



COLECCIÓN CONOCIMIENTO CONTEMPORÁNEO

El fomento de la innovación docente como estímulo transformador del ámbito educativo en el siglo XXI

Coords.

Belén Puebla-Martínez
Pilar Vicente-Fernández
Valeria Levratto



Dykinson, S.L.

EL FOMENTO DE LA INNOVACIÓN DOCENTE
COMO ESTÍMULO TRANSFORMADOR DEL ÁMBITO EDUCATIVO
EN EL SIGLO XXI

EL FOMENTO DE LA INNOVACIÓN DOCENTE
COMO ESTÍMULO TRANSFORMADOR DEL
ÁMBITO EDUCATIVO EN EL SIGLO XXI

Coords.
BELÉN PUEBLA-MARTÍNEZ
PILAR VICENTE-FERNÁNDEZ
VALERIA LEVRATTO

Dykinson, S.L.

2022

EL FOMENTO DE LA INNOVACIÓN DOCENTE COMO ESTÍMULO TRANSFORMADOR
DEL ÁMBITO EDUCATIVO EN EL SIGLO XXI

Diseño de cubierta y maquetación: Francisco Anaya Benítez

© de los textos: los autores

© de la presente edición: Dykinson, S. L.

Madrid – 2022

N.º 77 de la colección Conocimiento Contemporáneo

1ª edición, 2022

ISBN: 978-84-1122-489-5

NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos publicados en esta obra son de responsabilidad exclusiva de sus autores y no reflejan necesariamente la opinión de Dykinson, S.L. ni de los editores o coordinadores de la publicación; asimismo, los autores se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN. LA INNOVACIÓN DOCENTE, PRINCIPIO CLAVE PARA LA MOTIVACIÓN Y EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO	16
--	----

VALERIA LEVRATTO
PILAR VICENTE-FERNÁNDEZ
BELÉN PUEBLA-MARTÍNEZ

SECCIÓN I

USO DE RECURSOS EDUCATIVOS DIGITALES Y EXPERIENCIAS DE EDUCACIÓN MEDIÁTICA

CAPÍTULO 1. EL AUDIO COMO RECURSO EDUCATIVO: EMPLEO DEL PODCAST EN EL AULA DE MÚSICA	22
--	----

PALOMA BRAVO FUENTES

CAPÍTULO 2. REFLEXIONES EN TORNO AL SELFI Y SU TRASCENDENCIA EN LA JUVENTUD A TRAVÉS DE UNA EXPERIENCIA DE EDUCACIÓN MEDIÁTICA	40
--	----

VALERIA LEVRATTO
PILAR VICENTE-FERNÁNDEZ
BELÉN PUEBLA-MARTÍNEZ

CAPÍTULO 3. APLICACIONES EDUCATIVAS: CONVIRTIENDO LAS TIC EN TEP Y TRIC	59
---	----

INGRID MOSQUERA GENDE

CAPÍTULO 4. EL CINE COMO HERRAMIENTA DE ANÁLISIS DE LA REALIDAD SOCIAL EN EL CONTEXTO DE UN COLEGIO MAYOR: COMPETENCIAS, EMOCIONES Y APRENDIZAJES	79
---	----

ROSALÍA LÓPEZ FERNÁNDEZ
FRANCISCO JOSÉ GARCÍA LOZANO

CAPÍTULO 5. HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN CIENTÍFICA DE MAESTROS EN FORMACIÓN. EMPLEO DEL PODCASTING EDUCATIVO.....	98
--	----

