

# PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

---

## *EL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO MEDIO PARA EL DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL EN JÓVENES ESCOLARES*



UNIVERSIDAD DE  
MURCIA



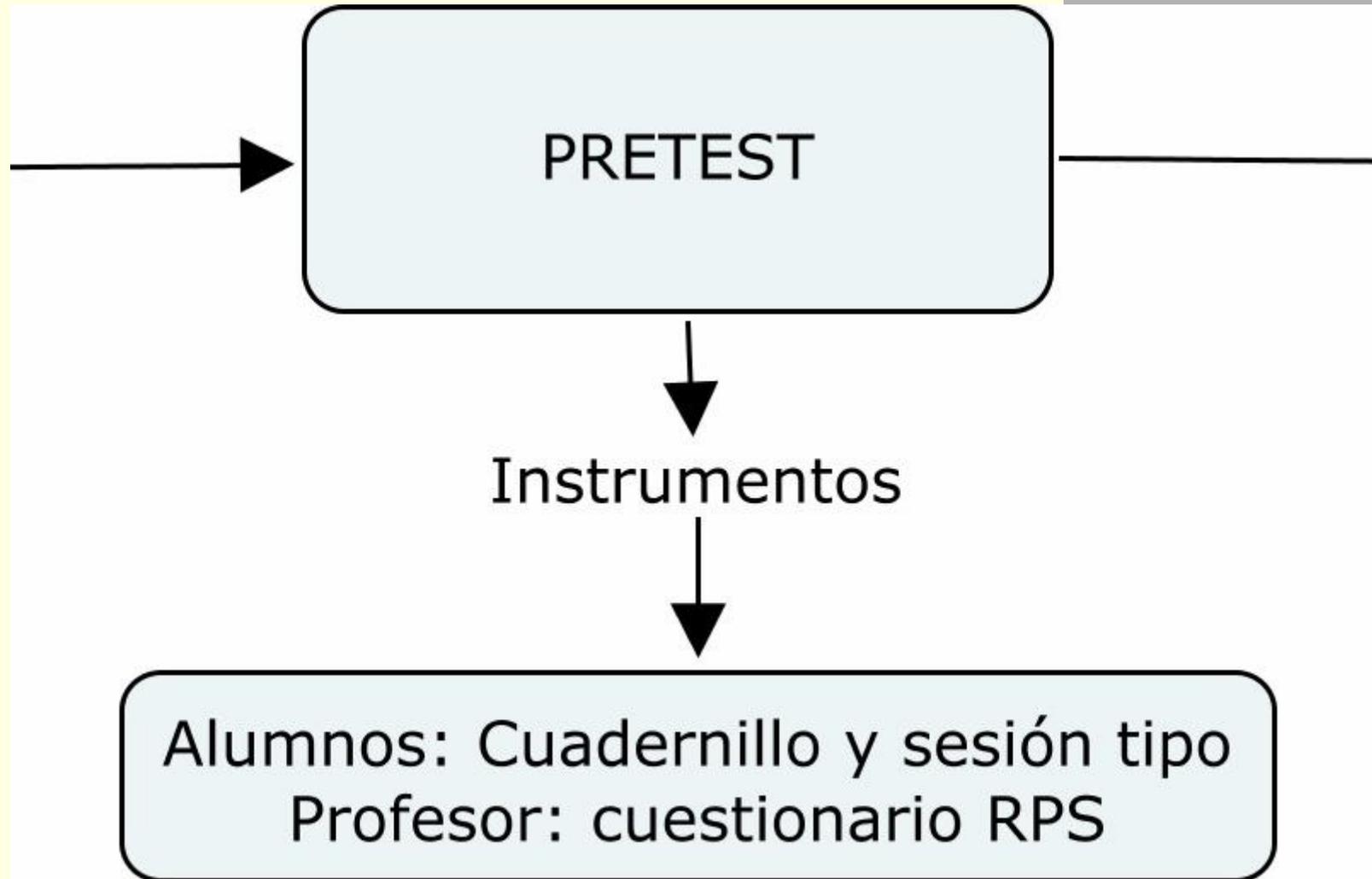
# ***DISEÑO METODOLÓGICO***

---

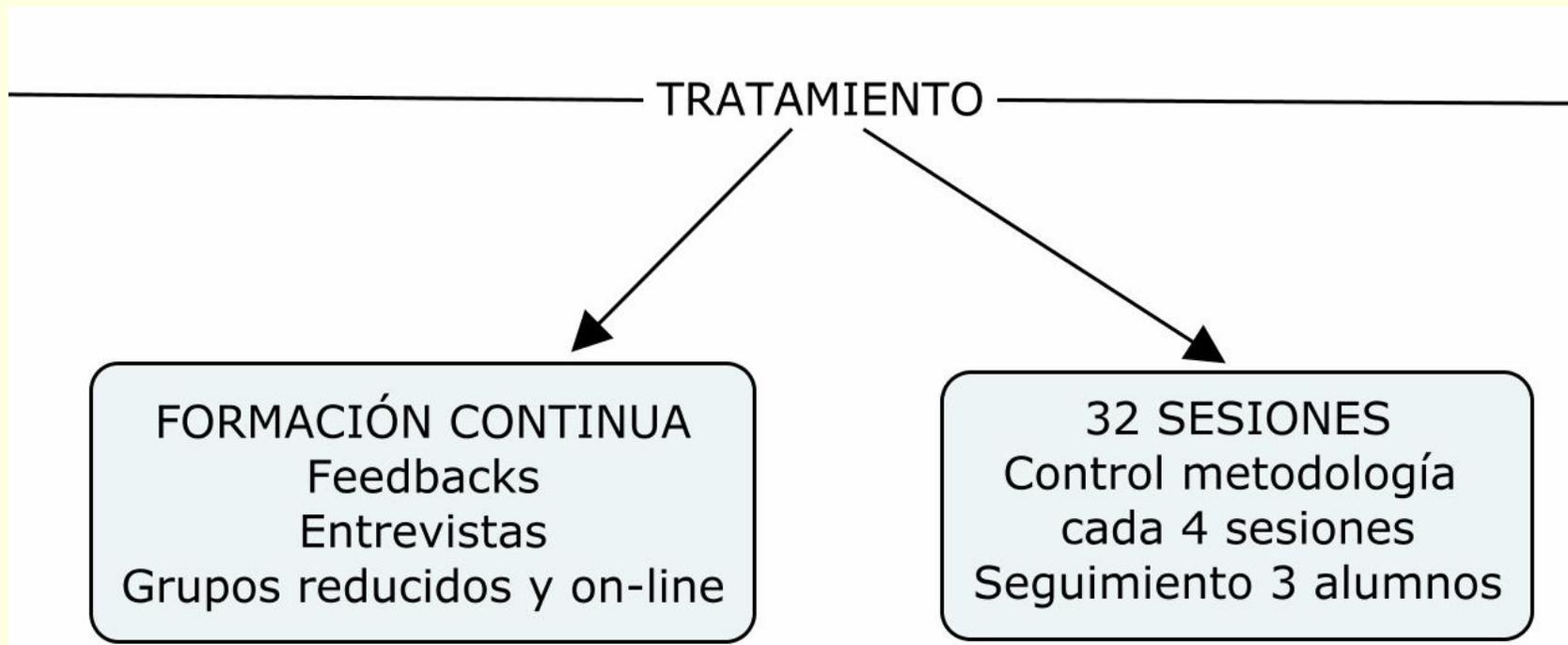
FORMACIÓN INICIAL  
Evaluación satisfacción  
Evaluación contenidos

