos de cada tres niños tienen baja actividad física extraescolar (Quiles Izquierdo et al., 2008).

También es un inconveniente para el rendimiento académico de los niños, debido a que disminuye provocando problemas de memoria y de aprendizaje, aumentando a su vez problemas de salud y bienestar (Ministerio de Protección Social, 2011).

Uno de los objetivos de esta propuesta, es contribuir a que todo el alumnado llegue a las recomendaciones de la OMS, y estimar al alumnado para que practique deporte en su tiempo de ocio creando así una mayor adherencia al mismo, ya que las clases de educación física tienen un peso lectivo bajo para conseguirlo diariamente.

La motivación será un aspecto fundamental en nuestras clases para que el alumnado una vez finalice el horario escolar se sienta con ganas y ánimos para practicar actividad física fuera del colegio. Considerando nuestra asignatura como un agente fundamental para restar los niveles de sedentarismo y obesidad en la edad escolar, y que estos comiencen con los hábitos saludables (Gasol Foundation, 2019).

### **2.3. Porqué se propone trabajar con gamificación**

Actualmente, la educación física no ha acabado de evolucionar. Se siguen utilizando los mismos estilos de enseñanza que en el siglo pasado, siendo necesaria esta evolución para desvincular la asignatura a mejorar el rendimiento, y centrarla en el verdadero aprendizaje de contenidos útiles para la vida del alumnado (Pérez Pueyo et al., 2021).

El objetivo principal de las nuevas estrategias, donde se incluiría la gamificación, es la de crear prácticas reales, con transferencia al día a día del alumnado, siendo esta más enriquecedora y positiva (Pérez Pueyo et al., 2021; Pérez-López, 2021). Además, el alumnado encontraría motivación para la realización de actividad física fuera del entorno escolar (Pérez-Pueyo, 2016; Sánchez I Peris, 2015).

La elección de esta propuesta es para darle sentido y relación al currículum (Redondo, 2017) estando en consonancia con los objetivos que se pretenden, es decir, que el alumnado vea transferencia directa de lo que se realiza y aprende en clase a situaciones reales, ya que es un aspecto que escasea en las clases actualmente (Pérez-López, 2021), y que aumente su nivel de actividad física, cumpliendo con las recomendaciones de la OMS, al mismo tiempo que intentar crear adherencia a la práctica de actividad física.

Según Redondo (2017), el juego es una herramienta indispensable en la vida del alumno para conseguir aprendizaje, consiguiendo ese punto de motivación, resolución de problemas, donde el alumnado debe experimentar y probar para llegar a una conclusión. Creando hipótesis, que ellos mismos tienen que comprobar su efectividad (Redondo, 2017).

Además, disminuye el miedo a equivocarse que suelen tener los alumnos en edades tempranas, pudiendo afrontarlas a través de metodologías innovadoras como la que se propone (Sánchez I Peris, 2015).

Son múltiples los estudios que avalan el aumento de la motivación del alumnado a través de la gamificación. Estos la ven como una estrategia además de innovadora muy atractiva, lo que hace que su interés aumente (Huamaní, 2021; Sánchez Pacheco, 2019; Sánchez I Peris, 2015). Por lo tanto, el principal objetivo, siguiendo en la misma línea que Huamaní (2021) y Sánchez I Peris (2015), es la motivación del alumno para que su participación sea más activa, se involucre en los retos propuestos, cooperando y colaborando con el resto de compañeros, aumentando la concentración y el esfuerzo del mismo. El éxito de la gamificación es conseguir que el alumno aprenda más, divirtiéndose, pudiendo llegar con ello a una mayor adherencia a las actividades propuestas.

Sin embargo, la gamificación debe estar personalizada a la clase a la que va dirigida para que todos los alumnos, incluyendo aquellos con necesidades educativas especiales, disfruten y alcancen el objetivo del proyecto (Redondo, 2017).

Cabe destacar, que el fin de la utilización de actividades lúdicas en el entorno educativo, no se centra en el entretenimiento, sino en el aprendizaje. Estas actividades tienen que estar en consonancia con los objetivos y contenidos, buscando el aprendizaje significativo del alumno (Sánchez I Peris, 2015).

Uno de los principales objetivos cuando se ponen en marcha nuevas estrategias, es siempre en beneficio del alumno. Se busca que sean ellos mismos los principales partícipes de su propia formación a través de la participación, de la resolución de problemas, aumentando de esta forma la autonomía, cooperación y colaboración (Sánchez I Peris, 2015).

#### **2.4. Neuroeducación de la gamificación**

Según Figueiras (2021) ‘*la neuroeducación puede ser definida como la especialidad que integra educación, neurociencia y psicología con el objetivo de implementar estrategias educativas que permitan optimizar el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes*’.

Desde el punto de vista neuroeducativo, en la gamificación participan neurotransmisores muy importantes para el proceso enseñanza-aprendizaje del alumnado. Estos son: dopamina, oxitocina, serotonina y endorfina.

Tal y como indica Marczewski (2015):

- La dopamina está relacionada con el placer. Por lo tanto, en gamificación se libera cuando el alumnado recibe una recompensa, favoreciendo también la motivación. Esto conseguirá que el compromiso del alumno aumente favoreciendo el descubrimiento y la exploración.
- La oxitocina está centrada en las relaciones con los demás. Esto es un aspecto muy importante en la gamificación ya que fomentará la colaboración y cooperación además de la competición. Aumenta la relación de pertenencia a un grupo, siendo a veces fundamental para los alumnos. Este neurotransmisor aumentará al conocer la narrativa en la que los alumnos estarán inmersos.
- La serotonina influye en el estado de ánimo. Está relacionada con la consecución de insignias, cartas o recompensas, lo cual hace que el alumno se sienta importante en el proceso.
- La endorfina al liberarse hace que el alumno se sienta bien. Esto se potenciará en la gamificación cuando en una situación y/o problema el alumno consiga resolverlo. Por lo tanto, consigue esa satisfacción como consecuencia del esfuerzo.

## 2.5. Análisis DAFO sobre la estrategia propuesta

En la siguiente tabla se puede observar un análisis de la estrategia propuesta. En este se pueden observar las debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades de dicha propuesta.

**Tabla 2.**  
*Análisis DAFO.*

	Interno	Externo
Negativo	<p><b>Debilidades</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Alumnado poco motivado.</li> <li>▪ Desconocimiento de la gamificación.</li> <li>▪ Falta de espacio para posibles días con lluvia.</li> </ul>	<p><b>Amenazas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sacar al alumno de su zona de confort con nuevas estrategias de aprendizaje.</li> <li>▪ Escasez de recursos TIC en el centro.</li> <li>▪ El alumno se centre solo en el juego y no en el aprendizaje.</li> </ul>



<b>Positivo</b>	<p><b>Fortalezas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cada alumno puede seguir su ritmo de aprendizaje.</li> <li>▪ Aumentar la cooperación, colaboración y competición de manera sana.</li> <li>▪ Aumentar la autoestima del alumnado por su autonomía.</li> </ul>	<p><b>Oportunidades</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Estrategia de aprendizaje por descubrir.</li> <li>▪ Alumnado predispuesto a aprender.</li> <li>▪ Fortalecer el proceso de enseñanza-aprendizaje.</li> <li>▪ Autonomía en el alumnado.</li> </ul>

### 3. Estrategia: Planificación

#### 3.1. Introducción

Tras analizar la situación actual, la metodología que se utiliza y la disposición del alumnado veo necesario un cambio en las clases de educación física favoreciendo la implicación, motivación y aprendizaje del discente.

La estrategia propuesta será gamificación, teniendo como narrativa la historia de Mario Bros. Esta elección está basada en los beneficios que ofrece y que anteriormente he mencionado.

No obstante, es importante destacar que será una unidad didáctica intermitente. Esto se debe a que uno de los principales objetivos es crear adherencia a la actividad física, por lo tanto, considero que es la forma más directa de contribuir en ello.

Esta unidad didáctica intermitente llamada ‘‘La Conquista del Mundo de Mario Bros’’ tendrá un total de 7 sesiones a lo largo de todo el curso escolar. Estas tendrán lugar al comienzo y al final del trimestre. Será, por lo tanto, distribuida de la siguiente manera:

**Tabla 3.**  
*Distribución de sesiones*

<b>La Conquista del Mundo de Mario Bros</b>			
<b>Temporalización</b>	<b>Principio trimestre</b>	<b>Final trimestre</b>	<b>Final curso escolar</b>
<b>Primer trimestre</b>	Mundo 1	Mundo 2	
<b>Segundo trimestre</b>	Mundo 3	Mundo 4	
<b>Tercer trimestre</b>	Mundo 5	Mundo 6	Mundo 7

## **3.2. Elementos del currículo**

### **3.2.1. Objetivos**

#### **3.2.1.1. Objetivos de etapa**

Trae a colación aclarar que los objetivos y competencias de la etapa tomados en consideración para la elaboración de la presente unidad didáctica son los establecidos en el Real Decreto 1105/2014, ya que son los vigentes el presente curso escolar 2021/2022.

No obstante, actualmente estamos inmersos en un cambio legislativo de implantación progresiva de la nueva Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación.

Esta ley ha traído consigo importantes cambios como la publicación del reciente Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria, que deroga el Real Decreto 1105/2014. Este será de aplicación para primero y tercero el próximo curso escolar 2022/2023, y para segundo y cuarto en el curso 2023/2024.

De acuerdo con el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato, los objetivos de etapa que se llevarán a cabo en esta unidad didáctica son los siguientes:

- a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.
- b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.
- c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.
- d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de

cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

- g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

### **3.2.1.2. Objetivos de área**

De acuerdo con la Orden del 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas, los objetivos de área que se llevarán a cabo en esta unidad didáctica son:

- 1) Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.
- 3) Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.
- 4) Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.

- 8) Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.
- 11) Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.
- 12) Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas.

### **3.2.1.3. Objetivos didácticos**

Con respecto a los objetivos didácticos que se pretenden alcanzar en esta propuesta, son los siguientes:

- Comprender todos los aspectos básicos y esenciales de la gamificación.
- Desarrollar habilidades sociales de respeto en trabajos en grupos.
- Conocer y diferenciar los hábitos saludables y no saludables.
- Entender los principios fundamentales para tener una buena salud.
- Desarrollar hábitos de vida saludables y ser capaz de mantenerlos en el tiempo.
- Desarrollar las habilidades motrices básicas de una forma diferente a la habitual.
- Fomentar la práctica activa.