CAROLINA BLANCO FONTAO
MARÍA ILUMINADA MUÑOZ LUCAS

CAPÍTULO 6. LA SIMULACIÓN Y EL VIDEO COMO HERRAMIENTAS DIDÁCTICAS PARA LA MEJORA DE LA COMPETENCIA DE LA COMUNICACIÓN INTERPROFESIONAL	115
EVA ASENSIO CASTAÑEDA	
JONATHAN OSPINA BETANCURT	
NOELIA BELANDO PEDREÑO	
JOSÉ M ^a LÓPEZ CHAMORRO	
CAPÍTULO 7. RETOS EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR: REVISIÓN SISTEMATIZADA SOBRE LA APLICACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN (TIC).....	136
FRANCISCO ESTEPA MAESTRE	
JOSÉ DAVID GUTIÉRREZ SÁNCHEZ	
CAPÍTULO 8. LA PRÁCTICA DEPORTIVA COMO HERRAMIENTA MOTIVACIONAL EN LA ASIGNATURA ANATOMÍA HUMANA DEL GRADO DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE. COMPARATIVA EN LA APLICACIÓN DE LA HERRAMIENTA DURANTE LA PANDEMIA Y LA ERA POSTPANDEMIA	155
CRISTINA VERÁSTEGUI- ESCOLANO	
NOELIA GERIBALDI-DOLDÁN	
ISMAEL SÁNCHEZ- GOMAR	
CARLOS BERNAL-UTRERA	
CAPÍTULO 9. ESTUDIO PRELIMINAR PARA EL DISEÑO DEL PROGRAMA EDUCATIVO “MOTIVACIÓN, ALIMENTA TU SUPERACCIÓN”.....	180
NOELIA BELANDO PEDREÑO	
MARTA EULALIA BLANCO GARCÍA	
JOSÉ L. CHAMORRO	
CARLOS GARCÍA MARTÍ	
CAPÍTULO 10. EL MICROLEARNING COMO ESTRATEGIA METODOLÓGICA PARA LA TUTORIZACIÓN DE TRABAJOS DE FIN DE MÁSTER (TFM)	215
CINTA GALLEN TORRES	
SERGI CABALLÉ LLIMA	
CAPÍTULO 11. ANÁLISIS DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE SERVICIO EN LA ENSEÑANZA UNIVERSITARIA: EL CASO DE LAS FACULTADES DE EDUCACIÓN	227
MARÍA JESÚS RODRÍGUEZ ENTRENA	
EVA MARÍA GONZÁLEZ BAREA	
CARMEN GÓMEZ PUERTA	
CAPÍTULO 12. CONEXIONES HETERO-DIDÁCTICAS ENTRE LAS TIC Y LA EDUCACIÓN CORPORAL	248
LUISA FERNANDA GARCÍA ÁLVAREZ	

SECCIÓN II
EXPERIENCIAS CON REDES SOCIALES, GAMIFICACIÓN Y NUEVAS
METODOLOGÍAS EN EL AULA

CAPÍTULO 13. REDES SOCIALES Y TERCERA EDAD: UNA EXPERIENCIA DE ALFABETIZACIÓN DIGITAL.....	265
NOELIA NAVARRO GÓMEZ MARÍA DOLORES PÉREZ ESTEBAN NIEVES GUTIÉRREZ ÁNGEL	
CAPÍTULO 14. IMPLEMENTACIÓN Y ACEPTABILIDAD DE LA METODOLOGÍA APRENDIZAJE-SERVICIO (APS) EN LA MENCIÓN DE PEDAGOGÍA TERAPÉUTICA EN EL GRADO EN MAGISTERIO EN EDUCACIÓN PRIMARIA.....	280
DANIEL CAMPOS BACAS PAOLA HERRERA-MERCADAL MAYTE NAVARRO-GIL	
CAPÍTULO 15. EL PORTAFOLIO (DIGITAL) EN LA EVALUACIÓN UNIVERSITARIA. UNA MIRADA INTERPRETATIVA.....	296
JOSÉ COLOMA MAESTRE	
CAPÍTULO 16. PROPUESTA DE GAMIFICACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA BASADA EN EL VIDEOJUEGO DE MARIO BROS.....	318
PAULA TERESA MORALES CAMPO SALVADOR PÉREZ MUÑOZ JOSÉ LUIS HERRERO VAQUERO ALBERTO RODRÍGUEZ CAYETANO	
CAPÍTULO 17. EL POTENCIAL FORMATIVO DE LA REALIDAD AUMENTADA.....	339
CARMEN NAVARRO-MATEOS ISAAC. J. PÉREZ-LÓPEZ	
CAPÍTULO 18. EFECTO DEL USO DEL MODELO DE EDUCACIÓN DEPORTIVA EN LA ENSEÑANZA DE LOS DEPORTES DE RAQUETA EN EDUCACIÓN SUPERIOR.....	356
ALBERTO RODRÍGUEZ CAYETANO SALVADOR PÉREZ MUÑOZ PAULA TERESA MORALES CAMPO DIEGO ESCUDERO OLLERO	
CAPÍTULO 19. LLEVADO EL <i>ESCAPE ROOM</i> A OTRO NIVEL: <i>SKYPE ROOM</i>	375
CARMEN NAVARRO-MATEOS ISAAC, J. PÉREZ-LÓPEZ	