18 centros  
educativos

## ***DISEÑO METODOLÓGICO***

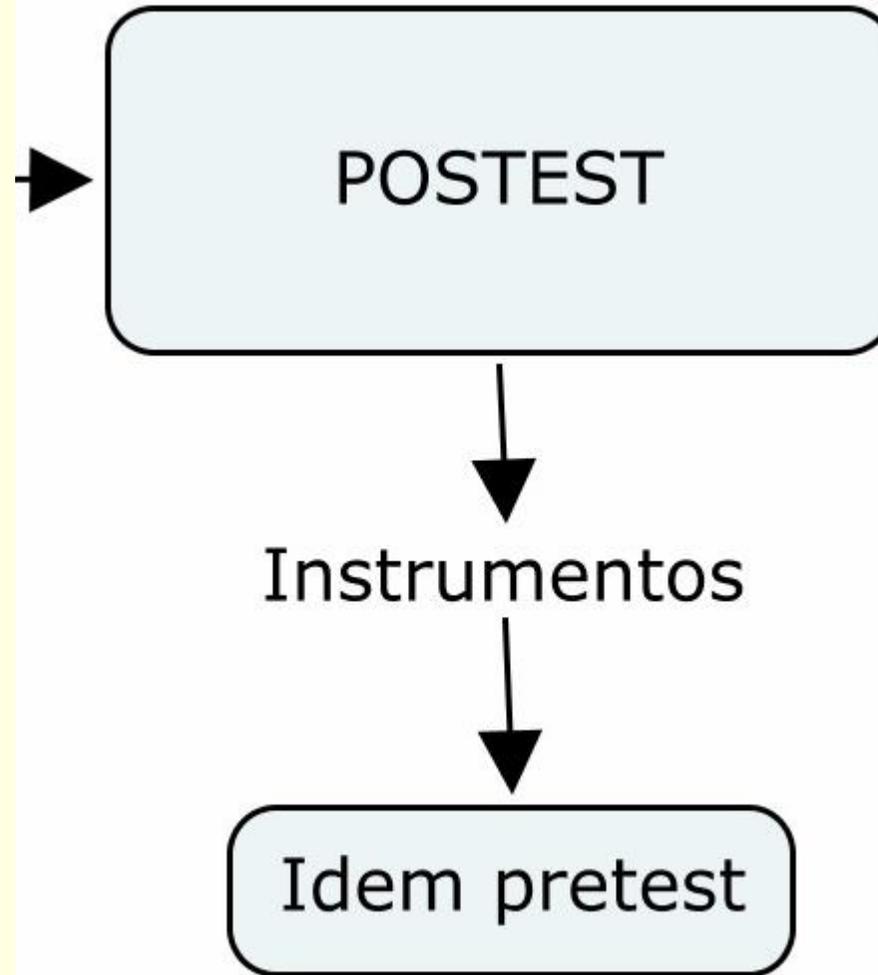


# ***DISEÑO METODOLÓGICO***

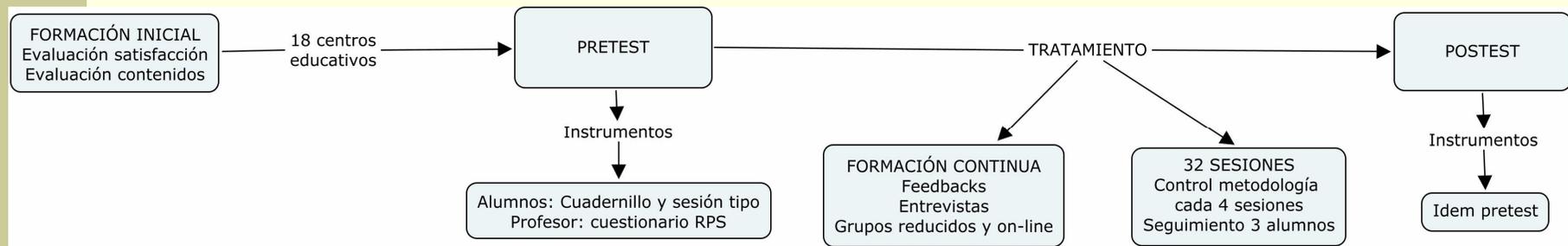


Diario del alumno  
Buzón sugerencias

# ***DISEÑO METODOLÓGICO***



# DISEÑO METODOLÓGICO



# PROTOCOLO SESIÓN TIPO

---

- Disponer de cámara de video y trípode.
- Asegurarse de disponer todos los permisos necesarios para realizar la grabación (permiso de los padres/tutores, permiso del Centro Escolar y, si la grabación se realiza en una instalación exterior, permiso de dicha instalación).
- Para reducir el sesgo, será necesario que el profesor instale la cámara en las 5 sesiones anteriores a la grabación tipo. De esta forma, aunque la cámara no grabe esas sesiones, los alumnos se acostumbrarán a sentirse observados y por lo tanto el día de la grabación no realizarán conductas sesgadas.

