

UNIVERSIDAD DE ALMERÍA

Propuesta de intervención:  
Actividades Extraescolares  
como Método de Formación  
en Valores

---

**Año académico**  
2019/2020

**15/06/2020**

**PROFESOR**

Águila Soto, Cornelio

**ASIGNATURA**

TFG

**AUTOR**

Fernández Jiménez, Miguel Ángel

**GRADO**

Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

## **Resumen.**

Educar en valores en esta sociedad e impartirlos sobre todo en la educación de niños de edades tempranas, es un tema del cual es muy importante tomar conciencia, pues de esta manera impartimos sobre ellos cuestiones como la cooperación, la autonomía, la igualdad entre todos, el respeto hacia los compañeros y el entorno, etc.

Por estas razones cogemos la educación en valores en secundaria para conseguir su perfecto desarrollo, es decir, conseguir desarrollar una formación integral en los alumnos para que en futuro puedan tener la capacidad de superar los problemas que se pongan por delante.

Por ello, a raíz de estas razones, he basado este proyecto, para así dar importancia a la educación en valores tanto en las clases de educación física como en las actividades extraescolares dejando así el deporte competitivo con el único objetivo de ganar y no de la formación de personas en valores mediante ese deporte.

**Palabras clave:** Deporte, valores, educación, actividades extraescolares, sociedad.

## **Abstract**

Educating in values in this society and imparting them above all in the education of children with early ages, it is a subject which is very important to become aware, because in this way we impart on them issues such as cooperation, autonomy, equality, among all, respect for colleagues and the environment, etc.

For these reasons we take education in values in secondary school to achieve its perfect development, that is, to manage to develop comprehensive training in students so that in the future they may have the ability to overcome the problems that lie ahead.

Therefore, for these reasons, I have based this project, to give importance to education in values either in physical education class or in extracurricular activities and leaving competitive sports with the sole objective of training people in values through that sport.

**Keywords:** Sport, values, education, extracurricular activities, society.

ÍNDICE

1º Introducción.....	4
2º Justificación del tema.....	5
3º Marco teórico.....	6
3.1º Valores.....	6
3.2º Enseñanza en valores.....	9
3.3º Rol del docente.....	11
3.4º Actividades extraescolares.....	12
4º Propuesta de intervención educativa.....	14
4.1º Contexto y entrono del centro educativo.....	14
4.2º Finalidad de la propuesta.....	15
4.3º Objetivos, contenidos y competencias.....	15
4.4º Contextualización y Temporalización.....	17
4.5º Material y recursos.....	18
4.6º Metodología de la propuesta.....	19
5º Actividades.....	19
6º Conclusiones.....	25
7º Referencias bibliográficas.....	26
Anexos.....	29

## 1º Introducción.

Podríamos decir que la sociedad actual no está pasando por sus mejores momentos, pues las personas se preocupan más por sí mismas que por conseguir unos valores de unión social.

Gracias a la educación física, el deporte, y aquellas actividades extraescolares relacionadas con el mismo, podemos ayudar a inculcar algunos valores a los niños. Esta educación en valores nos ayuda a tener un desarrollo mayor en los alumnos y no solo un desarrollo teórico, lo que provoca que la educación física sea un proceso necesario en la educación de los jóvenes.

Con el deporte y la educación física conseguimos inculcar valores de constancia, autonomía, cooperación, consecución de confianza en sí mismo, como respeto tanto hacia uno mismo como hacia los demás, etc. Con la unión de todos estos valores se formaría una sociedad unida y más humanitaria.

Carranza y Mora (2003) nos dicen que la educación en valores mediante el deporte ayuda a mejorar valores emocionales propios y sobre el resto de la gente.

Encontramos que en la actualidad y en algunas ocasiones, la educación física es un punto de pelea, debido a la importancia que tiene en el desarrollo personal de los alumnos y la poca importancia que se le da en la educación. Tras la lectura de diferentes autores, nombrados a lo largo del trabajo, vemos la importancia que tiene la educación física sobre el desarrollo integral de los alumnos.

Con la educación se pretende formar a ciudadanos ejemplares, puesto que mediante el deporte conseguimos que la gente se sienta mejor consigo mismo, adquirimos una socialización, además de una rebaja del estrés que sufren las personas durante su vida.

También mediante la observación podemos conseguir la visión de algunos valores, aunque debemos tener cuidado con los deportes competitivos debido que en muchos momentos los valores que se enseñan no son los deseados.

Con este trabajo queremos ver la verdadera importancia que tiene el deporte en nuestras vidas, a parte de la mejora que produce en nuestra salud. Es por ello, que para

dicha importancia y conseguir una buena mejora, tenemos que crear juegos lúdicos-recreativos y quitando objetivos tales como la importancia de ganar y si no se gana es un fracaso.

## **2º Justificación del tema.**

Ante la propuesta de coger un tema para realizar el trabajo de fin grado, con un tema libre, pero acogiéndose a una serie de normas establecidas por la Universidad de Almería he decidido coger el tema de transmisión de valores mediante el deporte, la educación en los centros educativos y los deportes extraescolares.

Por esta razón, me he centrado en los deportes extraescolares para la transferencia de los valores en niños.

Pienso que educar en valores en la actualidad es uno de los procesos más importantes que debemos conseguir, ya que son primordiales y fundamentales para el desarrollo completo de las personas y aunque sea algo que se sigue aprendiendo durante toda la vida, es importante enseñarlos en las escuelas e institutos para que los niños tengan una base de los valores más apropiados para una buena socialización.

Se pretende realizar actividades vivenciales y significativas donde se proponga problemas, los cuales los niños tengan que solucionarlos de la mejor forma posible y sacando en claro la importancia de esas decisiones.

Mediante los juegos y las dinámicas de grupo, pretendemos hacer que esta propuesta cumpla con los objetivos de enseñar valores positivos entre los participantes y además con este tipo de actividades de carácter lúdico, los niños disfruten con la práctica deportiva mientras aprenden a convivir con el resto de las personas.

Con los estudios, investigaciones realizadas y los conocimientos propios, se quiere plantear un proyecto que sea divertido y dinámico para la concesión de los valores, donde la cooperación, el diálogo y las reflexiones personales tengan una gran importancia.

Las actividades fueron elegidas según los objetivos que pretendíamos conseguir. En ellas se observa que no hay una especialización en un solo deporte, debido a que es

mejor el conocimiento que te pueden dar para conocer más deportes. También contaremos con juegos de cooperación que serán en grupos, aunque también podemos encontrar a lo largo de las sesiones ejercicios en parejas. Igualmente se producirán juegos y deportes de competición, pero ese es el momento en el que el monitor tendrá que hacer hincapié en la competición que se quiere. Se trata de impartir una competición saludable donde se compita para superar las limitaciones de uno mismo, mejorar la cooperación con los compañeros, enseñar a respetar a los adversarios y respetar el fair play, es decir, el juego limpio y hacer ver a los niños que lo más importante es el trabajo y divertirse con los compañeros y no ganar o perder.

Para terminar la justificación, quiero añadir que los valores pueden ayudar a que el mundo sea más habitable y podamos convivir sin problemas entre nosotros, que seamos capaces de compartir, que empaticemos con las demás personas sobre sus problemas, porque un día pueden ser los tuyos y siempre es importante que tengas apoyos y ayudas para salir de dichos problemas.

