



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

“APLICACIÓN DE UN PROYECTO DE TRABAJO SOBRE BALONMANO A UN GRUPO DE BACHILLERATO”

AUTORÍA MANUEL CRUZ JIMÉNEZ
TEMÁTICA UTILIZACIÓN DEPORTES COLECTIVOS - BALONMANO
ETAPA BACHILLERATO

Resumen

El siguiente proyecto de trabajo fue llevado a cabo en el IES Antonio M^a Calero durante el curso 2008-09 en el grupo 1^o de bachillerato “C”.

La idea de optimizar el proceso de iniciación deportiva en el ámbito educativo pretende ser la propuesta de este proyecto. En este sentido las condiciones en las que se practican las tareas de enseñanza-aprendizaje son las que determinan el potencial formativo de la actividad. Para que su planificación sea correcta se debe partir del análisis de los elementos que la componen antes de realizar su organización.

Palabras clave

Educación Física. Aplicación de unidad didáctica. Balonmano. Bachillerato.

1. INTRODUCCIÓN

Se desarrolla a continuación una propuesta de trabajo a partir de las necesidades detectadas en la evaluación inicial del grupo **1^o bachillerato C**, de Ciencias de la Salud y Tecnológico, del IES Antonio M^a Calero.

Como progresión de los aprendizajes iniciados en etapas anteriores, conducimos nuestro proyecto hacia la planificación de la propia actividad física **favoreciendo la autogestión y autonomía**. Además de orientar al alumnado hacia futuros estudios superiores relacionados con las ciencias de la actividad física, el deporte y la salud.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

A través de la asignatura y en concreto con la unidad se busca **potenciar el desarrollo de las capacidades y habilidades motrices**, profundizando en el significado que adquieren en el comportamiento humano, asumiendo determinadas actitudes relativas al cuerpo y al movimiento.

Nos planteamos que los alumnos practiquen el balonmano como una **actividad formativa**, que ayude a su desarrollo motriz y personal. Siendo una opción saludable de ocupación del tiempo libre en grupo. Por esta razón incluimos esta unidad didáctica en la programación de 1º bachillerato, dentro de las actividades deportivas colectivas.

2. PERFIL DEL CENTRO Y ALUMNADO

Es posible afirmar que la percepción positiva y el elevado grado de satisfacción de los alumnos y de las alumnas con las clases de educación física y con su profesorado, constituyen un excelente punto de partida para el logro de aprendizajes y para una adherencia a la actividad física que incida en el desarrollo de los estilos de vida saludables. Si bien hay un descenso de la satisfacción con el incremento de la edad de los alumnos.

Sus experiencias en situaciones propias de las clases de educación física hace que sean valoradas de manera positiva, y consideradas como momentos de disfrute, de utilidad para la vida, de diversión, o no.

Es importante valorar la idea que los alumnos tienen sobre aspectos que deberían estar incluidos en las actuales clases de educación física por su posible influencia en la adopción de hábitos de práctica a lo largo de la vida.

También no debemos ocultar la existencia de grupos de alumnos que vivencian situaciones en las clases que tienen percepciones poco edificantes, tales como el fracaso, aburrimiento, desagrado o el sentimiento de sentirse excluido. Hay que profundizar en el análisis de dichas percepciones y de la posible desmotivación que puede originar el abandono de los dos objetivos básicos: un buen aprendizaje que contribuya al desarrollo personal y social, y la adopción de un estilo de vida activo y saludable.

Para hacer esta propuesta, nos situaremos en el **I.E.S. “Antonio M^a Calero” de Pozoblanco**, situado en la **Sierra Norte de Córdoba**. Economía fundamentada en explotaciones agropecuarias. En este Instituto nos encontramos la coexistencia de distintos niveles: Secundaria Obligatoria, bachillerato en las modalidades de Humanidades y Ciencias Sociales, y Ciencias y Tecnología. Además de los Ciclos Formativos de Grado Medio: Cuidados Auxiliares de Enfermería; Atención Socio Sanitaria; Equipos e Instalaciones Electrotécnica, y el Ciclo Formativo de Grado Superior: Laboratorio de Diagnóstico Clínico.

El grupo. 1º bachillerato C. Grupo de 29 alumnos sin nada destacable con respecto a la referencia que supone el centro. Tan sólo un alumno inmigrante, que lleva entre nosotros (en el centro) 4 años. Conoce bien el idioma y tiene gran motivación hacia el aprendizaje,



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

con lo que su integración es total en la comunidad educativa. Primer paso hacia su igualdad real con los demás en la sociedad.