# PROTOCOLO SESIÓN TIPO

---

## **ANTES DE LA SESIÓN:**

- Tener la batería de la cámara completamente cargada.
- Disponer de 15 minutos previos para la preparación de la clase, el material y la colocación de la cámara.
- Colocar la cámara de tal forma que enfoque toda la zona que vamos a utilizar en nuestra sesión.
- Si no podemos enfocar toda la zona, será necesario reducir el espacio que vamos a utilizar, delimitándolo mediante líneas o conos de fácil visualización para los alumnos.
- Comprobar que el enfoque de la cámara capta toda la zona que vamos a utilizar en nuestra sesión.

# PROTOCOLO SESIÓN TIPO

---

## **DURANTE LA SESIÓN:**

- El profesor debe realizar las explicaciones de los ejercicios y los feedbacks a sus alumnos con una voz alta y clara, que pueda ser captada y entendida por el sonido de la cámara.
- Debemos controlar que los alumnos no salgan fuera de la zona delimitada para la grabación durante la sesión.
- Intentar ajustarse lo máximo posible a los ejercicios de la sesión tipo.

## **DESPUÉS DE LA SESIÓN:**

- Introducir el video de la sesión en el ordenador y pasarlo a un CD o disco externo para dárselo a los investigadores el día establecido.

# DIARIO DEL ALUMNO

---

- Seleccionar a 3 alumnos que realicen un diario con las sensaciones que tienen durante las sesiones

-

# BUZÓN DE SUGERENCIAS

---

- Disponer de una caja-buzón, en el que los alumnos de manera anónima pueden realizar sugerencias acerca de la metodología desarrollada.

-

# LOTES DE MATERIAL

Referencia	Descripción	Cantidad
<b>LOTE A</b>	PACK 40 CONOS REDONDOS	1und
	PALAS PLAYA CON PELOTA	10 juegos
	ARO PLANO DIAM. 50 cm	10

# LOTES DE MATERIAL

Referencia	Descripción	Cantidad
<b>LOTE B</b>	PICOS PVC 1,20	10
	<i>RAQUETAS BADMINTON (+ 7 volantes)</i>	10
	TESTIGO RELEVOS PVC	10

# LOTES DE MATERIAL

Referencia	Descripción	Cantidad
<b>LOTE C</b>	PALO PIN PON	5
	<i>PACK PELOTAS PIN PON (6 und)</i>	5
	SACO PORTABALONES	1
	BALON BASKET CAUCHO	5
	( Ó PETOS)	10

# CUADERNILLO

---

- Cuestionario hábitos de ocio y tiempo libre (Test corto Kreceplus)
  - Cuestionario PACE para valorar la actividad física realizada a lo largo de la semana
  - Cuestionario de Deportividad
  - Cuestionario Kldscreen 10 de Calidad de Vida en población infantil y juvenil
  - Cuestionario Responsabilidad Personal y Social
  - Cuestionario CUVECO sobre la violencia cotidiana en el contexto escolar
- FAX: 868 88 86 72

# CUADERNILLO

---

## ESCALA DE TIEMPO:

- La escala de tiempo en los niños no está definida tan bien como la que tenemos los adultos.
- De modo que cuando les den el cuestionario y digan "60 minutos de actividad física" o "60 minutos viendo la tele, videojuegos u ordenador", el profesor o maestro les ha de dar una orientación bien definida.
- Por ejemplo, 60 minutos es lo que duran los dos capítulos de "Los Simpson" a mediodía, o similar,
- Se trata de aportarles una referencia que les permita identificar bien la duración y puedan estimar con corrección.
- Esto es parte de todos los protocolos de medida de AF con cuestionarios en niños (obligado).