CAPÍTULO 20. EXPANDIENDO EL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO UNIVERSITARIO A TRAVÉS DE TWITTER: CONCIENCIA CRÍTICA, CONEXIÓN Y AUTONOMÍA	391
ISAAC J. PÉREZ-LÓPEZ	
CARMEN NAVARRO-MATEOS	
CAPÍTULO 21. INNOVANDO CON EXERGAMES: DISEÑO COLABORATIVO Y DESARROLLO DE UNA PROPUESTA DIDÁCTICA EN UN AULA DE EDUCACIÓN FÍSICA	408
IGOR CONDE CORTABITARTE	
CAPÍTULO 22. INNOVACIÓN DOCENTE EN EL AULA UNIVERSITARIA: LAS REDES SOCIALES COMO INSTRUMENTO DE PARTICIPACIÓN ACADÉMICA.....	433
MARÍA ARRIMADA	
PAULA LÓPEZ	
OLGA ARIAS-GUNDÍN	
PATRICIA ROBLEDO	
CAPÍTULO 23. LA GAMIFICACIÓN COMO ESTRATEGIA DE COLABORACIÓN, SEGUIMIENTO Y APOYO AL ESTUDIANTADO PARA PROMOVER LA AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE: DINÁMICAS EN EL GRADO DE MAESTRO DE EDUCACIÓN PRIMARIA	451
LAIA LLUCH MOLINS	
ALDAN QUEIROZ DE SOUZA	
CAPÍTULO 24. SIMULACIÓN Y ROLES EN EL AULA. UNA EXPERIENCIA EN LAS CAMPAÑAS DE COMUNICACIÓN.....	465
GUADALUPE MELÉNDEZ GONZÁLEZ-HABA	
TANIA BLANCO SÁNCHEZ	
CAPÍTULO 25. SATISFACCIÓN DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS CON LA CLASE INVERTIDA Y EL RESUMEN.....	480
PAULA LÓPEZ	
PATRICIA ROBLEDO	
OLGA ARIAS-GUNDÍN	
MARÍA ARRIMADA	
CAPÍTULO 26. CONCIENCIACIÓN SOBRE LOS EFECTOS ADVERSOS DERIVADOS DEL USO EXCESIVO DE TIEMPO DE PANTALLA: UNA PROPUESTA DIDÁCTICA EN ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA...498	
LUIS DAVID RAMON-AMELA	
ANA CUSTODIO-FERRANDO	
MIREIA ADELANTADO-RENAU	
MARIA REYES BELTRAN-VALLS	