### **3º Marco teórico.**

#### **3.1º Valores.**

Podemos decir que los valores aluden a cualidades subjetivas que poseen las cosas, lo que podríamos decir que son juicios de deseabilidad o de rechazo, que se atribuyen a los hechos y objetos. Los valores los podemos clasificar en ideas, los cuales definen las cosas que son buenas o malas, por lo que influyen directamente en la conducta de los miembros de la sociedad (García, 1996).

Kuluckholn (1951) precisa que los valores son como criterios de lo deseable, lo que provoca la creación de una base para seleccionar entre alternativas de pensamientos, sentimientos y acciones.

Gracias a los procesos de socialización se consiguen ganar actitudes y valores, debido a las normas sociales y al marco cultural de la comunidad a la pertenecen.

En la actualidad, los valores se pueden definir como una visión integradora de lo subjetivo, de lo ideal y de lo real.

Para Rokeach (1973) (como se citó en Ponce, 2012 pág. 18) “un valor es una creencia duradera en que un modo de conducta o un estado final de existencia es personal y socialmente preferible a un opuesto modo de conducta o estado final de existencia”.

Ortega, Mínguez y Gil (1996) nos definen los valores como una creencia por la que las personas interpretamos el mundo, y así conseguir darle significado a los acontecimientos y las experiencias vividas.

Ruiz (2004) nos decía que los valores no se mantienen independientes entre sí, es decir, los valores los podemos educar. Todos los valores forman una estructura de un sistema coherente y organizado.

Otros autores como, Escámez, García, Pérez y Llopis (2007) se referían a este término como cualidades que las personas han conseguido descubrir o haciendo una labor trabajosa se han construido en ellas.

Pudiendo hacer una unión de todas las definiciones expuestas anteriormente, definiríamos el término “valor” como un modelo de conducta con el que debemos actuar y plasmar esas virtudes aprendidas en nuestras vidas. Los valores son estables y permanentes, pero también son dinámicos y cambiantes, relativos y subjetivos. Por eso, los valores que observamos en una persona no son valores en sí mismos, sino una manifestación ante las situaciones a las que nos exponemos en la vida.

Uno de los problemas más importantes que se plantean los entrenadores, profesores o monitores, es poder definir y clasificar cuales son los valores y que medios y técnicas utilizar para su correcto desarrollo mediante la práctica deportiva. Observamos que tenemos dos tipos de valores: valores instrumentales (procesos, conductas) y valores finales (producto, metas).

Schwartz y Bilsky (1987) reconocen diferentes valores como: autodirección, estimulación, hedonismo, logro, poder, seguridad, madurez, tradición, espiritualidad, benevolencia, universalismo y conformidad. También debido a estos estudios, se piensa que los valores pueden clasificarse a su vez según los intereses para los que sirven, ya que los valores se conceptualizan como objetivos y deben representar los intereses de la

persona o grupo de personas. Gracias a esto los valores también se pueden clasificar en: valores de interés individual, valores de interés colectivo y valores que sirvan a ambos.

Según Piaget (1975) podemos conseguir la plenitud de los valores, pero cada individuo tiene que pasar por unas etapas, las cuales son:

→Primera etapa: consiste en la aceptación de los valores, en los que los niños irán asumiendo los valores. Ellos los entienden como válidos debido a que provienen de una autoridad legítima.

→Segunda etapa: formada por la identificación de los valores, se produce una transformación en su desarrollo moral mediante la búsqueda de valores. En esta fase no les sirve que sus referentes educativos (padres, madres, entrenadores, docentes...) les digan las cosas que están bien o están mal, si no que ellos empiezan a buscar el valor de las cosas por su propias experiencias en la vida. Para el niño esta etapa está llena de dudas y retos, ya que tendrá que tomar decisiones propias y consolidar los valores para su futuro.

→Tercera etapa: formada por la convicción en los valores, lo que aporta a los niños/as una satisfacción personal que se verá culminada en la realización del valor.

Para que los alumnos tengan una educación integral, es necesario educar en valores y no solo en la parte teórica. Y de esta forma tendremos a unos alumnos con una formación integral. Para esta educación también son influyentes la familia, los compañeros y el entorno.

Para conseguir la correcta educación y que esta sea constructiva, todos los participantes tienen que aportar y ayudar de una forma participativa, intentando dar lo mejor de ellos y de forma coherente y así se podrá adquirir los valores de una forma correcta y no de una forma forzada.

Para conseguir la coherencia que necesitamos, tendremos que crear unos objetivos y de esta manera podremos conseguir educar y construir una adecuada personalidad humana y fuerte para enfrentarse a su futuro.

Todos los valores están relaciones entre sí, lo que produce una perfecta estructura.

## **Técnicas y estrategias que pueden facilitar el desarrollo de valores:**

Tanto Buxarrais (1995) como Ortega (1996), nos proponen seguir unas estrategias para conseguir la correcta utilización y favorecimiento del desarrollo de los valores sociales:

→Estrategia de autoconocimiento y expresión. Clasificación de los valores: se quiere conseguir que los alumnos sean capaces de concienciarse de lo que valoran, aceptan y piensan. Que piensen por ellos mismos y consigan sus propios valores y su tomen procesos de autoconocimiento.

→Estrategias para el desarrollo del juicio moral. Discusión de dilemas morales: consiste en un proceso de análisis y discusión de los dilemas morales, puede ser mediante historias reales o inventadas.

→ Estrategias orientadas al desarrollo de competencias auto-reguladoras. Autorregulación de la conducta: con esta estrategia se pretende crear actividades para que los alumnos consigan optimizar el autocontrol en cualquier ámbito, tanto en el social como en el escolar.

→ Estrategias para el desarrollo de la perspectiva social y la empatía. Role-playing: con esta técnica pretendemos que los alumnos aprendan valores como la solidaridad, tolerancia y respeto.

→ Estrategias para el análisis de temas moralmente relevantes. Comprensión crítica: en esta fase el objetivo principal es la potenciación de la crítica, la discusión y la autocrítica y tiene como bases temas personales o sociales, ya que esto tiene un gran conflicto de valores. Se tocarán temas controvertidos, tanto deportivos como sociales.

### **3.2º Enseñanza en valores.**

Rubés (1980) nos hace referencia a la imposibilidad de educar sin unos valores establecidos. Un colegio debe tener unos principios, puesto que si no se respetan esos principios y valores no se podría producir un desarrollo de las personas.

Un buen método para que se produzca un cambio en la sociedad es con la educación, ya que ayuda al desarrollo integral de las personas.

La enseñanza en valores se puede entender como un proceso que contribuye a que las personas puedan conseguir esos procesos afectivos y cognitivos para conseguir una estabilidad y un entendimiento para poder incorporarse a la sociedad (Sánchez, 2016)

Con este tipo de educación queremos trabajar las dimensiones morales, para conseguir una buena autonomía y un buen uso del diálogo (Díez y González, 2007).

Este proceso tiene que ser gradual, teniendo en cuenta los objetivos marcados. Debemos tener en mente el construir un desarrollo sobre las ideas principales de responsabilidad, derechos o normas y mejorar las habilidades de argumentación de la autonomía.

Para conseguir el buen desarrollo de la autoafirmación y autonomía de nuestros alumnos, tienen que involucrarse en los problemas que se proponen en clase. La educación en valores tiene que influir en todo el proceso de aprendizaje-enseñanza. Para que se produzca esto, hay que tener en cuenta el entorno, el buen razonamiento y el sentido crítico, crear un progreso en la autoestima y la cooperación, junto con una organización con la familia que permita el proceso correcto para conseguir estos objetivos.