### **3.3. Competencias claves**

Las competencias claves que se desarrollan en la unidad didáctica según la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato, y que se llevarán a cabo en esta propuesta son las siguientes:

- Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT) porque en ciertos momentos el alumno tendrá que resolver situaciones en las que necesite realizar cálculos como por ejemplo para la tabla de clasificación o resultados de un reto.
- Competencia de aprender a aprender (CAA) porque los alumnos tendrán que planificar y organizarse para buscar la solución y razonamiento más acorde para

la resolución del reto o actividad propuesta, por lo que tendrán que diseñar su propio plan de actuación para conseguir el objetivo final.

- Competencia sociales y cívicas (CSC) porque es fundamental el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo en esta unidad didáctica. Podríamos decir que es la base para que funcione correctamente.
- Competencia de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP) porque los alumnos serán los principales protagonistas. Tienen la responsabilidad en la planificación y en el desarrollo del trabajo. Tendrán que ejercer diferentes roles para la consecución del objetivo.

### **3.4. Contenidos**

Según la Orden del 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad autónoma de Andalucía, los contenidos que se van a desarrollar en la presente unidad didáctica son los siguientes:

- Bloque 1. Salud y calidad de vida.
  - o La alimentación y la salud.
  - o Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.
  - o Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.
- Bloque 3. Juegos y deportes.
  - o Juegos cooperativos.
  - o Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.
  - o Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.

### **3.5. Orientaciones metodológicas**

De acuerdo con el Real Decreto 1105/2014, define metodología como “conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados.”

Atendiendo a la Orden de 15 enero de 2021 indica que los estilos de enseñanza-aprendizaje y las estrategias metodológicas utilizadas generan climas de aprendizaje que contribuyen óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. El profesorado de educación física debe conocer, aplicar y desarrollar diversos estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje teniendo en cuenta al alumnado

para facilitar la consecución de los objetivos planteados y el desarrollo de las competencias claves.

Podemos definir la intervención didáctica como la actuación del profesor con el fin de enseñar y educar al alumno (Delgado, 1991).

Según Navarro et al. (2020) la técnica de enseñanza es la manera en la que interviene el profesor en clase al comunicar lo que quiere enseñar. Asimismo, definen estilo de enseñanza a la manera en la que el profesor enseña.

Es importante, tener clara la terminología utilizada debido a que son términos que llevan a confusión. A pesar de ser diferentes, la técnica y los estilos de enseñanza están muy relacionados.

Con respecto a la técnica de enseñanza, la más acorde a la unidad didáctica planteada será mediante la indagación o búsqueda. Según Rando Aranda (2010) en esta técnica de enseñanza el valor principal está en los alumnos. Ellos son los que construyen su propio aprendizaje ante los problemas planteados. Por un lado, el proceso de aprendizaje tiene mayor relevancia gracias a la implicación del alumnado en la resolución de los problemas. Por otro lado, el profesor tiene dos roles: el de motivar a los alumnos para alcanzar la resolución de los retos propuestos anteriormente, y la de proporcionar su ayuda y/o guiar al alumnado en el caso de que sea necesario para la resolución del mismo. Asimismo, con esta técnica de enseñanza lo que se pretende es aumentar la implicación del alumnado en las clases, generar mayor autonomía y crear un clima de cooperación.

Tal y como define Mosston (1978), los estilos de enseñanza reflejan la interacción de profesor-alumno en la toma de decisiones y en el papel que adopta cada uno de ellos en la clase de educación física. Asimismo, Delgado (1991) puntualiza los estilos de enseñanza como la forma de interaccionar con los alumnos durante las decisiones preactivas, interactivas y postactivas. Los estilos de enseñanza tienen como fin el aprendizaje significativo de los alumnos (Delgado, 1991). Por lo tanto, se utilizarán aquellos estilos de enseñanza más acorde con el aprendizaje buscado. De la misma forma, y siguiendo el pensamiento de Delgado (1991), el centrarse en un solo estilo de enseñanza, conseguirá que se limite el aprendizaje del alumno, por lo que se utilizarán diferentes estilos de enseñanza para que los propios alumnos puedan experimentar como se trabaja con cada uno de ellos. Sin embargo, estos tienen que estar en relación con los contenidos, con las características de los alumnos y además con los objetivos que se pretenden conseguir.

La clasificación de los estilos de enseñanza que realiza Delgado (1991), es la siguiente:

- Estilos de enseñanza tradicionales.

- Estilos de enseñanza que fomentan la individualización.
- Estilos de enseñanza que posibilitan la participación del alumno en la enseñanza.
- Estilos de enseñanza que propician la socialización.
- Estilos de enseñanza que implican cognoscitivamente de forma más directa al alumno en su aprendizaje.
  - o Descubrimiento guiado.
  - o Resolución de problemas.
- Estilos de enseñanza que favorecen la creatividad.

Siguiendo dicha clasificación, esta unidad didáctica se centrará en los estilos de enseñanza que implican cognoscitivamente de forma más directa al alumno en su aprendizaje, debido a que son los estilos más acordes a los objetivos planteados y al alumnado. Por lo tanto, dejamos a un lado la idea de seguir las instrucciones del profesor/a, haciendo que sea el propio alumnado el que busque la solución al problema propuesto mediante la búsqueda de respuestas a sus propias hipótesis. Los estilos de enseñanza principales serán el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

Actualmente, uno de los problemas que se pueden observar en las clases de educación física es que los alumnos no perciben una transferencia directa de lo que se lleva a cabo en clase a su día a día. Como comenta Pérez-López (2021) la práctica descontextualizada en educación física es algo que está presente día a día en los centros educativos. Esto hace que los discentes no vean una finalidad o funcionalidad a lo que están realizando. Por ello, esto será también un punto que se tendrá en cuenta en la realización de esta propuesta con el fin de que los alumnos fuera del horario escolar pongan en práctica todo o la mayor parte de los contenidos enseñados, viendo una transferencia directa a la realidad.

Por ello, se utilizará como estrategia innovadora la gamificación. Con esta estrategia se pretende que los alumnos adquieran ese componente emocional y motivacional a través del juego, para que la práctica de actividad física se convierta en algo fundamental en su día a día. En esta propuesta, los alumnos tienen un papel muy importante y participativo, ya que la profesora será una mera guía para facilitar el aprendizaje.

La narrativa a utilizar será Mario Bros, donde el objetivo de los alumnos es volver a conquistar el castillo que ha sido tomado por Bowser, donde tiene a la Princesa Peach secuestrada. Esta reconquista solo será posible hacerla realidad a través de retos y actividad física. ¿Serán capaces nuestros alumnos de desterrar a Bowser y salvar a la Princesa Peach?

Por otro lado, uno de los aspectos que tienen en cuenta los alumnos, son los feedback que se les aporta durante las clases, pudiendo así aumentar su aprendizaje y motivación. Según la Real Academia Española (R.A.E.), feedback significa ‘*retroalimentación*’. Asimismo, retroalimentación es el ‘*efecto retroactivo de un proceso sobre la fuente que*

lo origina'', es decir, dar información al alumno sobre el proceso que ha realizado o va a realizar.

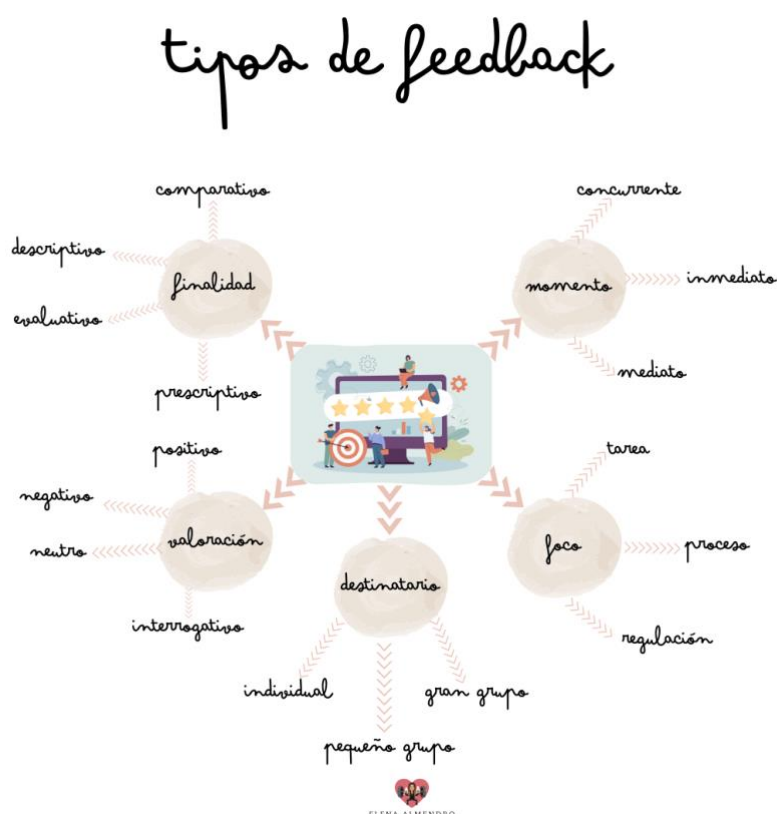
A través del feedback lo que se busca es que el alumno adquiera un aprendizaje significativo tal y como afirman Fernández y Peño (2019).

El feedback hoy en día es un recurso muy importante en las clases de educación física y que el alumno tiene muy en cuenta. La aportación de un feedback al alumno, viene precedido de la observación directa y activa del profesor hacia su alumnado. El comportamiento motriz del alumno, se puede ver modificado gracias a las aportaciones de feedback, fomentando el aprendizaje significativo del alumno (Fernández y Peño, 2019).

Los tipos de feedback se pueden clasificar en función de sus componentes, encontrando 5 tipos como se puede observar en la siguiente ilustración.