CAPÍTULO 27. EL USO DE LA GAMIFICACIÓN COMO HERRAMIENTA DIDÁCTICA INNOVADORA CON EL OBJETIVO DE MEJORAR LA MOTIVACIÓN Y LAS ACTITUDES HACIA LA CIENCIA DEL ALUMNADO DE PRIMARIA	522
ANABELLA GARZÓN FERNÁNDEZ	
NOELIA REINA VILLEGAS	
CAPÍTULO 28. EL LIDERAZGO DE LOS INFLUENCERS-YOUTUBERS EN LOS ALUMNOS Y SU APROVECHAMIENTO SOBRE EL LIDERAZGO DEL PROFESORADO: UNA PROPUESTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA.....	549
MIGUEL RUMAYOR	
BELÉN POVEDA	
CAPÍTULO 29. PROPUESTA INSTRUCCIONAL EN EL NIVEL 1 DEL MODELO RTI PARA LA ADQUISICIÓN DE VOCABULARIO A TRAVÉS DE LA GAMIFICACIÓN EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN INFANTIL	561
RUBÉN DÍAZ TEJEDOR	
CAPÍTULO 30. VISUALIZACIÓN ESPACIAL EN GEOMETRÍA: EXPERIENCIA CON LA RED SOCIAL TWITTER.....	579
SILVIA NATIVIDAD MORAL-SÁNCHEZ	
CAPÍTULO 31. FLIPPED CLASSROOM Y MOODLE: UN ANÁLISIS DESDE LA PERSPECTIVA DEL MODELO TAM	599
JORGE LINUESA LANGREO	
MARÍA ÁNGELES GARCÍA HARO	
PABLO RUIZ PALOMINO	
RICARDO MARTÍNEZ CAÑAS	
CAPÍTULO 32. APRENDIZAJE EN EL ÁMBITO DE LA SALUD Y LA EDUCACIÓN A TRAVÉS DE INFLUENCERS	616
JOSÉ ANTONIO MARTÍNEZ DOMINGO	
GRACIA CRISTINA VILLODRES BRAVO	
BLANCA BERRAL ORTIZ	
CAPÍTULO 33. LAS REDES SOCIALES COMO HERRAMIENTA PEDAGÓGICA EN LA FORMACIÓN SUPERIOR. PROYECTO DE INNOVACIÓN E INVESTIGACIÓN EN LOS GRADOS DE COMUNICACIÓN	631
PATRICIA COMESAÑA COMESAÑA	

SECCIÓN III
DIDÁCTICA, PROPUESTAS Y ESTUDIOS SOBRE ESTUDIANTES

CAPÍTULO 34. EL DESARROLLO DE LA RESILIENCIA COMO PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR.....	650
MIGUELA DOMINGO BELINDA DOMINGO GÓMEZ	
CAPÍTULO 35. AUTOEVALUACIÓN DE COMPETENCIAS TRANSVERSALES: PERSPECTIVA DEL ALUMNADO AL INICIO DE SUS ESTUDIOS UNIVERSITARIOS	676
ELENA ESCOLANO-PÉREZ MARIAN ACERO-FERRERO JAIRO RODRÍGUEZ-MEDINA	
CAPÍTULO 36. COMPARACIÓN EMOCIONAL EN FUNCIÓN DE LA TAREA MOTRIZ EN ALUMNOS UNIVERSITARIOS.....	693
SALVADOR PÉREZ-MUÑOZ ALBERTO RODRÍGUEZ CAYETANO DIEGO ESCUDERO OLLERO JOSÉ LUIS HERRERO VAQUERO	
CAPÍTULO 37. EL RESUMEN COMO ESTRATEGIA DE ORGANIZACIÓN DE LA INFORMACIÓN Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ALUMNADO UNIVERSITARIO.....	711
PATRICIA ROBLEDO RAMÓN MARÍA ARRIMADA GARCÍA OLGA ARIAS-GUNDÍN PAULA LÓPEZ GUTIÉRREZ	
CAPÍTULO 38. DIAGNÓSTICO DE LAS COMPETENCIAS DE ACCIÓN PROFESIONAL EMPRENDEDORA A TRAVÉS DE LA AUTOPERCEPCIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LOS GRADOS DE EDUCACIÓN SOCIAL Y PEDAGOGÍA EN LA UNIVERSIDAD DE SALAMANCA. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	725
EVA GARCÍA REDONDO JOSÉ ANTONIO CIEZA GARCÍA	
CAPÍTULO 39. LA PROBABILIDAD A TRAVÉS DEL CINE	747
ROBERTO A. GARCÍA VENTOSA M ^a CARMEN ESCRIBANO-RÓDENAS	
CAPÍTULO 40. LA INVESTIGACIÓN EN EL CONTEXTO DE LA EDUCACIÓN EN FÍSICA Y QUÍMICA. UN PROYECTO EN ESO Y BTO	779
ESTHER CASCAROSA SALILLAS BEATRIZ CARRASQUER ÁLVAREZ JORGE POZUELO MUÑOZ	