Unos de los principios para el correcto funcionamiento de la educación en valores, es el respeto entre todos los participantes, es decir, entre profesores, familias y alumnos. Arana & Batista (1999) nos afirman que gracias a la socialización se produce el aprendizaje de los valores. Estos están influidos por factores como la escuela, medios de comunicación, la familia, política, sociedad, etc.

Con la idea de “valores” precisada, debemos tener claro la importancia de la educación en valores para conseguir una buena sociedad y para ello la educación física es un arma muy importante, puesto que su desempeño provoca vinculaciones tanto intrapersonales como interpersonales (cooperación, empatía, autoestima...)

Si nos fijamos en lo que nos dice la Ley Orgánica para la Mejora y la Calidad Educativa (LOMCE, 2004) nos señala que:

Los Valores sociales y cívicos tienen una valía fundamental para las personas en una sociedad democrática; de ahí la importancia de que la educación facilite la construcción de la identidad individual y potencie relaciones interpersonales enriquecedoras para fortalecer la convivencia de acuerdo a valores cívicos, socialmente reconocidos.

López, Monjas & Brunicardi (2003) definen la educación en valores como un procedimiento ordenado, pluridimensional e intencionado que asegura la conformación y la expansión de la personalidad consciente.

Este tipo de educación no la podemos centrar en solo unas pocas de asignaturas, tenemos que llevarla a cabo en todas las asignaturas porque compone un aprendizaje global.

### 3.3° Rol del docente

El docente tiene que ser un ejemplo a seguir para los alumnos, con el fin de que consigan avanzar de forma correcta. La meta de cada docente es transmitir los valores más importantes de cada etapa, mediante procesos que inciten al alumno a la consecución de dichos valores. Algunas cosas que se deben tener en cuenta en el docente para llevar esta enseñanza son: aportar un ambiente de confianza, hacer hincapié en la socialización y en el desarrollo de su personalidad y ayudar a los alumnos a que sean autónomos en sus decisiones.

Debido a lo señalado anteriormente podemos decir que las escuelas y los docentes tienen una gran importancia en la propagación de los valores en los niños.

Todavía nos encontramos con muchos profesores que piensan que no es necesario hacer una educación en valores, puesto que argumentan que eso es competencia de las familias y de lo que vayan aprendiendo de las experiencias vividas.

Numerosos docentes, creen que su obligación es estrictamente dar los conocimientos académicos acordados en los objetivos, aunque esta tendencia está cambiando a favor de la educación en valores.

Cantero (2000) nos dice que, para poder ejercer la docencia, los profesores tienen que estar formados con un mínimo de conocimientos, habilidades y actitudes que puede que no sean naturales en la mayoría de las ocasiones, esto nos lleva a que se debe aprender para después transmitírselas a sus alumnos de la forma más correcta posible.

Ponce (2013) nos comunicaba que el alumno debe descubrir los valores por sí mismo y el docente tiene que poner las herramientas necesarias para permitirle poner en práctica esos conocimientos y así conseguir otros nuevos.

El docente debe tener claro que los alumnos tienen que describir por ellos mismos los valores, puesto que él será solo el motor para ayudarles en su desarrollo, debido a que cada persona evoluciona de una forma diferente y como los valores son dinámicos y cambiantes, será el alumno quien deba descubrirlos. Esto lo puede conseguir creando problemas que los alumnos tenga que resolverlos.

Por su parte, Boixadós y Valiente (2007) establecen que el papel del docente tiene que crear un ambiente en el que lo importante sea el desarrollo del alumno y no el de ganar.

### 3.4° Actividades extraescolares

La actividad extraescolar es el mejor método para complementar el aprendizaje del niño en su tiempo libre, son actividades de carácter voluntario y se pueden desarrollar en las instalaciones de los propios colegios como en centros privados.

Podemos ver que las actividades extraescolares intentan aumentar el conocimiento cultural y mejoran la formación integral del alumno.

Cogiendo la definición de Guerrero (2009) establece que los deportes extraescolares son aquellas actividades de aprendizaje-enseñanza de carácter espacial, en las que se pueden observar que se llevan estrategias y procedimientos diferentes a los

que se dan normalmente y dichas actividades deben tener una naturaleza lúdica, instructiva, recreativa y formativa, la cual es voluntaria.

Según las características de las actividades extraescolares pueden ser: recreativas, lúdicas, formativas e instructivas.

Como hemos dicho anteriormente, estas actividades extraescolares son las que realizan los niños fuera del horario escolar y con ellas se pretende mejorar también el desarrollo en la educación no formal, debido a que tiene relación con otro tipo de enseñanza que es complementaria.

Gracias a la gran diversidad de actividades que se pueden realizar en los centros educativos con las actividades extraescolares, el alumno podrá tocar muchos deportes y de esta forma ver cuales les gusta más para su posterior especificación del deporte (siempre que el niño quiera) o poder seguir tocando todos los deportes porque es lo que más le gusta.

Tenemos que tener cuidado con los deportes federados, ya que muchos de ellos solo buscan ganar y no dan la oportunidad a todos los niños para la práctica de dicho deporte y a su vez, se están inculcando unos valores negativos como que lo único importante en el deporte es la victoria. Debido a esto, se produce un abandono de la práctica deportiva, por eso la importancia de inculcar los valores tanto en las clases de educación física, como en las actividades extraescolares.

En este tipo de actividades, lo que buscamos como objetivo principal es el disfrute de los niños cuando realizan alguna actividad física.

Orlick y Botterill (1975) (citados por Boixadós et al., 2003) afirmaban que una de las causas por la que los niños dejan de realizar actividades físicas, es por la presión de la competición donde la victoria toma un papel importante y por la presión ejercida por entrenadores en busca de objetivos de ganar y ser el mejor equipo de la categoría, haciendo que el niño deje de disfrutar practicando deporte.

## 4º Propuesta de intervención educativa

### 4.1º Contexto y entorno del centro educativo

El centro IES Luis Bueno Crespo se localiza en un pueblo de gente obrera, es público y tiene un contexto socioeconómico medio, puesto que la mayoría de los padres y madres suelen trabajar en la hostelería, en la obra o en trabajos locales.

Como hemos nombrado anteriormente vienen muchos alumnos de pueblos cercanos, tales como Otura, Alhendín o Churriana entre otros. Se posee transporte para que los alumnos de las otras localidades puedan trasladarse perfectamente tanto para el inicio como para el final de las clases.

Las aulas del centro y sus instalaciones están prácticamente nuevas, debido a que el instituto se volvió a construir en su actual localización en el 2007.



Los alumnos con los que contaremos serán de diversas edades, comprendidas entre los 12 y 13 años, manteniéndose entre los cursos de primero y segundo de la ESO.

Contaremos con 20 alumnos de esas diferentes plazas. Después de realizar las nueve sesiones podrán incorporarse otros veinte alumnos nuevos.

En este centro observamos diferentes nacionalidades, siendo la mayoría de nacionalidad española, pero también se cuenta con gente de nacionalidad china, japonesa, árabe e inglesa. Todas ellas llevan mucho tiempo siendo residentes en España por lo que entienden perfectamente el castellano, además, al ser un centro bilingüe los alumnos manejan el inglés, haciendo posible que entre los alumnos y el monitor se puedan explicar en dicho idioma también.