**Ilustración 3.**

*Tipos de feedback (Fernández y Peño, 2019).*



A pesar de que todos los tipos de feedback se pueden utilizar en una misma clase de educación física, el más importante en esta unidad didáctica y a su vez el más usado será



el de foco. Este feedback permite evaluar el proceso de realización de la tarea, así como también el interrogativo de valor tendrá gran relevancia. Este se utilizará cuando el alumno esté estancado y la profesora intente orientarlo, en lugar de darle una respuesta clara y concisa, se harán preguntas para que siga siendo el propio alumno el que llegue a su objetivo final.

### 3.6. Dinámicas, mecánicas y componentes de la gamificación

En primer lugar, es importante tener en cuenta las dinámicas, mecánicas y componentes que va a tener la propuesta gamificada.

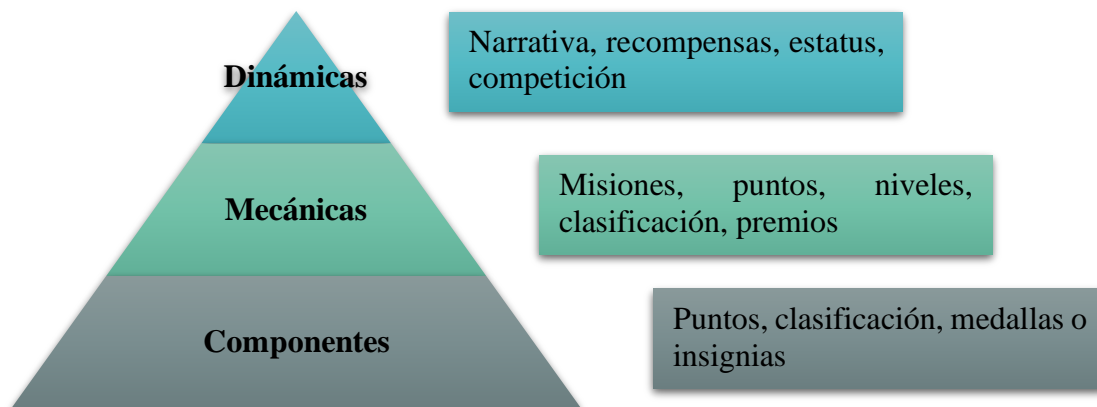
Comenzaremos describiendo estas tres características fundamentales en cualquier proyecto gamificado, siendo la base del mismo. Según Quintero (2018):

- Dinámicas: se pueden considerar como la narrativa y estética general del juego. Se llevará a cabo mediante las mecánicas.
- Mecánicas: se pueden considerar como las reglas que tiene el juego que conseguirán llevar a cabo las dinámicas.
- Componentes: se pueden considerar como los ingredientes para crear y mantener la motivación del alumnado.

La propuesta gamificada contiene las siguientes dinámicas, mecánicas y componentes.

#### Ilustración 4.

*Dinámicas, mecánicas y componentes*



En la siguiente tabla, se reflejan los niveles de consecución de lo anteriormente esquematizado.

**Tabla 4.**

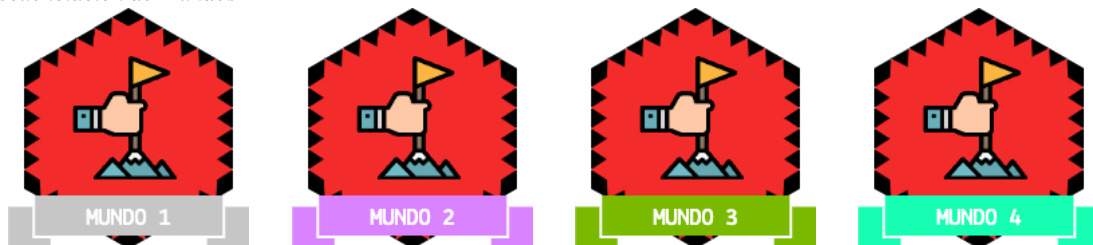
*Niveles de consecución de las dinámicas, mecánicas y componentes*

<b>Dinámicas</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Narrativa</b> – Mario Bros</li><li>2. <b>Recompensas</b> – Puntos e insignias</li><li>3. <b>Estatus</b> – Tabla de clasificación, insignias y evolución de niveles</li><li>4. <b>Competición</b> – Tabla de clasificación</li></ol>
<b>Mecánicas</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Puntos</b> – Cada reto superado son 300 XP.</li><li>2. <b>Niveles</b> – Existen 6 niveles en los que ir evolucionando (Detallados en la sesión 1)</li><li>3. <b>Premios</b> – Insignias. Cada una tiene un propósito para conseguirla.</li><li>4. <b>Clasificación</b> – Se realizará una tabla de clasificación en base a los puntos, números de insignias y niveles.</li><li>5. <b>Misiones</b> – Son los retos que hay que superar en cada mundo para poder avanzar.</li></ol>
<b>Componentes</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Puntos</b></li><li>2. <b>Medallas/Badges</b></li><li>3. <b>Clasificaciones</b></li></ol>

### 3.7. Secuenciación de la unidad didáctica

**Ilustración 5.**

*Secuenciación de Mundos*



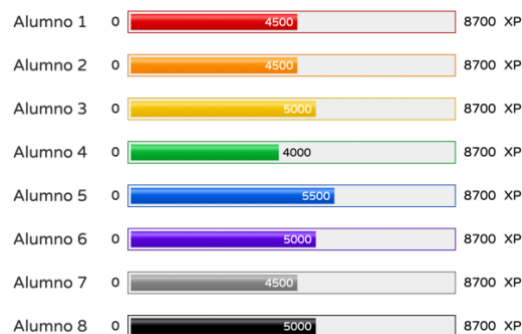


### 3.8. Sesiones

Todas las sesiones van a seguir la misma estructura, pudiendo diferenciar tres partes en ellas.

- Calentamiento. Se llevará a cabo con juegos propuesto por los alumnos en las primeras clases. Al comienzo del curso, creamos ‘‘El bote del calentamiento’’ donde todos los alumnos incluyeron varios juegos para realizar en esta parte. Cada día se sacará un juego, y será el propio alumno que lo creó el responsable de llevarlo a cabo.
- Parte principal. Donde se realizarán todas las misiones/retos propuestos en las sesiones. Los alumnos en estas misiones podrán conseguir puntos, insignias y subir de nivel para alcanzar nuestro objetivo final: la conquista del castillo, derrotando a Bowser y salvando a la princesa.
- Parte final. Donde se realizará el recuento de los puntos conseguidos por los alumnos, así como actualizar la tabla de clasificación.

**Ilustración 6.**  
*Tabla de clasificación*




Asimismo, como comenté anteriormente, en la clase nos encontramos con tres alumnos con necesidades educativas especiales: asperger, coeficiente intelectual límite y déficit de atención. Esta propuesta tiene en cuenta las dificultades que pueden tener estos alumnos debido a que la gran mayoría de retos propuestos se hacen por equipos. También, destacar que en educación física no tienen grandes dificultades. No obstante, puede ser un punto débil la comprensión del reto. Por lo tanto, es una condición general para toda la propuesta, que los retos tienen que ser leído en grupo para facilitar la comprensión. Sin embargo, si el alumnado sigue con dudas con respecto a la ejecución del mismo, la profesora le describirá la actividad por pasos, favoreciendo así la comprensión.






### 3.8.1. Mundo 1 – ¡Bienvenidos al Mundo de Mario Bros!

**Tabla 5.**

*Mundo 1. ¡Bienvenidos al Mundo de Mario Bros!*

Unidad Didáctica		‘‘La Conquista del Mundo de Mario Bros’’		Curso	1º ESO
<b>Mundo 1</b>	¡Bienvenidos al Mundo de Mario Bros!	<b>Tiempo</b>	50’	<b>Nº alumnos</b>	33
<b>Materiales</b>	Proyector y ordenador		<b>Instalación</b>	Pabellón	
<b>Objetivos de la sesión</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer el método de trabajo de esta unidad didáctica</li> <li>- Comprender todos los aspectos básicos y esenciales para su funcionamiento</li> <li>- Entender la dinámica de las sesiones y el funcionamiento de la misma</li> <li>- Captar la atención del alumnado a través del hilo conductor</li> </ul>					
<b>Objetivos de etapa</b>			<b>Objetivos de área</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• a)</li> <li>• b)</li> <li>• c)</li> <li>• d)</li> <li>• g)</li> <li>• k)</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 4</li> <li>• 11</li> </ul>		
<b>Contenidos</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bloque 1. Salud y calidad de vida</li> <li>- Bloque 3. Juegos y deportes</li> </ul>					









<b>Criterios de evaluación</b>	• 8	<b>Estándares de aprendizaje</b>	• 8.3		
<b>Herramientas de evaluación</b>					
Observación directa – se utilizará esta herramienta de evaluación de forma general, viendo la implicación, ganas y predisposición del alumnado al comienzo de la unidad didáctica.					
<b>Competencias claves</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología</li> <li>- Competencia de aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> </ul>					
<b>Estrategia práctica</b>	Gamificación	<b>Técnica de enseñanza</b>	Instrucción directa	<b>Estilo enseñanza</b>	Mando directo
<b>Información inicial</b>					
<p>En esta sesión inicial, se les presentará en primer lugar un vídeo en el proyector, para meternos de lleno en la temática. Además, la profesora ese día se disfrazará de Mario Bros. En el <a href="#">video</a> (anexos), se les hace a los alumnos una introducción y además qué tienen que hacer para ayudar, y como conseguirlo.</p> <p>Posteriormente se entregará un contrato de compromiso (diario jugado), que todos los alumnos deberán firmar, comprometiéndose a estar activos en las clases, cumpliendo con los objetivos que se propongan.</p> <p>Se preestablecerán unos grupos para las sesiones que se realizarán en conjunto.</p> <p>Asimismo, se presentarán retos voluntarios para hacer fuera de horario escolar.</p> <p>En esta misma presentación, se les hará entrega a los alumnos del diario jugado para que ahí tengan un registro de los retos voluntarios, de las insignias conseguidas y hacer una autoevaluación de cada sesión.</p> <p>Las tarjetas con los retos descritos se encontrarán en anexos.</p>					
<b>Niveles de jugadores</b>					
<b>Nivel 1 – Koopa recién nacida</b>		<p>Todos los alumnos empiezan siendo Koopa al nacer</p>			
					
<b>Nivel 2 – Koopa en la infancia</b>		<p>Para alcanzar este nivel se necesita:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Insignia Mundo 1, 2 y 3</li> </ul>			