CAPÍTULO 41. VALORACIÓN DE LA PARTICIPACIÓN EN PROYECTOS DE EDUCACIÓN SOCIAL A TRAVÉS DE LA METODOLOGÍA DE APS.....798

CAMINO FELICES CAUDEVILLA
ANA DIEZ-BARTUREN LLOMBART
TERESA COMA ROSELLÓ

CAPÍTULO 42. TRANSFORMACIÓN DIGITAL EN LAS AULAS UNIVERSITARIAS: ¿EL USO DE HERRAMIENTAS DIGITALES MEJORA EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DEL ESTUDIANTADO? 812

IRENE CARRILLO MURCIA
MERCEDES GUILABERT MORA
MARÍA ASUNCIÓN VICENTE RIPOLL
CÉSAR FERNÁNDEZ PERIS

CAPÍTULO 43. EL TRABAJO FIN DE ESTUDIOS EN EL CONSERVATORIO SUPERIOR DE MÚSICA. UN RETO PARA EL CRECIMIENTO PERSONAL Y PROFESIONAL..... 839

EULALIA ISABEL GORBE MARTÍNEZ
RAFAEL MARTÍN CASTILLA

SECCIÓN IV MISCELÁNEA

CAPÍTULO 44. ANÁLISIS DE LAS SOFT SKILLS Y FORTALEZAS PERSONALES MÁS DEMANDADAS POR DOCENTES Y DISCENTES . 856

ANA RODRÍGUEZ-MARTÍNEZ
VERÓNICA SIERRA SÁNCHEZ
CECILIA LATORRE COSCULLUELA

CAPÍTULO 45. ESTUDIO Y EVOLUCIÓN DE LA FORMACIÓN CONTINUA DEL PROFESORADO: UN CASO PARTICULAR..... 873

BARTOLOMÉ PIZÀ-MIR
ARTURO QUÍLEZ MAIMÓN
BERTA BENITO-COLIO

CAPÍTULO 46. EL CINE COMO INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE LA DOCENCIA: APROXIMACIÓN EXPERIENCIAL DEL PROFESORADO 891

Mª DEL MAR LLOPIS ORREGO

CAPÍTULO 47. HABILIDADES, ABSTRACCIÓN Y PENSAMIENTO CRÍTICO Y CIENTÍFICO EN DOCENTES EN FORMACIÓN 910

BARTOLOMÉ PIZÀ-MIR
BERTA BENITO-COLIO
ARTURO QUÍLEZ MAIMÓN

CAPÍTULO 48. NARRATIVAS, CUIDADOS Y CREATIVIDAD EN PROCESOS PEDAGÓGICOS EN CONTEXTOS DE (IN)MOVILIDAD Y EXPLOTACIÓN DE MUJERES	925
ESPERANZA JORGE BARBUZANO	
ARACELI ALONSO	
CAPÍTULO 49. EL PAPEL DE LOS PROGRAMAS EDUCATIVOS COMUNITARIOS RESPECTO A LA PREVENCIÓN DE LAS CONDUCTAS SOCIALES DESADAPTATIVAS DE LOS MENORES DE ENTORNOS MARGINALES.....	949
JUAN MIGUEL FERNÁNDEZ CAMPOY	
JOSÉ MIGUEL RODRÍGUEZ FERRER	
ANA MANZANO LEÓN	
CAPÍTULO 50. USO DE LA HISTORIA DE LA CIENCIA PARA IMPLEMENTAR LA ALFABETIZACIÓN CIENTÍFICA EN MAESTROS EN FORMACIÓN.....	968
CAROLINA BLANCO FONTAO	
FRANCISCO JAVIER DEL PINO GUTIÉRREZ	
MARÍA ILUMINADA MUÑOZ LUCAS	
CAPÍTULO 51. EVALUACIÓN DE UN PROGRAMA EDUCATIVO INNOVADOR E INCLUSIVO: DESARROLLO DE LAS FUNCIONES EJECUTIVAS EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL...	986
MARTA BESTUÉ LAGUNA	
ALEJANDRO QUINTAS HIJÓS	
MARIAN ACERO FERRERO	
FERNANDO MARTÍN BOZAS	
CAPÍTULO 52. EL AUGE DEL MOVIMIENTO DE EDUCACIÓN ALTERNATIVA. CARACTERÍSTICAS EN EDUCACIÓN INFANTIL....	1003
REMEDIOS MARTÍNEZ VERDÚ	
CAPÍTULO 53. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS MATEMÁTICOS EN EDUCACIÓN PRIMARIA: HERRAMIENTA PARA EL SEGUIMIENTO DE SU APRENDIZAJE	1016
RUBÉN DÍAZ TEJEDOR	
CAPÍTULO 54. PROPUESTA PARA LA ENSEÑANZA DE VOCABULARIO EN EDUCACIÓN INFANTIL A TRAVÉS DEL ARTE EN EL NIVEL 1 DEL MODELO RTI.....	1036
RUBÉN DÍAZ TEJEDOR	
CAPÍTULO 55. UN ESTUDIO SOBRE LA INFLUENCIA DE QUINTILIANO EN LA PEDAGOGÍA Y LA DIDÁCTICA MODERNAS .	1055
PAOLO LAZZARINI TASSO	