#### 4.2º Finalidad de la propuesta

La finalidad que hemos querido conseguir con esta intervención, es que los niños vean que el deporte no es solo ganar, porque ganar no significa que eres un triunfador y perder que eres un perdedor. Queremos conseguir inculcar los valores de cooperación, respeto a uno mismo, a los compañeros y adversarios, mejorando la autonomía y la capacidad de tomar buenas decisiones en el futuro, y que se vea la importancia de la práctica deportiva para adquisición de los valores.

#### 4.3º Objetivos, contenidos y competencias

Mediante el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre (art. 11 RD 1105/2014, de 26 de diciembre) los objetivos que queremos trabajar en esta propuesta de intervención educativa para conseguir la correcta adquisición de los valores son:

(a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

(b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.

(c) Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.

(e) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

Los contenidos que desarrollaremos serán:

→ Realización de juegos y deportes alternativos y recreativos.

→ Trabajo de desarrollo de las habilidades sociales y emocionales a través de la expresión corporal.

→ Los valores en el deporte. Deportividad, respeto, cooperación, tolerancia, autocontrol, esfuerzo y superación. Reflexión y adquisición a través de la propia práctica.

→ Práctica de los distintos roles que se pueden desempeñar en las situaciones deportivas: jugador con distintas funciones y posiciones en el campo, árbitro, anotador, etc.

→ La actividad física y el deporte como marco para el desarrollo de valores. Adquisición de valores a través de la propia práctica deportiva.

→ Necesidades de alimentación y de hidratación en la práctica físico-deportiva.

→ Mejora de la condición física orientada a la salud.

→ Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.

Las competencias que vamos a tratar de trabajar en este proceso son las establecidas en el artículo 2.2 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre (art. 2.2 RD 1105/2014, de 26 de diciembre):

- a) Comunicación lingüística.
- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- c) Competencia digital.
- d) Aprender a aprender.

- e) Competencias sociales y cívicas.
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- g) Conciencia y expresiones culturales.

#### 4.4º Contextualización y Temporalización.

La propuesta de intervención educativa va dirigida al IES Luis Bueno Crespo de Armilla (Granada), siendo un centro público de la junta de Andalucía. Se localiza en la avenida de las palmeras S/N junto al centro comercial Nevada. Esta localidad tiene una población de 24.174 habitantes, un pueblo que debido a las buenas comunicaciones con la capital de la provincia a incrementado su población.

El pueblo cuenta con diferentes colegios y varios institutos, pero nosotros nos centraremos en uno.

En este centro se imparten clases de educación secundaria obligatoria (ESO), clases de primero y segundo de bachillerato y algunas modalidades de módulos superiores.

A este centro educativo viene tanto gente de Armilla como de los pueblos de alrededor, debido a que estos pueblos no disponen de este tipo de centros.

El desarrollo de esta intervención educativa se quiere llevar a cabo para el curso 2019/2020, en el mes de julio para aprovechar la entrada del buen tiempo en la localidad. Se compondrá de un mes, en el que tres veces por semana se realiza una sesión, es decir, lunes, miércoles y viernes se realizan las sesiones en el mes de julio. Cada sesión será de una hora y media aproximadamente.

Como veremos más tarde, en las sesiones se intentarán conocer diferentes deportes y otras actividades, puesto que no solo nos centraremos en solo deporte, aprovecharemos la diversidad de deportes que nos aporta las instalaciones que tenemos.

Esta propuesta de intervención educativa estará formada por nueve sesiones repartidas en los siguientes días;

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

## JULIO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
		Sesión 1		Sesión 2		
6	7	8	9	10	11	12
Sesión 3		Sesión 4		Sesión 5		
13	14	15	16	17	18	19
Sesión 6		Sesión 7		Sesión 8		
20	21	22	23	24	25	26
Sesión 9		Sesión 10				
27	28	29	30	31		

### 4.5° Material y recursos

El material que usaremos a lo largo de las diez sesiones propuestas será el que dicho centro educativo posee.

Los recursos que nos facilita el centro son dos pistas polideportivas, donde en una de ellas se tiene la posibilidad de montar dos redes de vóleybol. Además, contamos con cuatro canastas de baloncesto y cuatro porterías de fútbol sala.

También contamos con un gimnasio equipado con espaderas, colchonetas y un salto del potro, también con un espacio sin construir que se podrá adaptar según los ejercicios e incluso con las aulas por si nos fuese necesario realizar actividades.

A parte de los recursos que nos proporciona el centro, debemos añadirles aquellos que nos aporta el ayuntamiento del pueblo, como una piscina municipal, un campo de fútbol 11 y otro pabellón polideportivo.

Por último, también vamos a disponer de un polideportivo situado en el mismo pueblo.

#### 4.6º Metodología de la propuesta

La propuesta de metodología que queremos usar está relacionada con un aprendizaje significativo y vivencial, es decir, los alumnos serán los protagonistas de su aprendizaje.

Las actividades las dividiremos sobre todo en juegos colectivos, formando grupos, aunque también habrá ejercicios en los que sea necesario formar parejas como el bádminton, para que trabajen una cooperación más reducida.

La propuesta se dividirá en diez sesiones, por lo que la primera será una toma de contacto para ver como son los alumnos, si juegan en equipo, si son capaces de resolver los problemas de una forma correcta, etc.

También a lo largo de las sesiones tendremos en cuenta la activación e involucración de cada alumno en las actividades para evaluarlos de forma correcta. No se busca que el niño aprenda porque el monitor/profesor le indique las cosas, sino que queremos que el niño busque ese aprendizaje mediante las vivencias.

Utilizaremos el juego como medio de adquisición de los valores para conseguir que los alumnos puedan interiorizar de una forma más fácil las reglas y expresarse de forma más correcta para un mejor desarrollo integral. Los juegos serán lúdicos, aunque en algunos juegos tengamos oponentes lo importante no será la victoria como medio de evaluación, será la forma en la que se comportan, como asimilan las victorias y las derrotas, si son capaces de resolver los problemas que se les ponga y la forma en la que respeten las opiniones de los compañeros en los ejercicios de dinámicas de grupos.

#### 5º Actividades

Las actividades que hemos decidido coger para esta propuesta, son juegos lúdicos, ejercicios de algunos de porte llevados a una forma lúdica y no competitiva, dinámicas de grupo y con gymkanas.

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

Con estas actividades desarrolladas en diez sesiones podremos llegar a cumplir los objetivos que hemos establecido.

El calentamiento y los estiramientos de cada sesión la realiza un alumno diferente. Tras la conclusión de dichas sesiones, los alumnos tendrán la obligación de traerse ropa para cambiarse y asearse para inculcar valores de higiene personal.

Los grupos que se realizan en las sesiones los realizará el docente, para formar grupos homogéneos y que no esté en desventaja ningún grupo. De esta forma evitaremos que se hagan grupos entre las personas que más amistad tienen y favorecer la socialización entre todos los miembros.

Los materiales que utilizaremos son materiales básicos y en algunos casos reciclados. Algunos de estos materiales serán balones, raquetas, conos, aros botellas vacías, etc. También utilizaremos material que nos será facilitado en la piscina municipal el día que vayamos a usarla, como bolas de plástico, tablas, churros, pullboy, colchonetas, etc.

A continuación, podremos ver los objetivos, contenidos y materiales que vamos a necesitar para cada una de las diez sesiones del proyecto. En el anexo se encuentran las sesiones con los ejercicios desarrollados.