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Insignia Responsable</li> <li>- Insignia Utilero</li> </ul>
<p><b>Nivel 3 – Koopa en la adolescencia</b></p> 	<p>Para alcanzar este nivel se necesita:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Insignia Mundo 4 y 5</li> <li>- Insignia Naturaleza</li> <li>- Insignia Compañía</li> </ul>
<p><b>Nivel 4 – Koopa evolucionando</b></p> 	<p>Para alcanzar este nivel se necesita:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entre el 25-40% realizado de los retos: pasos, transporte activo y desayuno saludable (se puede bajar de nivel si no se mantiene en el tiempo)</li> </ul>
<p><b>Nivel 5 – Mario Bros</b></p> 	<p>Para alcanzar este nivel se necesita:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entre el 40-50% realizado de los retos: pasos, transporte activo y desayuno saludable al mes (se puede bajar de nivel si no se mantiene en el tiempo)</li> </ul>
<p><b>Nivel 6 – Super Mario Bros</b></p> 	<p>Para alcanzar este nivel se necesita:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Más del 50% realizado de los retos: pasos, transporte activo y desayuno saludable al mes (se puede bajar de nivel si no se mantiene en el tiempo)</li> </ul>
<b>Retos voluntarios</b>	
<b>Nombre</b>	<b>Reto</b>
<b>Pasos</b>	<p>Este reto consiste en realizar diariamente 10.000 pasos. El día que se realicen los pasos indicados, hacer una foto al reloj o móvil donde indique el total de pasos y subirlo a Classroom en el lugar indicado. Además, hacer el registro en el diario jugado. (Anexo – Diario jugado Super Mario Bros)</p>

<p align="center"><b>Transporte Activo</b></p>	<p>Este reto consiste en venir al colegio andando, en bicicleta o de cualquier forma no mecanizada. Para verificarlo, hacer una foto y subirlo a Classroom en el lugar indicado. Además, hacer el registro en el diario jugado. (Anexo – Diario jugado Super Mario Bros)</p>
<p align="center"><b>Desayuno Saludable</b></p>	<p>Este reto consiste en hacer un desayuno saludable, sin incluir ultra procesados. Para verificarlo, hacer una foto y subirlo a Classroom en el lugar indicado. Además, hacer el registro en el diario jugado. (Anexo – Diario jugado Super Mario Bros)</p>
<p align="center"><b>Actividad física en compañía</b></p>	<p>Este reto consiste en hacer actividad física con tu familia y/o amigos. Para verificarlo, hacer una foto y subirlo a Classroom en el lugar indicado.</p>

**Insignias**

 <p align="center">MUNDO 1</p>	 <p align="center">MUNDO 2</p>	 <p align="center">MUNDO 3</p>	 <p align="center">MUNDO 4</p>
<p>Mundo 1 – Se consigue al superar al menos la mitad de las misiones de este mundo</p>	<p>Mundo 2 – Se consigue al superar al menos la mitad de las misiones de este mundo</p>	<p>Mundo 3 – Se consigue al superar al menos la mitad de las misiones de este mundo</p>	<p>Mundo 4 – Se consigue al superar al menos la mitad de las misiones de este mundo</p>
 <p align="center">MUNDO 5</p>	 <p align="center">MUNDO 6</p>	 <p align="center">BATALLA FINAL</p>	 <p align="center">¡SALVADA!</p>
<p>Mundo 5 – Se consigue al superar al menos la mitad</p>	<p>Mundo 6 – Se consigue al superar al menos la mitad de</p>	<p>Batalla final – Se consigue al superar a Bowser</p>	<p>¡Salvada! – Se consigue cuando se</p>

de las misiones de este mundo	las misiones de este mundo		salva a la Princesa Peach
			
Puntos XP – Se consigue al superar cada misión (uno por cada misión superada)	Responsable – Se consigue cuando el alumno trae el material necesario a clase	Utillero – Se consigue cuando se ayuda al profesor a sacar y recoger el material	Saludable – Se consigue a través del reto de desayuno saludable (mínimo 15 días al mes)
			
Activo – Se consigue a través del reto de pasos (mínimo 15 días al mes)	Naturaleza – Se consigue al realizar actividad física en la naturaleza	Compañía – Se consigue al realizar el reto de actividad física en compañía	Solidario – Se consigue cuando se ayuda a los demás compañeros

### 3.8.2. Mundo 2 – ¡Superar las tortugas!

Tabla 6.

Mundo 2. ¡Superar las tortugas!

<b>Unidad Didáctica</b>		<b>“La Conquista del Mundo de Mario Bros”</b>			<b>Curso</b>	<b>1º ESO</b>
<b>Mundo 2</b>	¡Superar las tortugas!	<b>Tiempo</b>	50’	<b>Nº alumnos</b>	33	
<b>Materiales</b>	Pelotas, esterillas, toalla, chapas		<b>Instalación</b>	Pabellón o pista exterior		
<b>Objetivos de la sesión</b>						
- Desarrollar habilidades sociales de respeto en trabajos en grupos						



<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar las habilidades motrices básicas de una forma diferente a la habitual</li> <li>- Fomentar la práctica activa</li> </ul>					
<b>Objetivos de etapa</b>			<b>Objetivos de área</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• a)</li> <li>• b)</li> <li>• c)</li> <li>• d)</li> <li>• g)</li> <li>• k)</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4</li> <li>• 11</li> </ul>		
<b>Contenidos</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bloque 1. Salud y calidad de vida</li> <li>- Bloque 3. Juegos y deportes</li> </ul>					
<b>Criterios de evaluación</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3</li> <li>• 5</li> </ul>		<b>Estándares de aprendizaje</b>	
				<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3.3</li> <li>• 3.4</li> <li>• 5.1</li> </ul>	
<b>Herramientas de evaluación</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lista control de retos/misiones</li> <li>- Ficha de autoevaluación – diario jugado</li> <li>- Rúbrica</li> </ul>					
<b>Competencias claves</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología</li> <li>- Competencia de aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor</li> </ul>					
<b>Estrategia práctica</b>	Gamificación	<b>Técnica de enseñanza</b>	Indagación o búsqueda	<b>Estilo enseñanza</b>	Descubrimiento guiado
<b>Información inicial</b>					
<p>Bowser ha invadido nuestro castillo, y ha secuestrado a la Princesa Peach, ¡tenemos que derrotarlo! Son muchas las dificultades que estamos teniendo para encontrar a la Princesa Peach, ¡necesitamos de vuestra ayuda! ¿Te unes?</p> <p>¡Juntos venceremos a Bowser, y estaremos más cerca de la Princesa!</p>					
<b>Descripción de tareas</b>					

## Mapa del Mundo 2



### ¡Arriba!

Dispondremos de una toalla y una pelota que tendremos que encestar en la canasta. La pelota no se puede lanzar con las manos, tiene que ser a través de la toalla. Tenemos que encestar la pelota 7 veces.

### ¡Una, dos y tres!

Nos encontramos en contacto con nuestros compañeros (espalda con espalda, de la mano ...) y tenemos que levantarnos todos a la vez sin tocar el suelo con las manos. Un compañero tendrá la pelota y será el encargado de lanzarla a canasta. Tenemos que encestar la pelota 2 veces.

### ¡Atravesamos el túnel!

Tenemos un túnel (dos tubos de rolo de cocina) por el que tenemos que pasar nuestras chapas. Solo se podrán utilizar los dedos. Tenemos 5' para pasar 30 chapas.

### ¡Gole-ada!

Desplazar las pelotas de fútbol hasta la portería mediante esterillas. Estas no pueden tocar la pelota, y las manos tampoco. Se hará a través del aire que creemos con la esterilla. Tenemos 5' para pasar 30 pelotas.

### ¡A salvo!

Para terminar con estas pelotas, tenemos que subirnos encima y mantener el equilibrio durante 5'' (contar en voz alta). Se empieza a contar una vez todos los alumnos estén encima de las pelotas.

### ¡Las 30 veces!

Tenemos 5' para encestar la pelota un total de 30 veces.


**Nota:** los retos que tienen tiempo para completarlos, se podrán realizar las veces que sean necesario hasta superarlos. Sin embargo, no se pueden realizar dos veces seguidas. Se llevará a cabo a través de los grupos preestablecidos al comienzo de la unidad didáctica.

### 3.8.3. Mundo 3 – ¿Y tú cuanto sabes?

Tabla 7.

Mundo 3. ¿Y tú cuanto sabes?

Unidad Didáctica		“La Conquista del Mundo de Mario Bros”			Curso	1º ESO
Mundo 3	¿Y tú cuanto sabes?	Tiempo	50’	Nº alumnos	33	
Materiales	Tarjetas, proyector, dispositivo móvil o Tablet, aros (rojo, amarillo, verde)		Instalación	Pabellón y pista exterior		
<b>Objetivos de la sesión</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar habilidades sociales de respeto en trabajos en grupos</li> <li>- Conocer y diferenciar los alimentos saludables y no saludables</li> <li>- Desarrollar hábitos de vida saludables y ser capaz de mantenerlos en el tiempo</li> </ul>						
<b>Objetivos de etapa</b>				<b>Objetivos de área</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• a)</li> <li>• b)</li> <li>• c)</li> <li>• d)</li> <li>• g)</li> <li>• k)</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 3</li> <li>• 11</li> <li>• 12</li> </ul>		
<b>Contenidos</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bloque 1. Salud y calidad de vida</li> <li>- Bloque 3. Juegos y deportes</li> </ul>						
Criterios de evaluación	• 10		Estándares de aprendizaje	• 10.1		
<b>Herramientas de evaluación</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario Quiz Actividad Física y Salud</li> <li>- Lista control de retos/misiones</li> <li>- Ficha de autoevaluación – diario jugado</li> </ul>						
<b>Competencias claves</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia en comunicación lingüística</li> <li>- Competencia digital</li> </ul>						