3. EXPLORACIÓN INICIAL

Conocer el **momento educativo** en el que se encuentra el grupo 1º bachillerato C se torna de vital importancia como instrumento de una adecuada formación. Con lo cual como herramientas de recogida de esta información, que se realizará más o menos las tres primeras semanas se clase, tenemos:

- Pruebas escritas y orales, sobre situación emocional, social, familiar, y cultural. Cuestionario sobre la **retención de contenidos** de cursos anteriores y las **motivaciones e intereses**. Se realizará en la sesión nº 1 de curso, en la clase presentación.

- Tests prácticos (circuitos) sobre las habilidades propias de la asignatura. **Tests de evaluación de la condición física**. Condición anatómica, fisiológica y motora. Realizados al finalizar el curso anterior y justo al empezar el presente (sesiones 2-4 en el primer trimestre)

- Anotaciones, diario del profesor y plantillas de observación del alumnado.

- Entrevistas personales sobre aspectos concretos y problemas particulares. Y **entrevista colectiva** oral al comienzo de la unidad didáctica en la sesión nº1 de la misma.

- Observación directa y anotación de las características motoras específicas de los alumnos en la realización de un **Circuito de Habilidades Técnicas**. Sesión nº 1 de la unidad.

3.2. CONCLUSIONES DE LA EVALUACIÓN INICIAL

Para favorecer el desarrollo de los individuos ayudando en su evolución hemos destacado las siguientes conclusiones a la luz de los resultados de la exploración inicial a la hora de la aplicación del proyecto de trabajo:

- Grupo disciplinado y trabajador en clase.

- Muy acostumbrado a trabajar en la asignatura con estilos de enseñanza fundamentalmente tradicionales, con lo cual hay una dependencia directa hacia el profesor, del tipo estímulo-respuesta.

- Desmotivado hacia los contenidos de tipo conceptual de la asignatura. Muy poco hábito en este sentido.

- Escasa participación fuera del horario escolar en actividades físicas de tipo deportivo.

- Debido al entorno rural donde se desenvuelven normalmente realizan de una



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

forma habitual actividades en este medio, aunque no deportivas.

- A nivel motriz hay un desenvolvimiento normal para la edad.

4. PRETENSIONES CON LA APLICACIÓN DEL PROYECTO.

La elaboración de la propuesta de trabajo pretende responder a las necesidades detectadas en la evaluación inicial del grupo con lo cual sin perder de vista la normativa legal y particularidades del mismo, lo que a continuación se busca es destacar las capacidades a aumentar sin por ello negar las otras desplegadas en la programación didáctica para el nivel.

Intentando desarrollar en los alumnos sus capacidades y tomando como referencia la programación didáctica del departamento de Educación Física la priorización y atención fundamental dentro de la unidad será la siguiente con respecto a los **objetivos de la unidad** que queremos desplegar:

- Conocer y profundizar en los aspectos reglamentarios, técnicos y tácticos del balonmano.
 - Practicar y realizar los ejercicios propios del desarrollo de los medios técnicos y tácticos del balonmano profundizando en los aprendidos en cursos anteriores.
 - Desarrollar las capacidades físicas básicas y las cualidades motrices a través de las habilidades específicas del deporte (pases, lanzamientos, etc.)
 - Participar en las actividades propuestas con independencia del sexo, evitando la tendencia de identificar el balonmano como actividad propiamente masculina.
 - Valorar y asumir que el juego deportivo colectivo se desarrolla a través de las capacidades individuales puestas al servicio y para el bien del grupo.
 - Mostrar actitudes de respeto y tolerancia hacia los diferentes niveles de juego de sus compañeros.

5. PROCEDIMIENTO DE APLICACIÓN DEL PROYECTO EN VISTA DE LA EVALUACIÓN INICIAL

Los contenidos deben venir a partir de una reflexión pedagógica que nos acerque al reconocimiento de la compleja realidad del proceso social y educativo, y que nos ha de motivar para ser capaces de verificar qué modelo de la enseñanza es el más adecuado en un preciso momento o situación particular, no renunciando a principios, como saber por qué proponemos un determinado conocimiento y no otro, cómo lo proponemos, qué proceso seguimos, y a poder escoger las actividades más adecuadas para nuestros alumnos según el contexto.