Sesión 1	
<b>OBJETIVOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Analizar los valores que los alumnos poseen</li><li>● Valorar la salud y la higiene</li><li>● Mejorar la salud a través de la actividad física.</li></ul>	<b>Duración:</b> 45 minutos <b>Edad a la que va dirigida:</b> 12-13 años.
<b>CONTENIDOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Realización de juegos y deportes</li><li>● Mejora de la condición física orientada a la salud.</li><li>● Necesidades de hidratación en la práctica físico-deportiva.</li></ul>	
<b>MATERIALES:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Pelotas de fútbol</li><li>● Balones de baloncesto</li><li>● Pelota de rugby</li></ul>	

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

## Sesión 2

<b>OBJETIVOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo.</li><li>● Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos.</li><li>● Valorar la higiene.</li></ul>	<b>Duración:</b> 90 minutos <b>Edad a la que va dirigida:</b> 12-13 años.
<b>CONTENIDOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Realización de juegos alternativos y recreativos.</li><li>● Contacto con los valores del deporte.</li><li>● Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.</li></ul>	
<b>MATERIALES:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Pelotas de plástico.</li><li>● Botellas.</li><li>● Bolas de petanca (en caso de no tener con pelotas de plástico).</li><li>● Conos y aros.</li><li>● Música.</li></ul>	

## Sesión 3

<b>OBJETIVOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo.</li><li>● Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos.</li><li>● Valorar la higiene.</li></ul>	<b>Duración:</b> 90 minutos <b>Edad a la que va dirigida:</b> 12-13 años.
<b>CONTENIDOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Realización de juegos y deportes alternativos y recreativos.</li><li>● Los valores en el deporte, reflexión y adquisición a través de la propia práctica.</li><li>● Mejora de la condición física orientada a la salud.</li><li>● Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.</li></ul>	
<b>MATERIALES:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Petos.</li><li>● Pelotas.</li></ul>	

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

- Colchonetas o bancos.
- Bolas de pin-pon.
- Cucharillas de plástico.
- Aros y conos.

## Sesión 4

### OBJETIVOS:

- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo.
- Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos.

**Duración:** 90 minutos

**Edad a la que va dirigida:** 12-13 años.

### CONTENIDOS:

- Realización de juegos alternativos.
- Trabajo de desarrollo de las habilidades sociales.
- Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.

### MATERIALES:

- Juegos de mesa.

## Sesión 5

### OBJETIVOS:

- Conocer y apreciar los valores.
- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo.
- Valorar la higiene y la salud.

**Duración:** 90 minutos

**Edad a la que va dirigida:** 12-13 años.

### CONTENIDOS:

- Realización de juegos y deportes alternativos y recreativos.
- Práctica de los distintos roles que se pueden desempeñar en las situaciones deportivas.
- Mejora de la condición física orientada a la salud.

### MATERIALES:

- Tablas
- Pullboy
- Churros
- Pelotas
- Vasos de plástico

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

- Colchonetas

## Sesión 6

### OBJETIVOS:

- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo.
- Conocer y apreciar los valores.

**Duración:** 90 minutos

**Edad a la que va dirigida:** 12-13 años.

### CONTENIDOS:

- Trabajo de desarrollo de las habilidades sociales y emocionales a través de la expresión corporal.
- Los valores en el deporte.
- Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.
- Valorar la higiene.

### MATERIALES:

- Altavoces
- Colchonetas.
- Fichas.

## Sesión 7

### OBJETIVOS:

- Desarrollar hábitos de equipo.
- Apreciar los valores trabajados.
- Valorar la higiene.

**Duración:** 90 minutos

**Edad a la que va dirigida:** 12-13 años.

### CONTENIDOS:

- Realización de deportes.
- Trabajo de desarrollo de las habilidades sociales.
- Adquisición de valores a través de la propia práctica deportiva.
- Mejora de la condición física orientada a la salud.
- Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

<b>MATERIALES:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Pelota y bate de beisbol.</li><li>● Balones de baloncesto.</li><li>● Balones de voleibol.</li><li>● Pluma de bádminton</li><li>● Raqueta de bádminton.</li></ul>	
---	--

Sesión 8	
<b>OBJETIVOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Conocer y respetar el medio ambiente.</li><li>● Conocer las normas de convivencia.</li><li>● Desarrollar hábitos de trabajo en equipo.</li><li>● Adquirir habilidades para la resolución.</li></ul>	<b>Duración:</b> 90 minutos <b>Edad a la que va dirigida:</b> 12-13 años.
<b>CONTENIDOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Trabajo de desarrollo de las habilidades sociales.</li><li>● Practica de juegos en territorios desconocidos.</li><li>● Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.</li><li>● Desarrollo de la higiene tras la actividad físico-deportiva.</li></ul>	
<b>MATERIALES:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Fichas.</li><li>● Kayak.</li><li>● Cintas.</li></ul>	

Sesión 9	
<b>OBJETIVOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Conocer las normas de convivencia y aprender a obrar de acuerdo con ellas.</li><li>● Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo.</li><li>● Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos.</li></ul>	<b>Duración:</b> 90 minutos <b>Edad a la que va dirigida:</b> 12-13 años.
<b>CONTENIDOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Realización de juegos alternativos.</li><li>● Trabajo de desarrollo de las habilidades sociales.</li><li>● Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de</li></ul>	

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

decisiones.

## MATERIALES:

- Cartas.

## Sesión 10

### OBJETIVOS:

- Conocer los valores de convivencia.
- Desarrollar hábitos de trabajo en equipo.
- Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos.
- Valorar la higiene.

**Duración:** 90 minutos

**Edad a la que va dirigida:** 12-13 años.

### CONTENIDOS:

- Realización de juegos alternativos y recreativos.
- Trabajo de desarrollo de las habilidades sociales y emocionales a través de la expresión corporal.
- Adquisición de valores a través de la propia práctica deportiva.
- Mejora de la condición física orientada a la salud.
- Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.

### MATERIALES:

- Fichas.

## 6º Conclusiones

Para terminar, puedo acentuar el papel relevante que tienen los valores en la sociedad, por eso la importancia que de educar en valores en todos los niveles porque como hemos dicho es un proceso que dura durante toda nuestra vida. Aunque tenemos que recalcar que la educación en valores en edades tempranas es la fase más importante debido a la facilidad de inculcarlos y la formación de los niños. En este ámbito podemos meter los factores de las escuelas junto con los familiares.

Tenemos que conseguir en este proceso que los niños sean capaces de aprender y diferenciar los valores positivos, dándole importancia a todos por igual.

Como futuro docente, veo la necesidad de educar a las próximas generaciones en valores, para que se produzca una buena sociedad, proporcionando así visiones para quitar la desigualdad de sexo y que aprendan a quererse y valorarse como son.

Creo, además, que con este proyecto podemos educar bien en valores mediante juegos y deportes cooperativos, mejorando la toma de decisiones, la cooperación, la autonomía en muchos casos, el valor de tener en cuenta las opiniones de los demás y sobre todo respetarlas. También he intentado educar en valores dejando atrás los deportes más populares, haciendo ver a los alumnos que se puede aprender y disfrutar de la actividad física sin repetirnos en los deportes y donde todo el mundo tiene la misma importancia.