- Competencia de aprender a aprender					
<b>Estrategia práctica</b>	Gamificación	<b>Técnica de enseñanza</b>	Indagación o búsqueda	<b>Estilo enseñanza</b>	Descubrimiento guiado
<b>Información inicial</b>					
<p>Para poder adquirir hábitos saludables y vencer a Bowser, primero tenemos que poner a prueba nuestro conocimiento y ver cuánto sabemos sobre este tema. Bowser ha dejado preparadas diferentes preguntas y retos que tenemos que resolver. ¡Vamos a ello!</p>					
<b>Descripción de tareas</b>					
<p><b>Mapa del Mundo 3</b></p>					
<b>¡Quiz sobre actividad física y salud!</b>					
<p>En este cuestionario nos vuelven a poner a prueba. ¿Realmente tenemos conocimiento sobre actividad física y salud? ¡Vamos a comprobarlo!</p>					
<b>¡Mi desayuno!</b>					
<p>Uno de los primeros hábitos que tenemos que adquirir es conseguir que nuestro desayuno sea saludable. ¿Qué desayunamos cada mañana? A Bowser se le han caído tarjetas con alimentos para que formemos nuestro desayuno diario y nos hagamos más saludables.</p>					
<b>¡Presentación sobre azúcar oculto!</b>					
<p>¡Bowser se alimenta de azúcar! ¿Y ustedes? ¿Sabéis realmente el azúcar que tienen los alimentos?</p>					
<b>¡Semáforo de los alimentos!</b>					
<p>Tenemos que avanzar más rápido, pero por el camino nos han puesto un semáforo para analizar nuestra merienda del recreo. ¡Vamos a comprobar cómo son nuestras meriendas!</p>					
<p><b>Nota:</b> se llevará a cabo a través de los grupos preestablecidos al comienzo de la unidad didáctica a excepción del reto Quiz sobre actividad física y salud que se realiza de forma individual.</p>					

### 3.8.4. Mundo 4 – ¡Salvar a Mario!

Tabla 8.

Mundo 4. ¡Salvar a Mario!

<b>Unidad Didáctica</b>		<b>“La Conquista del Mundo de Mario Bros”</b>			<b>Curso</b>	<b>1º ESO</b>
<b>Mundo 4</b>	¡Salvar a Mario!	<b>Tiempo</b>	50’	<b>Nº alumnos</b>	33	
<b>Materiales</b>	Tarjetas de primeros auxilios plastificadas (anexo)		<b>Instalación</b>	Pabellón y pista exterior		
<b>Objetivos de la sesión</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar habilidades sociales de respeto en trabajos en grupos.</li> <li>- Entender los principios fundamentales para tener una buena salud.</li> <li>- Desarrollar hábitos de vida saludables y ser capaz de mantenerlos en el tiempo.</li> <li>- Consolidar la aplicación de los primeros auxilios.</li> </ul>						
<b>Objetivos de etapa</b>				<b>Objetivos de área</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• a)</li> <li>• b)</li> <li>• c)</li> <li>• d)</li> <li>• g)</li> <li>• k)</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3</li> <li>• 4</li> <li>• 8</li> <li>• 11</li> </ul>		
<b>Contenidos</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bloque 1. Salud y calidad de vida</li> <li>- Bloque 3. Juegos y deportes</li> </ul>						
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3</li> </ul>		<b>Estándares de aprendizaje</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3.3</li> <li>• 3.4</li> </ul>		
<b>Herramientas de evaluación</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lista control de retos/misiones</li> <li>- Ficha de autoevaluación – diario jugado</li> </ul>						
<b>Competencias claves</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología</li> <li>- Competencia de aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor</li> </ul>						

Estrategia práctica	Gamificación	Técnica de enseñanza	Indagación o búsqueda	Estilo enseñanza	Descubrimiento guiado
<b>Información inicial</b>					
<p>Por el camino, debido a las dificultades, hemos tenidos diferentes accidentes. ¡Tenemos que ponerle solución para recuperarnos y poder seguir! Con los conocimientos que ya tenemos sobre los primeros auxilios, tenemos que aplicarlos.</p>					
<b>Descripción de tareas</b>					
<b>Mapa del Mundo 4</b>					
<p><b>¡Caso 1!</b></p> <p>Hemos tenido un pequeño incidente por el camino. ¡Mario se ha caído! Nos dice que se ha torcido el tobillo, cree que es un esguince. Además, podemos observar en su rodilla dos heridas que están sangrando. ¿Cómo lo podemos ayudar?</p>					
<p><b>¡Caso 2!</b></p> <p>¡Nos hemos perdido! Pero, hemos encontrado un coche que nos hemos atrevido a coger. Sin embargo... poniendo el GPS hemos atropellado a Mario que estaba pasando delante nuestra. Tiene una contusión en la cabeza y fractura en el hombro.</p>					
<p><b>¡Caso 3!</b></p> <p>Hemos dejado el coche y hemos seguido andado. Mario va en bicicleta, y un coche lo ha caído. Está inconsciente, pero con pulso y respiración estable.</p>					
<p><b>¡Caso 4!</b></p> <p>Seguimos caminando y un enjambre de avispas nos persigue, llegando a picarnos. Mario es alérgico, y tiene una picadura en el cuello ¡tenemos que actuar rápidos!</p>					
<p><b>¡Caso 5!</b></p> <p>¡Qué calor! ¡Mirad hay un río, vamos a darnos un chapuzón! Pero... no sabíamos que debajo del agua había rocas, y Mario se ha dado un fuerte golpe en una roca, lo hemos sacado rápido del agua y fuera ha perdido la conciencia.</p>					

<b>¡Caso 6!</b>
¡Mario ya está recuperado! En una de las rocas había un tubo de snorkel que hemos utilizado para ver la fauna marina. Sin embargo, una medusa le ha picado en el brazo y en la pierna.
<b>¡Caso 7!</b>
Seguimos de nuevo caminando, pero el calor es insoportable. De pronto, Mario se mareo y se cae al suelo.
<b>¡Caso 8!</b>
¡Estamos llegando! Llevamos mucho tiempo caminando. Mario se encuentra mal y se mareo. Todo se complica ¡es diabético!
<b>Nota:</b> para la resolución de los casos, en anexos encontraremos un enlace con las tarjetas que se utilizarán. En el diario jugado se encuentra una ficha para colocar el orden de las tarjetas. Esta sesión se llevará a cabo a través de los grupos preestablecidos al comienzo de la unidad didáctica.

### 3.8.5. Mundo 5 – ¡Es la hora de alimentarse!

Tabla 9.

Mundo 5. ¡Es la hora de alimentarse!

Unidad Didáctica		“La Conquista del Mundo de Mario Bros”		Curso	1º ESO
Mundo 5	¡Es la hora de alimentarse!	Tiempo	50’	Nº alumnos	33
Materiales	Móvil, plátanos, huevos, leche, harina de avena y canela		Instalación		Pista exterior
<b>Objetivos de la sesión</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concienciar al alumnado de la alimentación</li> <li>- Conseguir pensamiento crítico en el alumnado con su alimentación</li> </ul>					
<b>Objetivos de etapa</b>			<b>Objetivos de área</b>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>• a)</li> <li>• b)</li> <li>• c)</li> <li>• d)</li> <li>• g)</li> <li>• k)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 3</li> <li>• 4</li> <li>• 11</li> <li>• 12</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bloque 1. Salud y calidad de vida</li> <li>- Bloque 3. Juegos y deportes</li> </ul>					
<b>Criterios de evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10</li> </ul>	<b>Estándares de aprendizaje</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10.1</li> </ul>		
<b>Herramientas de evaluación</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rúbrica</li> <li>- Cuestionario online</li> <li>- Lista control de retos/misiones</li> <li>- Ficha de autoevaluación – diario jugado</li> </ul>					
<b>Competencias claves</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia de comunicación lingüística</li> <li>- Competencia digital</li> <li>- Competencia de aprender a aprender</li> </ul>					
<b>Estrategia práctica</b>	Gamificación	<b>Técnica de enseñanza</b>	Indagación o búsqueda	<b>Estilo enseñanza</b>	Descubrimiento guiado
<b>Información inicial</b>					
<p>¡Que hambre! Pero... antes de comer hay que conocer los alimentos para que sean los más saludables posible y ¡nos llenen de energía! Como ya hemos visto anteriormente, no todos los alimentos son lo que parecen. Por ello, vamos a profundizar un poco más.</p> <p>¡Nuestra alimentación es muy importante!</p>					
<b>Descripción de tareas</b>					



## Mapa del Mundo 5



### ¿Los alimentos!

Desde la plataforma ‘‘Come sano en familia’’ vamos a profundizar más en los alimentos. Accede con el código QR en tu móvil y... ¡comenzamos!

Realiza individualmente un cuadro-resumen o mapa con las ideas más importantes.

### ¿Hemos realmente aprendido algo?

Veamos lo aprendido... realiza con tu grupo los tres niveles de cuestionarios que aparecen en el apartado ‘‘cuestionarios’’. Necesitamos el 90% de los aciertos para poder continuar. ¡Adelante!

### ¿Planifiquemos nuestra comida!

Tenemos los conocimientos suficientes para poder saber cuáles son los alimentos que más nos benefician. ¡Necesitamos mucha energía para seguir y llegar a la lucha con Bowser con mucha fuerza! ¡La alimentación es fundamental!

### ¿Es la hora de comer!

Una vez conocido y planificado la comida, ¡vamos a ello! Entre todos tenemos que encontrar por este mundo los ingredientes necesarios para realizar tortitas de avena. ¡Qué ricas!


**Nota:** esta sesión se llevará a cabo a través de los grupos preestablecidos al comienzo de la unidad didáctica. No obstante, el esquema del primer reto se realizará de forma individual en el diario jugado, y el último reto se realizará con la clase al completo.

### 3.8.6. Mundo 6 – ¡Castillo a la vista!

Tabla 10.

Mundo 6. ¡Castillo a la vista!