CAPÍTULO 56. “TECNOLOGIA DIGITALE E DIDATTICA DEL PATRIMONIO CULTURALE IN SICILIA” (TDDPS): UN PROTOCOLLO PER LA CONDUZIONE DI UN FOCUS GROUP CON I DIRIGENTI SCOLASTICI DELLE SCUOLE PRIMARIE	1072
ANNALISA GIACALONE	
CAPÍTULO 57. LA INVESTIGACIÓN EN LA INNOVACIÓN EDUCATIVA CON PLN	1091
RAQUEL IBAR-ALONSO	
M ^a CARMEN ESCRIBANO-RÓDENAS	
ANTONIO FRANCO-RODRÍGUEZ-DE-LÁZARO	
CAPÍTULO 58. EFFETTI DELLA DAD: IMPATTO SUGLI APPRENDIMENTI, USO CONSAPEVOLE DELLA TECNOLOGIA MULTIMEDIALE E RIPENSARE ALLA FORMAZIONE DEGLI INSEGNANTI	1113
CAPONETTO LIBORIA	
CAPÍTULO 59. VARIABLES INFLUYENTES EN LA ALFABETIZACIÓN DIGITAL DE PROFESORES UNIVERSITARIOS LATINOAMERICANOS .	1128
VICTORIA EUGENIA LAMAS ÁLVAREZ	
MARÍA TERESA GARCÍA PINTO	
CAPÍTULO 60. DE LAS TIC A LAS TAC: OTRAS FORMAS DE TRABAJAR LA LITERATURA INFANTIL Y JUVENIL EN LA FORMACIÓN DEL PROFESORADO.....	1147
SERGIO ARLANDIS LÓPEZ	
CAPÍTULO 61. PARTICIPACIÓN ACTIVA Y DESARROLLO DE LA COMUNICACIÓN ORAL EN NIÑOS CON SORDERA, A TRAVÉS DEL JUEGO COOPERATIVO, CON OYENTES DE SU MISMA EDAD	1174
M ^a TERESA GARCÍA PINTO	
CAPÍTULO 62. INNOVACIÓN EN LA FORMACIÓN DE DOCENTES: MENTORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO MULTIDIMENSIONAL EN LA UNAM, ENES LEÓN.....	1200
LAURA SUSANA ACOSTA TORRES	
MARÍA LETICIA DE ANDA MUNGUÍA	
JAVIER DE LA FUENTE HERNÁNDEZ	
CAPÍTULO 63. PROGRAMAS EFECTIVOS, UN ESTUDIO DESDE EL CONOCIMIENTO DEL PROFESORADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA SOBRE LÍMITE DE SUCESIONES.....	1226
CRISTIÁN BUSTOS TIEMANN	
ELISABETH RAMOS RODRÍGUEZ	