Para terminar, decir que no es fácil educar en valores debido a las muchas influencias que hay y lo fácil que resulta hacer trampas para conseguir algunos objetivos, pero tenemos que hacer un esfuerzo e inculcar a los alumnos y a sus padres los buenos valores que tiene la sociedad, ya que con esto conseguiremos una buena armonía entre todos y un buen desarrollo común.

## **7º Referencias bibliográficas**

Arana Ercilla, M. & Batista Tejeda, N. (1999). La educación en valores: una propuesta pedagógica para la formación profesional. *Pedagogía universitaria*, 4(3).

Boixadós, M., Valiente, L., Mimbbrero, J., Torregrosa, M., & Cruz, J. (2003). Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar. *Revista de Psicología del Deporte*, 7 (2), 295-310.

Buxarrais Estrada, M. R., Martínez Martín, M., Puig Rovira, J. M. & Trilla Bernet, J. (1995). *La educación moral en primaria y secundaria*. Ed. Edelvives, Madrid.

Cagigal, J. M. (1981). *¡Oh deporte! (Anatomía de un gigante)*. Ed. Miñón. Valladolid, España.

Escámez Sánchez, J., García López, R., Pérez Pérez, C., & Llopis Blasco, J. A. (2007). *El aprendizaje de valores y actitudes: teoría y práctica*. Ed. Octaedro, Barcelona.

España. Real Decreto 1105/2014, 26 de diciembre, por el que se establece el currículum básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. Boletín Oficial del Estado/26 de diciembre 2014, núm. 3 pp.7-11.

Gil Madrona, P. (2006). Educar en valores a través de la práctica de juegos y deportes: elegancia en el talante, valores y actitudes asociados al deporte. *Idea La Mancha: Revista de Educación de Castilla-La Mancha*, (3), 152-159. Recuperado de <https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/20180/00620073000122.pdf?sequence=1>

Gutiérrez Cagigal, C. (2004). *La pedagogía del deporte como educación*. Ed. Universidad de A Coruña. A Coruña.

Gutiérrez Sanmartín, M. (1998). *Desarrollo de valores en la educación física y el deporte*. Apunts. Educación Física y Deporte, 51, 100-108, Universidad de Valencia. Recuperado de [https://www.revista-apunts.com/apunts/articulos/51/es/051\\_100-108\\_es.pdf](https://www.revista-apunts.com/apunts/articulos/51/es/051_100-108_es.pdf)

López Pastor, V. M., Monjas Aguado, R., & Pérez Brunicardi, D. (2003). *Buscando alternativas a la forma de entender y practicar la educación física escolar* (Vol. 158). Barcelona.

Martí Moreno, J. (2014). *Promoción de valores en el deporte. Evaluación de una propuesta de intervención en una actividad extraescolar* (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid. Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/5164/TFGB.473.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Omeñaca, J. V. R. (2014). *La Educación en valores desde los deportes de equipo. Estudio de la aplicación de un programa sistémico en un grupo de Educación Primaria* (Tesis Doctoral). Universidad de la Rioja.

Ortega Ruíz, P., Gil Martínez, R. & Mínguez Vallejos, R. (1996). *La tolerancia en la escuela*. Ed. Ariel, Madrid.

Ponce Garzarán, A. (2012). *La transmisión de valores a través de la práctica deportiva. Un estudio de caso: la transferencia entre el programa de deporte escolar de la ciudad de Segovia y el deporte federado*. (Trabajo Fin de Máster) Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/1596/TFM-B..10.pdf?sequence=1>

Ponce Garzarán, A. (2013). *Iniciación a la investigación. Análisis de valores en la educación física y en el deporte escolar: estudio de caso*. (Trabajo de Fin de Grado) Universidad de Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/2603/TFGB.135.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. [ La naturaleza de los valores del hombre]. Ed. Free Press. Nueva York, Estados Unidos

Ruíz Omeñaca, J. V. (2004). *Pedagogía de los valores en la educación física*. Ed. CCS, Madrid.

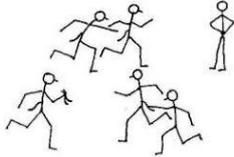
Sánchez Cuenca, C. (2017). *Desarrollo de valores a través de los cuentos, con metodologías tradicionales o tics, en la etapa de educación infantil*. (Tesis Doctoral) Universidad de Córdoba. Recuperado de <https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/14800/2017000001568.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Santos Castillo, A. (2018). *El tren de los valores: propuesta educativa para el desarrollo de la educación en valores a través de los cuentos en Educación Primaria*. (Trabajo de Fin de Grado). Universidad de Sevilla. Recuperado de [https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/81892/174\\_47549423.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/81892/174_47549423.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Schwartz, S. H., & Bilsky, W. (1987). Toward a universal psychological structure of human values. *Journal of personality and social psychology*, 53(3), 550-562.

Anexos

Sesión 1

DESCRIPCIÓN	Representación Gráfica
<b>CALENTAMIENTO</b>	
<p>- <b>“Quita petos”</b>: los alumnos se colocarán un peto en la zona de los glúteos, pillado con el pantalón. El juego consiste en conseguir quitarle el peto a los compañeros. Una vez que se lo quites, te lo tienes que poner junto con el otro peto.</p>	
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	
<p>→” <b>Fútbol</b>”: haremos cuatro grupos y los alumnos jugarán varios partidos de fútbol.</p> <p>→” <b>Baloncesto</b>”: Los alumnos respetando los mismos equipos, jugarán ahora al baloncesto.</p> <p>→” <b>Voleibol</b>”: Se jugará un partido de voleibol.</p>	  
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

→” **Estiramientos**””: para terminar la sesión el docente realizará una serie de preguntas mientras que los alumnos estiran para ir enseñándoles algunos valores.



## Sesión 2

### DESCRIPCIÓN

### Representación Gráfica

### CALENTAMIENTO

→” **Calentamiento**””: los alumnos realizarán un calentamiento en estático dirigido por un compañero.



→” **Muévete**””: el docente colocara una serie de objetos de diferentes colores por el campo, los alumnos tendrán que ir desplazándose por la pista haciendo movilidad articular y cuando el profesor diga un color, todos tendrán que ir a por el color dicho.



Figura 2. Primera estación: Andar haciendo zig zag entre conos.

### PARTE PRINCIPAL

→” **Protege el tesoro**”:

consiste en dividir la clase en dos grupos, en mitad de la pista realizaremos un círculo o un cuadrado, donde lo importante será limitar la zona.

Dentro de esa limitación haremos otra, donde colocaremos botellas de agua con un poco de líquido dentro de ellas, para que no sea muy fácil derribarlas.

El juego consistirá en que un equipo tenga que tirar el máximo número de objetos en un tiempo determinado, y el otro equipo colocado en la primera zona delimitada, tendrá que impedir que el otro equipo tire los objetos.

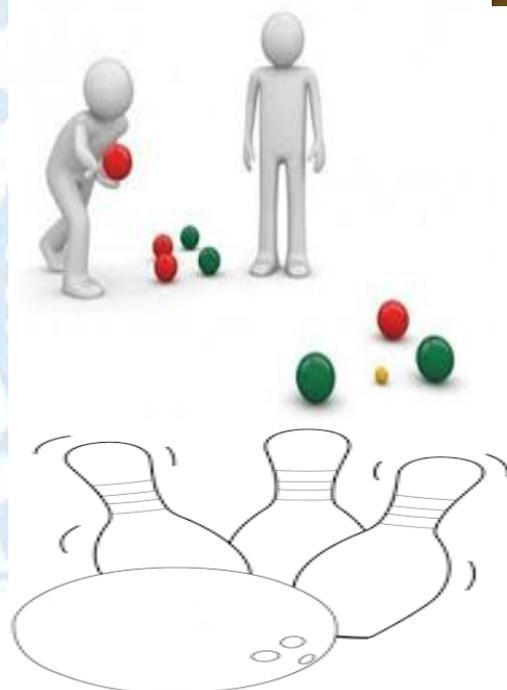
Cuando pase el tiempo se cambiarán los roles.