Unidad Didáctica		“La Conquista del Mundo de Mario Bros”			Curso	1º ESO
Mundo 6	¡Castillo a la vista!	Tiempo	50’	Nº alumnos	33	
Materiales	Colchonetas, pelotas de tenis, cuerdas, picas			Instalación	Pista exterior	
<b>Objetivos de la sesión</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conseguir que los alumnos aprendan cooperando y colaborando entre ellos</li> <li>- Buscar diferentes alternativas para un mismo reto</li> <li>- Comprobar las hipótesis hasta encontrar la solución</li> </ul>						
<b>Objetivos de etapa</b>				<b>Objetivos de área</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• a)</li> <li>• b)</li> <li>• c)</li> <li>• d)</li> <li>• g)</li> <li>• k)</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1</li> <li>• 3</li> <li>• 4</li> <li>• 11</li> </ul>		
<b>Contenidos</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bloque 1. Salud y calidad de vida</li> <li>- Bloque 3. Juegos y deportes</li> </ul>						
<b>Criterios de evaluación</b>	• 3		<b>Estándares de aprendizaje</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3.3</li> <li>• 3.4</li> </ul>		
<b>Herramientas de evaluación</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lista control de retos/misiones</li> <li>- Ficha de autoevaluación – diario jugado</li> </ul>						
<b>Competencias claves</b>						
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología</li> <li>- Competencia de aprender a aprender</li> <li>- Competencias sociales y cívicas</li> <li>- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor</li> </ul>						

Estrategia práctica	Gamificación	Técnica de enseñanza	Indagación o búsqueda	Estilo enseñanza	Descubrimiento guiado
<b>Información inicial</b>					
<p>¡Ya tenemos el castillo a tan solo un paso! ¡Se puede ver! Ahora más que nunca es cuando necesitamos el trabajo en equipo para conseguir llegar lo más fuerte, y ágiles posibles. Os propongo un entrenamiento para conseguir vencer a Bowser. ¡Podemos!</p>					
<b>Descripción de tareas</b>					
<p><b>Mapa del Mundo 6</b></p>					
<p><b>¡Silla humana!</b></p> <p>Venimos cansados de todo el trayecto. Pero... no encontramos ningún lugar para sentarnos. ¡Vamos a crearla! La primera persona se sienta apoyado en una superficie dura, y a partir de ahí, nos tenemos que apoyar en las rodillas de los compañeros, quedando sentados. ¿Listos? ¡Hay que aguantar 3'!</p>					
<p><b>¡Cruzar el rio!</b></p> <p>Nos hemos encontrado un rio, y tenemos que cruzarlo para poder llegar al castillo. Cerca del rio hemos encontrado una colchoneta, donde todos nos tenemos que subir y no podemos tocar el agua con ninguna parte del cuerpo. ¡Pensemos en cómo llegar al final!</p>					
<p><b>¡La vuelta a la barca!</b></p> <p>Al llegar al final del rio, la barca ha volcado. Sin bajarnos y sin tocar el suelo, tenemos que volver a ponerla de pie. ¡Vamos a por ello!</p>					
<p><b>¡Salta sin parar!</b></p> <p>¡Tenemos que entrenar duro para derrotar a Bowser! Entre todo el equipo tenemos que realizar 100 saltos a la comba. ¿Estás preparado? ¡Vamos!</p>					
<p><b>¡Cuerdas!</b></p> <p>Hemos encontrado diferentes cuerdas y pelotas de tenis. Tenemos que transportar las pelotas con las cuerdas, sin tocarlas con las manos. ¿Seremos capaces? ¡Comprobémoslo!</p>					

### ¡Salta la valla!

Nos hemos encontrado una valla de 1,5m aproximadamente. Tenemos que saltarla todos sin tocarla.

### Final Mundo 6

¡Hemos llegado al castillo! Bowser nos ha puesto muy difícil llegar hasta aquí. El entrenamiento ha sido duro, pero ¡ya estamos preparados para derrotarlo y salvar a la Princesa Peach!

**Nota:** esta sesión se llevará a cabo a través de los grupos preestablecidos al comienzo de la unidad didáctica.

### 3.8.7. Mundo 7 – Derrotar a Bowser y salvar a la Princesa Peach

Tabla 11.

Mundo 7. Derrotar a Bowser y salvar a la Princesa Peach

Unidad Didáctica		“La Conquista del Mundo de Mario Bros”		Curso	1º ESO
<b>Batalla final</b>	Derrotar a Bowser y salvar a la Princesa Peach	<b>Tiempo</b>	50’	<b>Nº alumnos</b>	33
<b>Materiales</b>	Ordenadores, pantalla digital, llave	<b>Instalación</b>		Pista exterior	
<b>Objetivos de la sesión</b>					
- Recopilar todos los momentos importantes de la unidad didáctica - Poner el broche final a la unidad didáctica					
<b>Objetivos de etapa</b>			<b>Objetivos de área</b>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• a)</li><li>• b)</li><li>• c)</li><li>• d)</li><li>• g)</li><li>• k)</li></ul>			<ul style="list-style-type: none"><li>• 11</li><li>• 12</li></ul>		
<b>Contenidos</b>					
- Bloque 1. Salud y calidad de vida - Bloque 3. Juegos y deportes					

<b>Criterios de evaluación</b>	• 10	<b>Estándares de aprendizaje</b>	• 10.1
<b>Herramientas de evaluación</b>			
- Rúbrica trabajo en equipo			
<b>Competencias claves</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Competencia de comunicación lingüística</li> <li>- Competencia digital</li> <li>- Competencia de aprender a aprender</li> </ul>			
<b>Estrategia práctica</b>	Gamificación	<b>Técnica de enseñanza</b>	Indagación o búsqueda
		<b>Estilo enseñanza</b>	Descubrimiento guiado
<b>Información inicial</b>			
Bowser invadió nuestro castillo y secuestró a la Princesa Peach. Han sido semanas de duro camino, donde los hábitos saludables y la diversión nos han acompañado para conseguir llegar al último reto con energía y fuerza. La actividad física y la alimentación ha sido fundamental para ello. Bowser está sin apenas fuerza por todo el trabajo que hemos realizado juntos. ¡Hoy es el día!			
<b>Descripción de tareas</b>			
<b>¡Juntos siempre somos más fuertes!</b>			
Es hora de poner en común todos los retos superados, todos los puntos conseguidos, los niveles superados y todo lo conseguido durante este periodo.			
<b>¡Recopilación de todos los retos superados!</b>			
Bowser acaba de ver todo lo que hemos conseguido juntos. Él se siente solo y sus fuerzas siguen disminuyendo. ¡Estamos a punto de tener de vuelta a la Princesa Peach! ¡Es hora de recopilar en un vídeo todas las fotos de los retos superados, retos voluntarios! ¡Manos a la obra!			
<b>¡Busquemos la llave!</b>			
Bowser se acaba de quedar sin fuerzas al ver todo lo conseguido. ¡Solo nos queda rescatar a la Princesa! Pero... no tenemos las llaves del castillo. ¡Es momento de buscarla por toda la pista! ¡Estamos muy cerca!			
<b>¡Princesa Peach salvada!</b>			
¡Por fin lo hemos conseguido! Ha sido un trabajo muy duro, pero, ¡por fin estamos todos juntos! ¡Enhorabuena por el trabajo realizado!			

### **3.9. Interdisciplinarietà**

Los proyectos gamificados, dan la posibilidad de colaborar con múltiples materias que para el alumnado puede ser muy beneficioso, donde verá una relación directa y mantendrá la motivación dentro del proyecto general.

En esta unidad didáctica se puede trabajar de forma interdisciplinar con matemáticas, donde pueden realizar los cálculos y las tablas de clasificación de los jugadores en base a sus puntos, niveles e insignias.

En biología y geología también pueden tratar el tema de la alimentación (biología) y el medio natural (geología). El medio natural estará directamente relacionado con los retos voluntarios propuestos.

Además, en educación plástica, pueden realizar tablas de clasificación, así como crear ellos mismos las insignias de forma personalizada.

### **3.10. Educación en valores y elementos transversales**

Con respecto a la educación en valores, en la propuesta estará presente los siguientes apartados de la Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación en Andalucía:

4. El currículo contemplará la presencia de contenidos y actividades que promuevan la práctica real y efectiva de la igualdad, la adquisición de hábitos de vida saludable y deportiva y la capacitación para decidir entre las opciones que favorezcan un adecuado bienestar físico, mental y social para sí y para los demás.

Los contenidos que se tratan en la propuesta están enfocados a la adquisición de hábitos saludables y que además los puedan mantener en el tiempo. Igualmente, al trabajar en grupo tendrán que acordar entre todos las decisiones a tomar que favorezcan al equipo.

5. Asimismo, el currículo incluirá aspectos de educación vial, de educación para el consumo, de salud laboral, de respeto a la interculturalidad, a la diversidad, al medio ambiente y para la utilización responsable del tiempo libre y del ocio.

Otro de los aspectos que se trata de forma indirecta, a través de los retos voluntarios, es que los alumnos obtén por invertir su tiempo de ocio en actividades que favorezcan su salud, mediante la práctica de actividad física en diferentes entorno y compañía.

En relación al Decreto 111/2016, de 14 de junio por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de

Andalucía, los elementos transversales específicos que se desarrollarán en esta propuesta serán:

- g) El desarrollo de las habilidades básicas para la comunicación interpersonal, la capacidad de escucha activa, la empatía, la racionalidad y el acuerdo a través del diálogo.

Este criterio se puede ver reflejado en las explicaciones previas, donde el alumno pondrá en práctica la escucha activa; el diálogo y empatía en las discusiones de grupo para tomar decisiones...

- j) La promoción de la actividad física para el desarrollo de la competencia motriz, de los hábitos de vida saludables, la utilización responsable del tiempo libre y del ocio y el fomento de la dieta equilibrada y de la alimentación saludable para el bienestar individual y colectivo, incluyendo conceptos relativos a la educación para el consumo y la salud laboral.

La alimentación es otro de los contenidos de la propuesta, así como los hábitos saludables, la utilización del tiempo libre... siempre intentado que el alumno comience a ver los beneficios de mantener unos buenos hábitos de vida desde edades iniciales y que las mantengan en el tiempo.