Debido a las **características de aprendizaje del grupo 1º bachillerato C** y sus experiencias previas, la intervención docente debe ir encaminada a **facilitar la autonomía**



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

del alumnado en el trabajo. La consecución de este objetivo debe ser planteada progresivamente, para lograr que el paso de la dependencia a la emancipación en la construcción del proceso sea concluido con éxito, y teniendo siempre como eje de referencia el «para qué» se realizan las actividades. Predominarán, la utilización de técnicas de enseñanza activa y participativa a lo largo de todo el curso.

Hay que entender que la educación física no se limita al ámbito escolar, sino que se proyecta en diferentes momentos del alumno, de ahí la importancia de que se extienda a las actividades extraescolares o al tiempo de ocio.

Debemos orientar la tarea en una **doble dirección**:

- por una parte, es preciso culminar el proceso de concienciación para que el alumnado incorpore como **hábito de vida la práctica** sistemática de **actividad físico-deportiva** saludable y recreativa

- y, por otra, **abrirles un campo profesional** al que luego podrá incorporarse desde los estudios universitarios o ciclos formativos relacionados.

Por otro lado el conocimiento de las diversas posibilidades debe abrir la puerta de los conceptos, principios y procedimientos básicos que van a sustentar la práctica saludable de la actividad física.

El trabajo con los alumnos y alumnas debe ajustarse a sus posibilidades. Orientarles en función de las características, nivel de destreza y condiciones biológicas, psíquicas, socioeconómicas e intereses. Contribuyendo además a generar actitudes positivas de respeto y tolerancia desde el reconocimiento y la aceptación de las limitaciones propias y de los demás.

Se pretende asimismo de manera general, el perfeccionamiento de las habilidades motrices (expresivas, deportivas y relativas al medio natural), para que contribuyan a la mejora de su calidad de vida y a la utilización activa del tiempo de ocio.

La significatividad del aprendizaje dependerá en gran parte de la selección que se haga de los contenidos más relevantes para el alumnado, lo que generará una motivación hacia la adquisición de los mismos. La funcionalidad que se dé a los contenidos hará que puedan ser utilizados cuando las circunstancias lo exijan.

Para una enseñanza más significativa, los contenidos giraran en torno a actividades físico-deportivas que más les interesen, dentro de las ofertadas en función de las instalaciones del centro. Será para ello propuesto a la Jefatura de Estudios como criterio pedagógico, la necesaria coincidencia de los cursos de bachillerato en el horario, lo que facilitaría la realización de esta elección.

Es preciso dar a la actividad física un enfoque ambiental, que promueva una pedagogía constructivista, que consiga logros específicos de conservación de espacios y de utilización de otros espacios físicos para la clase, entendiendo el entorno físico, como un contexto de aprendizaje.

El acceso y uso de las fuentes de información que proporcionan las nuevas tecnologías serán recursos importantes que ayudarán al conocimiento y comprensión de



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

los contenidos en cualquiera de sus facetas y en la búsqueda de soluciones a los distintos problemas que en torno a ellos se nos planteen.

Facilitar la seguridad e higiene en el trabajo del alumnado, sin forzar situaciones, y adaptando las actividades a los alumnos, a la climatología, entorno físico, etc.

La función del profesor es la de orientar, valorar y prever posibles riesgos y contingencias. De su actitud e implicación en la materia dependerá enormemente la actitud del alumnado y su motivación. El proceso de enseñanza-aprendizaje debe atender a las diferencias individuales.

Por último, debe adecuar la información y actividades a los intereses de los alumnos. Se utilizarán básicamente los estilos de enseñanza siguientes: enseñanza recíproca, asignación de tareas, trabajo en grupos, resolución de problemas, descubrimiento guiado, programas individuales y contratos.

Orientaciones específicas según conclusiones anteriores:

Ser un modelo de programación didáctica nos va a permitir:

- Se favorecerán el desarrollo de actividades encaminadas a que el alumnado **aprenda por sí mismo**, trabaje en equipo y utilice los métodos de investigación apropiados.
- Facilitar la realización, por parte del alumnado, de **trabajos de investigaciones** monográficas, interdisciplinares u otros de naturaleza análoga que impliquen a uno o varios departamentos de coordinación didáctica.
- Las **tecnologías de la información** y de la comunicación se utilizarán de manera habitual como herramienta para el desarrollo del currículo.