# AUTOEVALUACIÓN DOCENCIA

---

- Cada 4 sesiones los maestros/profesores han de rellenar un cuestionario para valorar las características de la docencia impartida, uno para cada grupo de niños que participan en la investigación.
- El cuestionario está colgado en la página web del presente proyecto de investigación y desde ahí, han de especificar su nombre y el grupo de alumnos (control o experimental).
- Es interesante que aquellos profesores que quieran y posean los medios, filmen alguna de las sesiones impartidas para poder ser analizada posteriormente en la última reunión de seguimiento y reciba feedbacks constructivos acerca de las características de su docencia.
- Si existe algún profesor interesado, podría hacerse este seguimiento durante 3 sesiones a lo largo del tratamiento.

# RELACIÓN ENTRE NIVELES, OBJETIVOS, ESTRATEGIAS Y CUALIDADES DEL PROFESOR

---

## NIVEL 1: RESPETO A LOS DERECHOS Y SENTIMIENTOS DE LOS DEMÁS (AUTOCONTROL Y EMPATÍA)

### OBJETIVOS:

- Evitar agresiones
- Aceptar a todos en las actividades
- Escuchar al profesor y compañeros
- Respetar el turno de palabra
- Cuidar el material

### ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

- Banco de la paz
- Time out
- Contratos individuales y grupales

### CUALIDADES DEL PROFESOR:

- Capacidad de crear un clima seguro y de confianza
- Actitud de respeto, ayuda y preocupación por los niños

# RELACIÓN ENTRE NIVELES, OBJETIVOS, ESTRATEGIAS Y CUALIDADES DEL PROFESOR

---

NIVEL 2: PARTICIPACIÓN Y ESFUERZO (MOTIVACIÓN INTRÍNSECA)

OBJETIVOS:

- Participar en todas las actividades aunque no me gusten
- Continuar en la actividad aunque no me resulte fácil
- Poner interés y ganas en realizar las actividades

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

CUALIDADES DEL PROFESOR:

- Centrado en las fortalezas individuales
  - Facilitar dar progresivamente poder a los niños
- Diversificación de las tareas
  - Refuerzo positivo

# RELACIÓN ENTRE NIVELES, OBJETIVOS, ESTRATEGIAS Y CUALIDADES DEL PROFESOR

---

## NIVEL 3: AUTONOMÍA (AUTOGESTIÓN)

### OBJETIVOS:

- Ponerse metas a corto y largo plazo
- Autoevaluarse coherentemente
- Asumir roles de liderazgo

### ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

- Establecimiento de metas
- Desempeño de roles de liderazgo y toma de decisiones

### CUALIDADES DEL PROFESOR:

- Capacidad de empatizar
- Expectativas altas del alumnado

# RELACIÓN ENTRE NIVELES, OBJETIVOS, ESTRATEGIAS Y CUALIDADES DEL PROFESOR

---

## NIVEL 4: AYUDA (EMPATÍA Y COOPERACIÓN)

### OBJETIVOS:

- Ayudar a otros cuando lo necesiten
- Preocuparse por los compañeros
- Colaborar en las actividades grupales
- Escuchar a los demás

### ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

- Cadena de favores

### CUALIDADES DEL PROFESOR:

- Ser coherente, honesto (un modelo)

# RELACIÓN ENTRE NIVELES, OBJETIVOS, ESTRATEGIAS Y CUALIDADES DEL PROFESOR

---

NIVEL 5: TRANSFERENCIA. FUERA DEL GIMNASIO O AULA

OBJETIVOS:

- Fijarse metas y cumplirlas en otros ámbitos

CUALIDADES DEL PROFESOR:

- Tener un dominio de las asignaturas y de la enseñanza de la responsabilidad personal y social de forma integrada

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

- ¿??