## 6. Evaluación del programa

### 6.1. Evaluación

#### 6.1.1. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

Siguiendo la Orden del 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad autónoma de Andalucía, los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables a desarrollar en la unidad didáctica propuesta son los siguientes:

**Tabla 12.**

*Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje*

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<b>Bloque 1. Salud y calidad de vida</b>	
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.</p>	<p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>10.1. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, vídeo, sonido...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p>
---	---

### Bloque 3. Juegos y deportes

<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p> <p>5. Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.</p> <p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p> <p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p> <p>8.1. Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de</p>
--	---



	ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.
--	--

### 6.1.2. Relación entre contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje y objetivos de área

**Tabla 13.**

*Relación entre contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje*

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje	Objetivos de área
<b>Bloque 1. Salud y calidad de vida</b>			
La alimentación y la salud.			- 1
Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana.	- 3 - 10	- 3.3 - 3.4 - 10.1	- 3 - 8 - 11
Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana.			- 12
<b>Bloque 3. Juegos y deportes</b>			
Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas.	- 3 - 5	- 3.3 - 3.4 - 5.1	- 4 - 11
Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual	- 8	- 5.4 - 8.1 - 8.2 - 8.3	- 12

Con respecto a los criterios de evaluación establecidos, se diseñarán los instrumentos de evaluación para tener lugar a la posterior calificación global.

Se pretende que la evaluación sea formativa, por lo que se valora todo el proceso del alumnado en este proyecto, no solo el resultado final.

**Tabla 14.**

*Relación de criterios e instrumentos de evaluación*

Criterios de evaluación	Instrumento de evaluación	% calificación
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	Lista de control de retos/misiones Rúbrica de trabajo en equipo	30%

5. Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.	Autoevaluación de cada mundo Cuestionario Quiz Actividad Física y Salud	25%
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas. CMCT, CAA, CSC.	Observación directa	15%
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	Cuestionarios (Come sano en familia) Rúbrica mapa conceptual	30%

A continuación, se mostrarán los instrumentos de evaluación que se utilizarán. No obstante, todos estarán incluidos en el diario jugado para que el alumno sepa en todo momento los aspectos que se evaluarán.

Asimismo, al finalizar la propuesta, se le ofrecerá al alumnado un cuestionario para conocer la opinión sobre su experiencia.

- Lista de control de retos/misiones de cada mundo

**Ilustración 7.**

*Ejemplo de lista de control de misiones/retos*



- Rúbrica trabajo en equipo

**Ilustración 8**

*Rúbrica trabajo en equipo*

	Sobresaliente	Notable	Aprobado	Insuficiente
Trabajo en equipo	Trabajan en base a los mismos objetivos, coordinándose y buscando el bien común	Trabajan en base a los mismos objetivos e intentan coordinarse	Trabajan en base a los mismos objetivos, pero sin organización	Apenas trabajan y no se ve interés
Participación	Todos los alumnos participan activamente y aportan para llegar al objetivo final	Participa activamente el 75% del equipo	Participa activamente el 50% del equipo	Una o dos personas participan activamente
Actitud	Trabajan de forma respetuosa y todos los muestran ganas	Trabajan de forma respetuosa y algunos muestran ganas	Trabajan de forma respetuosa, aunque les faltan ganas	Trabajan sin ganas y de forma no respetuosa

RÚBRICA TRABAJO EN EQUIPO

ELENA ALMENDRO

- Autoevaluación de cada mundo

**Ilustración 9.**

*Autoevaluación Mundo 1*

Mundo 1

¿Qué es lo que más te ha llamado de atención hoy?

¿Qué tres cosas has aprendido hoy?

5 palabras clave sobre este tema:

¿Cuánto te ha gustado la clase de hoy?

Mucho Poco Nada

ELENA ALMENDRO

- Cuestionario Quiz Actividad Física y Salud

**Ilustración 10.**

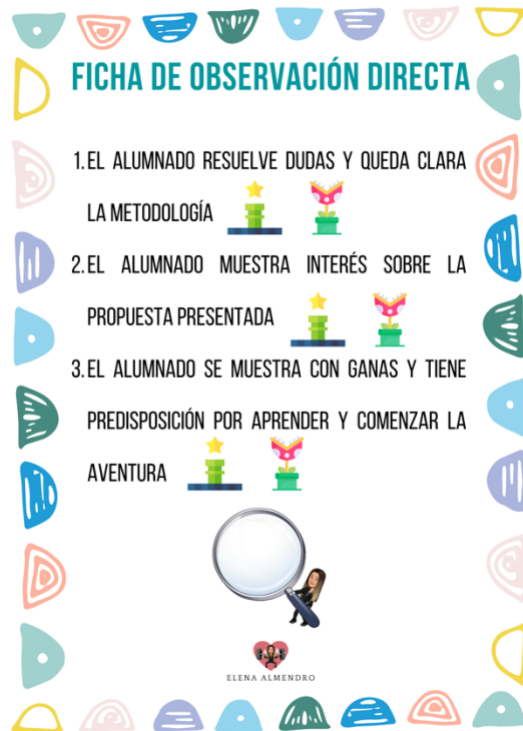
*Cuestionario Quiz Actividad Física y Salud (Imagen con hipervínculo)*



- **Observación directa**

**Ilustración 11.**

*Ficha de observación directa*



- **Cuestionarios (Come sano en familia)**


**Ilustración 12.**

*Cuestionarios come sano en familia (Imagen con hipervínculo)*



- **Rúbrica mapa conceptual**

**Ilustración 13.**  
*Rúbrica mapa conceptual*

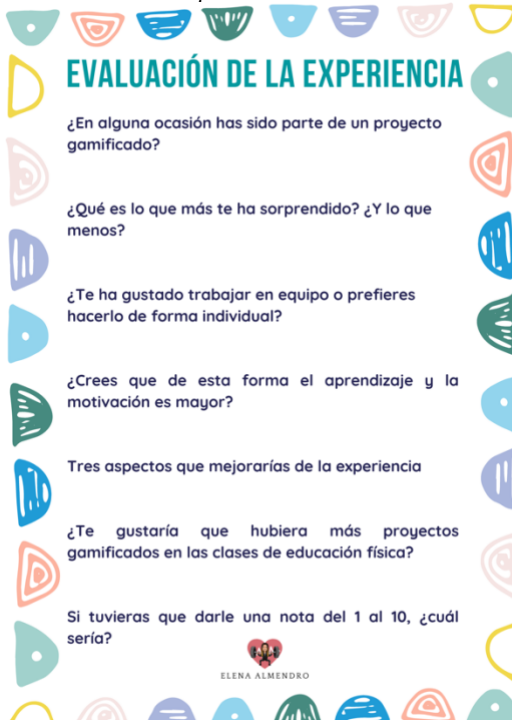


	Sobresaliente	Notable	Aprobado	Insuficiente
Tema principal	El alumnado identifica el tema principal y se encuentra ubicado claramente en el mapa	El alumnado identifica el tema principal, pero no se ubica claramente	El tema principal aparece en el mapa, pero no de forma clara	El tema principal no aparece en el mapa
Contenidos	Todos los contenidos e ideas claves aparecen en el mapa	Aparecen más de la mitad de los contenidos e ideas claves en el mapa	Aparecen la mitad de los contenidos e ideas claves en el mapa	La mayoría de contenidos claves no están en el mapa
Organización y estructura	La organización y relación de los contenidos se aprecia claramente	La organización del mapa es la adecuada pero algunos contenidos no están bien relacionados	La organización del mapa es la adecuada pero no existe relación de los contenidos	No existe organización ni relación de los contenidos

ELENA ALMENDRO

- **Evaluación de la experiencia**

**Ilustración 14.**  
*Evaluación de la experiencia*



**EVALUACIÓN DE LA EXPERIENCIA**

¿En alguna ocasión has sido parte de un proyecto gamificado?

¿Qué es lo que más te ha sorprendido? ¿Y lo que menos?

¿Te ha gustado trabajar en equipo o prefieres hacerlo de forma individual?

¿Crees que de esta forma el aprendizaje y la motivación es mayor?

Tres aspectos que mejorarías de la experiencia

¿Te gustaría que hubiera más proyectos gamificados en las clases de educación física?

Si tuvieras que darle una nota del 1 al 10, ¿cuál sería?

ELENA ALMENDRO

## 7. Desempeño y desarrollo profesional

Este proyecto lo he llevado a cabo tras mi formación durante 4 años como futura Graduada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Está realizado en base a los conocimientos y competencias adquiridas en el grado. Existen diferentes asignaturas dentro del Plan de Estudios relacionadas con el ámbito docente como pueden ser:

- Fundamentos de la Educación Física (2º curso)
- Intervención Docente en la Enseñanza de la Actividad Física y el Deporte (3º curso)
- Evaluación de la Enseñanza de la Actividad Física y el Deporte (3º curso)

Con estas asignaturas se alcanza el conocimiento para saber planificar, intervenir y evaluar una clase de educación física. Sin embargo, todo se realiza en base a una clase ideal, perfecta. No obstante, la realidad es que la clase ideal y perfecta no existe. Es necesario, en las tres asignaturas, no idealizarlo todo e intentar incluir aspectos en los que hay que profundizar y resolver diariamente como puede ser: alumnos con necesidades educativas especiales, alumnos conflictivos, alumnos en riesgo de absentismo, centros con pocos recursos materiales o reducido espacio disponible...

Sin embargo, el Plan de Estudios en los aspectos mencionados anteriormente está un poco reducido, teniendo que buscar alternativas para profundizar en ellos: lectura de libros, artículos, blog con experiencias educativas... para intentar buscar la forma más correcta de actuar. Asimismo, otro aspecto que veo carente son las metodologías y estrategias innovadoras. A pesar de estar en auge actualmente, en los contenidos de estas asignaturas solo se ha visto de forma muy genérica algunos modelos pedagógicos.

Actualmente para solventar estas carencias, aprender y llevar a cabo este proyecto gamificado, he buscado solución en el Blog del Valor de la Educación Física, donde Kisko, a través de una suscripción mensual, tiene múltiples cursos y masterclass relacionado con la educación física, sirviendo de gran utilidad. Asimismo, Lucía Quintero, tiene un curso sobre Iniciación a la Gamificación, el cuál estoy realizando y me ha sido de gran ayuda para dar forma a todas las ideas que tenía sobre este proyecto.

Por otro lado, tras la realización de mis prácticas en el C.D.P Juan XXIII-Chana, he tenido más claro aún que el camino que quiero seguir recorriendo es el de la docencia. Después de haber cursado el Ciclo Superior de Actividades Físicas y Animación Deportiva, y posteriormente el Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, creo que son las bases sobre las que voy a construir mi futuro.