La técnica en el deporte y las actividades deportivo-recreativas constituyen el "movimiento ideal" a cuyas normas básicas nos tenemos que acercar mediante la praxis. En muchas actividades físicas la ejecución del movimiento correcto, concretamente la técnica, juega un papel importante y a menudo decisivo en función de unos principios tácticos de aplicación para la máxima eficacia, y máximos logros. Aunque en el contexto educativo y proceso de enseñanza-aprendizaje del balonmano nos interesa sobre todo **desarrollar** en los alumnos una **disponibilidad motriz y cognitiva** que trascienda ampliamente a la simple automatización de gestos, creando una experiencia motriz enriquecedora dotándola de **significatividad** y que genere **procesos reflexivos**. Permitiendo una cierta **autonomía al alumno**, se potenciará la **participación y la implicación** no sexista ni discriminatoria, incentivándolo en su acción. Buscando un **aprendizaje constructivista** se favorecerá el desarrollo "intelecto motriz" en el sujeto,

Para ello nos basaremos en estilos de enseñanza tales como el **descubrimiento guiado y resolución de problemas**, utilizando fundamentalmente una técnica de enseñanza **por indagación** que busca favorecer que el alumnado sepa **aplicar los medios técnicos a situaciones reales de juego**.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

6. MOMENTO DE APLICACIÓN DEL PROYECTO

El desarrollo de la unidad ha tenido lugar durante la 3ª evaluación en el mes de abril y en 6 sesiones.

- **Las actividades de exploración**, abarcan la primera sesión. Junto con las realizadas al comienzo de curso, en la unidad didáctica 1. ¿Estás en forma?
- **Actividades de desarrollo**, 4 sesiones ubicadas en el tercer trimestre.
- **Actividades de finalización**, sesión 6 en la que realizaremos un examen práctico. Además con un examen teórico-escrito que se realizará al final del trimestre y que versará sobre los contenidos conceptuales tratados en esta 3ª evaluación y por lo tanto también la unidad: “El balonmano”

7. TENEMOS EN CUENTA LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO

Una vez valorada la situación la homogeneidad en el grupo y el no tener que destacar a **ningún alumno** por presentar **necesidades específicas de apoyo educativo** hará que las actuaciones sobre el currículum no sean significativas y que la atención educativa no sea diferente a la ordinaria.

Aún así es evidente que cada alumno es un mundo, aunque también es cierto que la tendencia a alcanzar contenidos y objetivos de forma conjunta es una realidad en la materia. No obstante, en ciertos casos es recomendable atender a las peculiaridades del individuo, máxime si éstas están o pueden limitarle en algún momento. Así pues está la posibilidad de adaptar de alguna manera no sólo el currículum a ese alumnado, sino en ocasiones puntuales, incluso readaptarlo al resto del grupo, con el fin de que todos partan, de ser posible o como simulación, de la misma limitación.

Asimismo, y dado el carácter no obligatorio de esta etapa, la atención a la diversidad se encaminará a dos vertientes:

- En el plano de contenidos cognoscitivos facilitar la profundización en los mismos a aquellos **alumnos que tengan inquietudes en continuar estudios** relacionados con la materia. Facilitando al mismo tiempo la orientación profesional.
- En el plano procedimental, la mejora y desarrollo del nivel de condición física y habilidades deportivas, el **individualizar los objetivos** mediante **contratos personales**, sobre todo en aquellos alumnos que por sus peculiaridades necesiten de una ayuda especial para su total integración en la práctica de actividades deportivas que requieren de un nivel técnico-táctico homogéneo, para que su participación no suponga ningún tipo de hándicap.

También podemos, si llegase el momento realizar algunas medidas, ajustes o modificaciones a efectuar sobre el currículum:

- Estructuración de contenidos y actividades en esenciales y básicos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

- Construir grupos heterogéneos para el desarrollo de tareas, fomentando el trabajo cooperativo.
- Flexibilizar el nivel de complejidad de las tareas y graduar su dificultad, según finalidad.
- Proponer actividades complementarias, diferenciando entre un refuerzo pedagógico y una adaptación curricular.
- Reinterpretar los criterios de evaluación según los niveles de capacidad.

8. ACTIVIDADES QUE COMPLEMENTAN LA ENSEÑANZA MÁS “ACADÉMICA”

Visita al equipo de balonmano PRASA POZABLANCO, en uno de sus partidos de competición de Primera División de Honor de balonmano. Durante este momento se propuso que hubiese una anotación por parte de los alumnos de situaciones de juego y estadísticas.