CAPÍTULO 64. ECOE: EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD Y DEL DEPORTE.....	1245
JONATHAN OSPINA-BETANCURT	
DANIEL FRÍAS LÓPEZ	
EDUARDO LÓPEZ MARTÍNEZ	
CAPÍTULO 65. ANÁLISIS DE LA FIGURA DEL DOCENTE INNOVADOR DESDE LA PERSPECTIVA DEL ALUMNADO DE MAGISTERIO	1258
ESTHER EDO AGUSTÍN	
VIRGINIA DOMINGO CEBRIÁN	
ESTEFANÍA MONFORTE GARCÍA	
YAIZA PÉREZ ALONSO	
CAPÍTULO 66. APRENDIZAJE EXPERIENCIAL PARA PROMOVER LA INTELIGENCIA GENERACIONAL.....	1275
CARMEN REQUENA HERNÁNDEZ	
ESTELA GONZÁLEZ GONZÁLEZ	
FRANCISCO SALTO ALEMANY	
PAULA ÁLVAREZ MERINO	
CAPÍTULO 67. INNOVACIÓN DOCENTE: DEL AULA A LA CANCHA, CLAVES PARA EL ENTRENADOR DE ALTO RENDIMIENTO	1294
RAFAEL MANUEL NAVARRO BARRAGÁN	
JUAN ANTONIO SIMÓN	
EVA ASENSIO CASTAÑEDA	
CARLOS GARCÍA MARTÍ	
CAPÍTULO 68. LAS ESCUELAS ALTERNATIVAS: WALDORF Y AIRE LIBRE EN ALICANTE	1311
REMEDIOS MARTÍNEZ VERDÚ	
CAPÍTULO 69. APORTES Y REFLEXIONES SOBRE LA GUÍA DE DESARROLLO HUMANO INTEGRAL DEL ECUADOR	1329
FERNANDO LARA LARA	
CAPÍTULO 70. PRINCIPALES APORTES SOBRE LOS LINEAMIENTOS CURRICULARES PARA INSTITUCIONES EDUCATIVAS MULTIGRADO EN ECUADOR.....	1341
FERNANDO LARA LARA	
CAPÍTULO 71. ECUADOR TIENE PROPUESTA PARA SU UNIVERSIDAD: MIRAR LA TRADICIÓN HISPANOAMERICANA	1354
FERNANDO LARA LARA	

CAPÍTULO 72. LA REALIZACIÓN DE LOS TRABAJOS FIN DE GRADO
EN EDUCACIÓN SOCIAL, PEDAGOGÍA Y TRABAJO SOCIAL EN LOS
TIEMPOS DE PANDEMIA: LA PERCEPCIÓN DEL PROFESORADO.....1368

MARÍA JOSÉ DÍAZ-SANTIAGO
FCO. JAVIER GARCÍA-CASTILLA
MILKO ÁLVARO ROLDÁN
ÁLVARO MUELAS PLAZA

CAPÍTULO 73. LA FORMACIÓN INICIAL DE LOS MAESTROS Y
MAESTRAS: APRENDER A ENSEÑAR A TRAVÉS DE LA
APLICACIÓN DE METODOLOGÍAS ACTIVAS 1389

MARÍA JESÚS RODRÍGUEZ-ENTRENA
VANESA MARÍA GÁMIZ SÁNCHEZ
ELENA MARÍA CÁNOVAS MARTÍNEZ

CAPÍTULO 74. COMUNICACIÓN, PARTICIPACIÓN
ACTIVA Y PENSAMIENTO CRÍTICO: DEBATES VIRTUALES
Y COMPETENCIA DIGITAL DOCENTE EN LA FORMACIÓN
DE MAESTROS..... 1415

M^a AUXILIADORA GUISADO DOMÍNGUEZ

CONCIENCIACIÓN SOBRE LOS EFECTOS ADVERSOS DERIVADOS DEL USO EXCESIVO DE TIEMPO DE PANTALLA: UNA PROPUESTA DIDÁCTICA EN ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