→ ” **La petanca**”:

dividiremos la clase en cuatro grupos de tres personas y dos de cuatro personas, y jugaremos partidos de petanca.

→” **Los bolos**”:

haremos cuatro grupos de cinco personas. Los alumnos tendrán que jugar una partida normal de los bolos.



VUELTA A LA CALMA

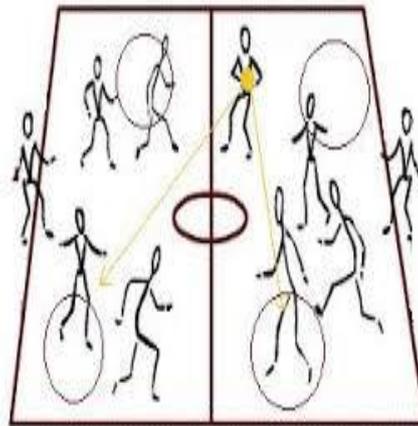
# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

<p>→ <b>“Relajación”</b>: con música suave, el docente contará una historia relajante para que los alumnos vuelvan a la normalidad.</p> <p>→ <b>“Estiramientos”</b>: los alumnos estirarán para que los músculos vuelvan a la normalidad.</p>	
---	--

<b>Sesión 3</b>	
<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>Representación Gráfica</b>
<b>CALENTAMIENTO</b>	
<p>→ <b>“Calentamiento”</b>: los alumnos realizarán un calentamiento estático.</p> <p>→ <b>“Come-cocos”</b>: un alumno se la quedará y tendrá que intentar pillar a los demás compañeros, pero la norma principal es que solo pueden ir por las líneas que hay pintadas en el campo. Si un compañero es pillado, este pasará a pillar ahora. Con el paso del tiempo podemos poner más gente que pille o que el que sea pillado se una al otro compañero hasta que todo el mundo este pillado.</p>	
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	

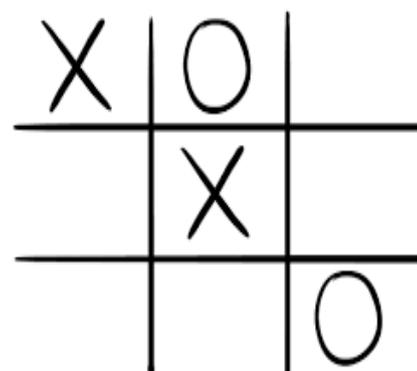
→” **Los diez pasos**”: formaremos dos o tres grupos (según quiera el docente) y el juego consiste en pasarse la pelota con la mano diez veces seguidas entre los miembros del equipo sin que ningún rival la toque o se la quite. Se podrá hacer de diferentes maneras, la primera que si un equipo roba la pelota, ese equipo tendrá la posesión o hacer la posesión por tiempo y cuando acabe el tiempo la posesión será del equipo contrario.



→” **Carrera de obstáculos**”: formaremos cuatro grupos de cinco, los alumnos se tendrán que enfrentar a una carrera de obstáculos utilizando tanto la pista de exterior como el gimnasio. El profesor le irá poniendo una serie de desafíos, como, por ejemplo, que pasen entre unas colchonetas, que encesten un tiro libre de baloncesto, anden por las colchonetas, lleven una cucharilla en la boca con una pelota de pin-pon y que tengas que trasladar una pelota dándole patadas sin que se le caiga la pelota de pin-pon al suelo.



→” **Tres en raya**”: manteniendo los cuatro grupos de cinco alumnos. Jugarán dos contra dos. Los equipos que ganen se enfrentarán entre ellos y los que no consigan ganar harán lo mismo. Las partidas serán al mejor de tres o al mejor de cinco.



**VUELTA A LA CALMA**

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

→” **Estiramientos**”: Los alumnos realizarán estiramientos para volver a la calma, mientras ponen en común los posibles valores que se han trabajado.



## Sesión 4

### DESCRIPCIÓN

### Representación Gráfica

#### CALENTAMIENTO

→” **Puesta en común**”: antes de empezar hablaremos de que posibles valores podremos aprender en esta sesión.



→” **Reloj**”: Consiste en que un alumno mirando a la pared diga “reloj reloj, las una las dos y las tres” mire para atrás e intente pillar a sus compañeros en movimiento. Si consigue pillar algún compañero este tendrá que volver al inicio. El que consiga llegar a la meta será el que se la quede.



#### PARTE PRINCIPAL

→En esta sesión haremos dinámicas de grupo mediante juegos de mesa.





**VUELTA A LA CALMA**

→ **Puesta en común:** hablaremos si se han conseguido adquirir los valores de los que se habían hablado al principio de la sesión.

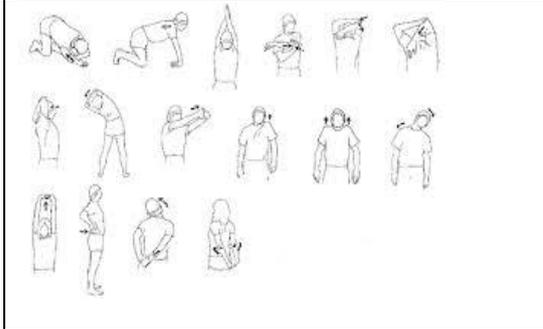


**Sesión 5**

DESCRIPCIÓN	Representación Gráfica
-------------	------------------------

**CALENTAMIENTO**

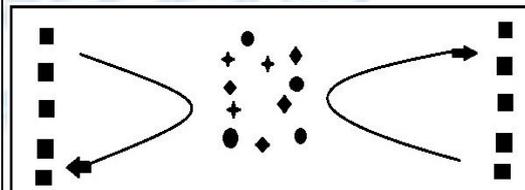
→” **Calentamiento**”: se realizará un calentamiento en seco.



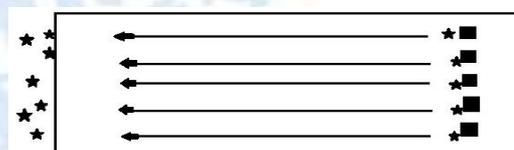
→” **Help**”: consiste en que uno de los niños tendrá que intentar pillar al resto de los compañeros. Si un compañero va a ser pillado puede decir la palabra mágica “help” y no podrá ser pillado, para que este alumno vuelva a participar otro compañero que esté disponible, le tendrá que dar la mano, para así poder ser salvado y seguir jugando. El compañero que sea pillado se unirá al que ya pillaba.

**PARTE PRINCIPAL**

→” **Transportador**”: se harán dos grupos. En el centro de la piscina se colocará material. Dicho material lo tendrán que ir cogiendo de uno en uno y llevárselo a su lado de la piscina. Cada vez podrán salir dos compañeros diferentes. Una vez que no haya material, le propondremos a los alumnos que hagan una figura usando la imaginación con el material recogido anteriormente.