Posteriormente uno de sus jugadores nos visita en horario lectivo para “participar” de nuestras clases, junto con nuestros alumnos.

9. CONSECUENCIAS DE APLICACIÓN

El trabajo mediante unidades didácticas basadas en deportes colectivos como el balonmano permite que haya una liberación controlada de la agresividad, que junto con el grado de extroversión necesario se ajusta a una formación de la personalidad óptima.

El énfasis para su desarrollo ha de ponerse tanto en el reajuste de capacidades coordinativas, realizando una recapitulación de las habilidades básicas para un posterior desarrollo de habilidades más complejas y específicas (elementos técnicos de balonmano). Sin olvidar las excelentes características que nos ofrece para desarrollar las capacidades físicas básicas.

Es un deporte dónde el componente socio-motriz es muy importante y las posibilidades del juego son infinitas. Lo más importante en la consecución del juego es que el jugador sepa desenvolverse según las circunstancias del juego y no actuando según unas estructuras mecánicas. Favoreciendo esto el desarrollo intelecto-motriz del alumnado. El trabajo con nuestros alumnos debe obedecer no a un comportamiento fijo, sino a ejecuciones realizadas consecuentemente en función de las variables del deporte.

En el contexto donde nos movemos debemos plantear las sesiones con mayoría de ejercicios globales en lo que prevalezca sea la variabilidad de espacios, oponentes, elementos de ejecución, etc. Lograremos que nuestros alumnos sean más autónomos y emancipados tanto motriz como intelectualmente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

Se ha procurado que el alumnado durante el proceso de enseñanza-aprendizaje se verá inmerso en unas situaciones problema en la que por ellos mismos deben solucionar y actuar según su propia experiencia, con libertad de acción y decisión.

Otro aspecto a considerar es la búsqueda de la máxima participación sin que ello haga que el número de estímulos a tener en cuenta dentro del incremento progresivo de la complejidad de las tareas disminuya.

Pensamos que un adecuado progreso de la unidad hará que durante el desarrollo del juego nuestros alumnos sean capaces de procurar a sus compañeros un beneficio táctico y viceversa.

Es evidente que en educación física, y por extensión en todas las áreas del currículo, hace falta replantearse la importancia de diseñar bien estos documentos dando cabida a cada uno de sus componentes, puesto que actualmente la legislación educativa contempla tan sólo unos cuantos de manera escasa.

Actualmente estamos asistiendo a un cambio en la manera de programar y de diseñar unidades didácticas, se observa una tendencia hacia la necesidad de programar equilibradamente, relacionando todos los componentes.

En esa línea estamos. Entendemos que es fundamental ejercer el ejercicio de nuestra profesión de manera ordenada, organizada y flexible tomando como base un buen diseño de la programación y de las unidades didácticas para que se lleve a cabo con éxito la labor educativa que tenemos encomendada.

10. BIBLIOGRAFÍA

- Ministerio de Educación. (2006). Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Junta de Andalucía. (2007). Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía.
- Ministerio de Educación. (2007). REAL DECRETO 1467/2007, de 2 de noviembre, por el que se establece la estructura del bachillerato y se fijan sus enseñanzas mínimas.
- Junta de Andalucía. (2008). DECRETO 416/2008, de 22 de julio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes al Bachillerato en Andalucía.
- Junta de Andalucía. (2008). ORDEN de 5 de agosto de 2008, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al Bachillerato en Andalucía.
- Antón García, J. L. (1989). Entrenamiento deportivo en la edad escolar: bases de aplicación. Málaga: Universidad Internacional Deportiva de Andalucía.
- Antón García, J. L. (1990). Balonmano fundamentos y etapas de aprendizaje. Madrid: Gymnos.
- Hidalgo Diez, E. (1993). "Cuadernos del alumno de Educación Física para alumnos de Educación Secundaria Obligatoria". Granada: Rosillo's.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 22 – SEPTIEMBRE DE 2009

- Sánchez Bañuelos, F. (1992). Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. Madrid: Gymnos
- Ticó Cami, J. (2000). "1013 ejercicios y juegos polideportivos". Madrid: Editorial Paidotribo.

- Autoría
- Nombre y Apellidos: MANUEL CRUZ JIMÉNEZ
- Centro, localidad, provincia: IES ANTONIO M^a CALERO, POZOBLANCO, CÓRDOBA
- E-mail: manuelcruz68@hotmail.com