Como objetivos a corto plazo tengo el finalizar este curso el grado y posteriormente realizar el Máster de Profesorado de Enseñanza Secundaria Obligatoria y Bachillerato,

Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas. Asimismo, como objetivos a largo plazo tengo ganas de profundizar en todas las metodologías innovadoras que están surgiendo y que tanto se están poniendo en práctica actualmente en los centros educativos. Lo considero como la base para el cambio y actualización de nuestra asignatura, así como también el ganar la atención del alumnado y mantenerlo motivado durante todo el curso escolar.

## **8. Conclusión**

Para finalizar, es importante recordar porqué se inició esta propuesta, cuáles eran los objetivos y la finalidad de la misma.

La educación en general está actualmente en constante cambio, tanto a nivel legislativo como a nivel metodológico. Cada vez son más los profesores que apuestan por metodologías y estrategias innovadoras, favoreciendo el aprendizaje e implicación del alumnado.

El educando está inmerso en un mundo de tecnologías y videojuegos, por lo que acercarnos de esta forma puede ser beneficioso tanto para el alumnado como para el profesorado, consiguiendo una mayor implicación del mismo.

Esta propuesta se diseña para dar solución las carencias vividas en mi periodo de prácticas. Con ella, pretendo atender a diversos objetivos en los que el alumnado es el principal motor, tomando conciencia de la importancia de la actividad física y la alimentación. No obstante, otro de los principales objetivos es conseguir la motivación del alumnado, tan carente actualmente y tan fundamental para conseguir un verdadero aprendizaje significativo. Por lo tanto, este proyecto gamificado, da respuesta a través de sus diferentes sesiones al conocimiento y aprendizaje de los contenidos de actividad física y salud a través de formas jugadas.

De la misma forma, crear adherencia a la actividad física desde edades tempranas es primordial para que el alumnado no pierda esta práctica tan importante y con tantos beneficios.

Llevando a cabo esta propuesta como unidad didáctica intermitente, se consigue que el alumnado se mantenga activo durante todo el curso con los retos y actividades propuestas, con la intención de que consigan transferirlo y mantenerlo fuera del horario escolar.

A modo de conclusión, la utilización de metodologías y estrategias innovadoras hace que el alumnado tenga mayor motivación y entusiasmo en la misma, debido a que nos acercamos más a su día a día y su entorno.



*‘‘La educación es mucho más que Educación Física, pero es muy poco sin ella’’*  
Hammleck

## **9. Anexos**

### **Vídeo introducción (Sesión 1)**

<https://drive.google.com/file/d/1iBqILVXqdg7gmiuNdnCuAa5GcLWVWqaW/view?usp=sharing>

### **Tarjetas de los retos**

<https://drive.google.com/drive/folders/17y7CXEuajipSHDTivt1RKAFD3tvKUL2r?usp=sharing>

### **Quiz de actividad física y salud (Sesión 3)**

<https://view.genial.ly/61df17fa2b32b60d670a35d8/interactive-content-actividad-fisica-y-salud>

### **Tarjetas primeros auxilios (Sesión 4)**

<https://drive.google.com/file/d/1iKG1E0uLvCFH4IFHBArIEaKDThwHPspH/view?usp=sharing>

### **Plantilla para resolver los casos de primeros auxilios (Sesión 4)**

<https://drive.google.com/file/d/11lwnLEEMNVxP95sdU3Xz0eXxLk1yXh5X/view?usp=sharing>

### **Come sano en familia (Sesión 5)**

<http://www.menjasaenfamilia.org/es/>

### **Receta saludable (Sesión 5)**

[https://www.youtube.com/watch?v=FTSZyoNrqv4&list=RDCMUCMn2Nikpq2tLtpXuMdT80Yw&start\\_radio=1&rv=FTSZyoNrqv4&t=0](https://www.youtube.com/watch?v=FTSZyoNrqv4&list=RDCMUCMn2Nikpq2tLtpXuMdT80Yw&start_radio=1&rv=FTSZyoNrqv4&t=0)

### **Diario jugado Super Mario Bros**

<https://drive.google.com/file/d/1MrrN49fgQycvrQ5Z-VzvIdUXUN4MRAgS/view?usp=sharing>

## 10. Referencias

- Ardoy, D. N., Martínez, J. Á. C., & Royo, I. P. (2020). *Modelos pedagógicos en educación física*. Editor no identificat.
- Campano, M., Di Menna, D. A., Dorato, M., Gabellini, M. L., Latorre, J. E., Romero, I., & Vincent, W. G. (2019). Estrategias de enseñanza en la Educación Física: Mosston, el espectro y los estilos de enseñanza. In *13 Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias 30 de septiembre al 4 de octubre de 2019 Ensenada, Argentina. Educación Física: ciencia y profesión*. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía (Texto consolidado, 17-11-2020).
- Díaz, C. (2017). Reingeniería Jurídica aplicada a la Gamificación. *Management Review*, 2(3). <https://doi.org/10.18583/umr.v2i3.75>
- Fernández-Rio, J., Flores-Aguilar, G., Ramos, A. M., & Tejedor López, P. (2019). *Gamificando la Educación Física. De la teoría a la práctica en Educación Primaria y Secundaria Theatre and Drama in Education View project Aprendizaje Cooperativo View project*. <https://www.researchgate.net/publication/337170351>
- Fernández, D., & Peño, A. G. (2019). El feedback en Educación Física. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (377), 19-22.
- Figueira, S. (2021) *¿Qué es la neuroeducación?* Recuperado de <https://www.ceupe.mx/blog/para-que-sirve-la-neurociencia.html>
- Gamificación desde la neuroeducación | Escuela con cerebro*. (2017) Recuperado de <https://escuelaconcerebro.wordpress.com/2017/02/20/gamificacion-desde-la-neuroeducacion/>
- Gasol Foundation (2019). Resultados preliminares del estudio Pasos. Recuperado de <https://www.gasolfoundation.org/wp-content/uploads/2019/09/presentacionresultados-pasos.pdf>

- Huamaní, E. G. (2021). *La gamificación como estrategia de motivación y dinamizadora de las clases en el nivel superior*. 27, 33–40.  
<https://doi.org/10.33539/educacion.2021.v27n1.2361>
- i Obrador, E. M. S., & Campos-Rius, J. (Eds.). (2019). *Gamificación en educación física: reflexiones y propuestas para sorprender a tu alumnado*. Editorial INDE.
- Instituto Nacional de Estadística. (2020). *Encuesta Europea de Salud en España*.
- Kuo. I. (2015) Nike+: Building Community and Competitive Advantage with Gamification. Recuperado de [http:// www.gamification.co/2015/08/03/nike-building-community-and-competitive-advantage-with-gamification/](http://www.gamification.co/2015/08/03/nike-building-community-and-competitive-advantage-with-gamification/)
- Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación en Andalucía
- Marczewski, A. (2015) *4 essential Neurotransmitters in gamification*. Recuperado de <https://www.gamified.uk/2015/01/05/neurotransmitters-you-should-know-about-in-gamification/>
- Masud Yunes Zárraga, José Luis (2012). Obesidad infantil. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 17(1),1-2.
- Ministerio de Protección Social. (2011) Oficina Asesora de Comunicaciones y Atención al Ciudadano Instituto Colombiano de Bienestar Familiar; 1-509.
- Mosston, M. (1978). *La enseñanza de la educación física: del comando al descubrimiento* (No. 796.07 M914e). Buenos Aires, AR: Paidós.
- Noguera, M. A. D. (1991). *Los estilos de enseñanza en la Educación Física: propuesta para una reforma de la enseñanza*. Universidad de Granada. Instituto de Ciencias de la Educación.
- Orden del 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios*.

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). *Obesidad y sobrepeso*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Pérez-López, I. J. (2021) Del aprendizaje basado en juegos a la gamificación en educación física. *Rendimiento deportivo, actividad física y salud y experiencias educativas en educación física*, 40.
- Pérez-Pueyo, Á. (2016). El estilo actitudinal en educación física: evolución en los últimos 20 años. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, 29, 207-215
- Quiles Izquierdo, J., Pérez Rodrigo, C., Serra Majem, Ll., Román, B., Aranceta, J. (2008). Revisión Situación de la obesidad en España y estrategias de intervención. In *Rev Esp Nutr Comunitaria* (Vol. 14, Issue 3).
- Quintero González, L. E., Jiménez Jiménez, F., Moreira, M. A., & Quintero González, L. E. (2018). *Más allá del libro de texto. La gamificación mediada con TIC como alternativa de innovación en Educación Física Beyond the textbook. Gamification through ITC as an innovative alternative in Physical Education* (Vol. 34). [www.retos.org](http://www.retos.org)
- Rando Aranda, C. (2010). Estilos de enseñanza en educación física. Utilización según el análisis de las tareas de aprendizaje y las características de los alumnos y alumnas. *Revista digital EF Deportes*.
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Reig, D., & Vílchez, L. (2013). *Los jóvenes en la era de la hiperconectividad: tendencias, claves y miradas*. Fundación Telefónica.
- Sánchez I Peris, F. J. (2015). Gamificación. *Education in the Knowledge Society (EKS)*, 16(2), 13–15. <https://doi.org/10.14201/eks20151621315>
- Sánchez Pacheco C. L. (2019). Gamificación en la educación: ¿Beneficios reales o entretenimiento educativo? *Revista Internacional Docentes 2.0 Tecnológica - Educativa*.



ugr

Universidad  
de Granada

### **Declaración de Originalidad del TFG**

(Este documento debe adjuntarse cuando el TFG sea depositado para su evaluación)

D./Dña. \_\_\_\_\_ ELENA ALMENDRO MARÍN \_\_\_\_\_, con DNI  
(NIE o pasaporte) \_\_\_\_\_ 30214385-K \_\_\_\_\_, declaro que el presente Trabajo de  
Fin de Grado es original, no habiéndose utilizado fuente sin ser citadas debidamente. De  
no cumplir con este compromiso, soy consciente de que, de acuerdo con la [Normativa de  
Evaluación y de Calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada](#) de 20 de  
mayo de 2013, esto *conllevará automáticamente la calificación numérica de cero*  
*[...]independientemente del resto de las calificaciones que el estudiante hubiera obtenido.*  
*Esta consecuencia debe entenderse sin perjuicio de las responsabilidades disciplinarias*  
*en las que pudieran incurrir los estudiantes que plagie.*

Para que conste así lo firmo el 19 de mayo de 2022

Firma del alumno