→” **El camarero**”: seguiremos manteniendo los dos grupos. El juego consiste en trasladar un vaso de agua de un lado a otro de la piscina. Un equipo será el que traslade el primer vaso y el otro grupo tendrá que intentar derribarlo.



Saldrán de dos en dos, uno de ellos será el que lleve la tabla y el otro tiene que intentar proteger a su compañero.

Cuando llegue al final de la piscina tendrá que

volcar el agua que lleve en un recipiente para ver qué equipo es el que agua a conseguido trasladar. Cuando el primer equipo termine de trasladar todo el materia se cambiarán los roles.

→” **Waterpolo**”: partido de waterpolo.



**VUELTA A LA CALMA**

→” **Estiramientos**: Realizar estiramientos mientras se valora la sesión.



**Sesión 6**

**DESCRIPCIÓN**

**Representación Gráfica**

**CALENTAMIENTO**

→” **Calentamiento**”: se realizará un calentamiento en estático dirigido por un compañero.



# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

→” **Música**”: individualmente los alumnos tendrán que bailar al ritmo de la música que se les ponga.



## PARTE PRINCIPAL

→” **El solitario**”: en este juego el alumno tendrá que intentar hacer el pino, la voltereta, el puente, la ruleta, etc.



→” **Sujétame**”: en este ejercicio los alumnos practicarán los agarres de la mejor forma posible. Podrán utilizar las hojas facilitadas por el docente y la tecnología para la correcta utilización de estos agarres para su puesta en práctica en los siguientes ejercicios.



→” **La confianza**”: para este ejercicio utilizamos las colchonetas grandes que dispone el centro, el profesor y un alumno se pondrán al inicio de la colchoneta y tendrán que ayudar al resto de compañeros a realizar una voltereta en el aire. Ayudados con la tecnología veremos cómo se realizan. El alumno que está con el docente irá cambiando para que todo el mundo practique el ejercicio.



→” **La unión**”: con este ejercicio iremos de menos a más, de grupos reducidos (parejas) a grupos más amplios donde los alumnos mediante una ficha tendrán que imitar las pirámides que se ven, también podrán utilizar la tecnología como método de enseñanza para ver como se hacen algunas pirámides o si se ven bien, buscar pirámides más difíciles.



→” **El baile**”: realizar un baile inventado.

**VUELTA A LA CALMA**

→” **Estiramientos**”: realizar estiramientos mientras se habla de la sesión.



Sesión 7

**DESCRIPCIÓN**

**Representación Gráfica**

**CALENTAMIENTO**

→” **Calentamiento**”: realizar un pequeño calentamiento en estático.



→” **La araña**”: un alumnos se la quedará en la

# Propuesta de intervención: Actividades Extraescolares como Método de Formación en Valores

2020

línea central del campo y tendrá que intentar pillar a los compañeros sin salirse de esa línea y los compañeros tendrán que ir de un lado a lado de la pista sin ser pillados.

El alumno que sea pillado se unirá a la araña.



## PARTE PRINCIPAL

→” **Voleibol**”: aprovechando la capacidad de montar dos pistas, tenemos la facilidad de hacer cuatro grupos. Para que jueguen más en equipo, daremos la regla de dar los tres pases obligatorios para que así participen la mayor parte de los integrantes del grupo.



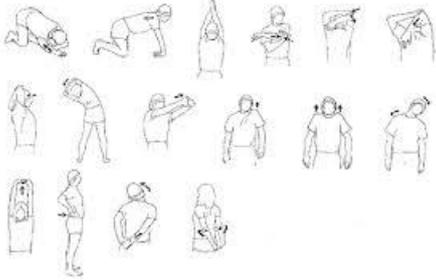
→” **Baloncesto**”: seguimos manteniendo los mismos grupos ya que contamos con cuatro canastas. Se permitirá el juego con las normas básicas del baloncesto. Según como vayamos viendo como participan los alumnos, pondremos reglas para que sea más cooperativo, como por ejemplo todos tienen que tocar la pelota antes de tirar a canasta, no se la puedes pasar al que te la ha pasado, si un jugador encesta, la próxima canasta no puede ser suya.

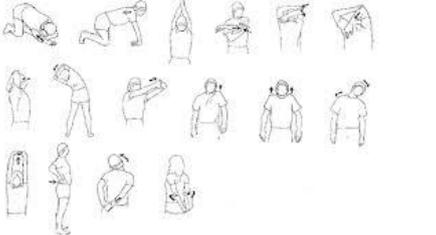


→” **Beisbol**”: reduciremos los grupos y formaremos dos grupos y realizamos un partido.



## VUELTA A LA CALMA

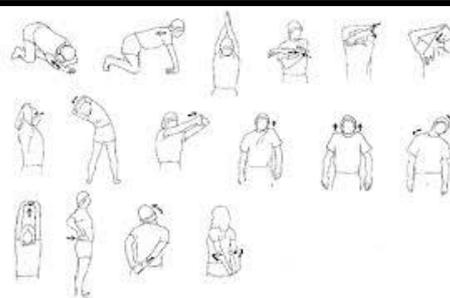
<p>→” <b>Estiramientos</b>”: realizar estiramientos para la vuelta a la calma mientras se valora la sesión.</p>	
---	--

<u>Sesión 8</u>	
DESCRIPCIÓN	Representación Gráfica
<b>CALENTAMIENTO</b>	
<p>→” <b>Calentamiento</b>”: realizar un calentamiento en estático para ir preparando la sesión y transmitir la información de los ejercicios que vamos a realizar.</p>	
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	
<p>→” <b>Orientación</b>”: Siguiendo un mapa los alumnos tendrán que hacer un circuito cogiendo y coger los elementos de las postas que le harán llegar a la meta.</p> <p>→” <b>Kayak</b>”: realizarán unos juegos con el kayak.</p>	



**VUELTA A LA CALMA**

→” **Estiramientos**””: hacer estiramientos para que los músculos vuelvan a la normalidad, mientras valoramos la sesión.



**Sesión 9**

**DESCRIPCIÓN**

**Representación Gráfica**

**CALENTAMIENTO**

→” **Habla**””: puesta de los valores que se pueden tratar en la sesión.



**PARTE PRINCIPAL**

→” **Dinámicas**””: volveremos a realizar una sesión de dinámicas para ver si los alumnos han aprendido a dialogar y poner sus propuestas. Cogemos el juego del pueblo duerme, pudiendo cambiar de dinámica si es necesario.



**VUELTA A LA CALMA**

→” **Puesta en común**”: Veremos los posibles fallos que se han podido producir, como por ejemplo no respetar las opiniones de un compañero o cabrearse porque tu idea no haya salido.



**Sesión 10**

**DESCRIPCIÓN**

**Representación Gráfica**

**CALENTAMIENTO**

→” **Calentamiento**”: los alumnos realizarán un calentamiento en estático.

→” **Unión**”: Los alumnos se irán moviendo por el espacio haciendo movilidad articular, y el profesor dirá una cuenta matemática y los alumno según el resultado tendrán que formar grupo de tantas personas como el resultado diga.

Con este ejercicio se pretende hacer los grupos para la parte principal.



**PARTE PRINCIPAL**

→” **Gymkana**”:

para finalizar el proyecto realizaremos una gymkana para poder poner en práctica todo lo aprendido anteriormente.



### VUELTA A LA CALMA

→” **Estiramientos**”:

realizar estiramientos mientras se valora la sesión y si ha sido de utilidad el proyecto para educar en valores.