LUIS DAVID RAMON-AMELA
Universitat Jaume I

ANA CUSTODIO-FERRANDO
Universitat Jaume I

MIREIA ADELANTADO-RENAU
Universitat Jaume I

MARIA REYES BELTRAN-VALLS
Universitat Jaume I

1. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece en el preámbulo de su constitución la definición de salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solo la ausencia de afecciones o enfermedades” (OMS, 2014, p. 1), y defiende que el crecimiento y el desarrollo saludable de las niñas y los niños son aspectos prioritarios en las sociedades actuales (OMS, s. f.). Así mismo, con la aprobación de la Ley 1/1994, de 28 de marzo, de Salud Escolar, se justifica la importancia de la salud escolar en la sociedad actual mediante la organización de programas encaminados a favorecer todos los ámbitos de la salud en los centros escolares. Con todo, se entiende el concepto de salud escolar como un constructo que trata de englobar todas las acciones referentes a la salud y a la calidad de vida en el ámbito escolar.

La infancia, desde los 6 hasta los 11 años, constituye un periodo crucial en el desarrollo humano, hecho que se debe a los múltiples cambios fisiológicos y psicológicos que en ella ocurren (Ortega et al., 2008), y es

durante la misma franja de edad, cuando las niñas y los niños adquieren un conjunto de hábitos con el consiguiente beneficio o riesgo para la salud. Por lo tanto, parece evidente la importancia de fomentar la adquisición de hábitos saludables desde edades tempranas.

En la actualidad, las condiciones cambiantes del sistema social moderno, como la realidad virtual, la tecnología y los medios de comunicación, entre otros, tienen un gran impacto en la vida de las personas, de forma que condicionan sus concepciones, actitudes y comportamientos (Alfermann y Stoll, 2000). En este contexto, el sedentarismo es uno de los fenómenos relacionados con el deterioro de la salud, producto de las transformaciones resultantes de estilos de vida modernos (Becerro, 2008).

Norton et al. (2010) exponen que los comportamientos sedentarios se pueden definir como actividades donde la persona permanece sentada o acostada, sin implicar un gasto calórico superior al del estado de reposo, es decir, un gasto menor a 1,6 equivalentes metabólicos (METs). Los METs son una medida fisiológica que expresa el coste de energía de las actividades físicas realizadas (Singh et al., 2019). Según la OMS (2014) el sedentarismo constituye el cuarto factor de riesgo de mortalidad más importante en el mundo. No obstante, en la actualidad se presenta un crecimiento general del ámbito sedentario en la población (Castro-Sánchez et al., 2017). Según Lavielle y Pineda (2014), se trata de una situación crítica, porque esta condición acontece una cuestión de salud pública y una de las causas más influyentes de enfermedades no transmisibles (p. ej. obesidad, diabetes, hipertensión, cáncer, etc.) que afectan la vida de las personas. En este mismo ámbito, según de Bogotá et al. (2019) en la edad adulta se arraigan los hábitos adquiridos durante la infancia y la edad escolar, de forma que la etapa educativa es la oportunidad para intervenir con el objetivo de evitar la incorporación de conductas nocivas. Así pues, la edad escolar es la instancia clave durante la cual, mediante intervenciones, se puede conseguir revertir el nivel de sedentarismo en la población de manera efectiva y, por ello, se aboga por la importancia de una detección temprana de esta conducta (Buh-ring, Bravo, y Oliva, 2009).

Varios estudios revelan que la actividad sedentaria más popular en la infancia son las actividades frente a una pantalla (tiempo de pantalla).

Estas actividades hacen referencia a la cantidad de tiempo que se dedica frente al ordenador, con el teléfono móvil y las tabletas digitales, viendo la televisión y/o jugando a videojuegos (Marshal et al., 2006). Así mismo, aunque varias organizaciones internacionales recomiendan no dedicar más de dos horas al día a las actividades frente a una pantalla durante el tiempo de ocio, los estudios muestran que las niñas y los niños dedican cada día un tiempo medio de entre 1,8 y 2,8 horas a ver la televisión, 40 minutos a jugar a videojuegos y 34 minutos ante el ordenador durante su tiempo libre. De forma que encontramos casos en los que las niñas y los niños dedican más de 4 horas al día frente a una pantalla (Marshal et al., 2006).

Varios estudios indican que el porcentaje de niñas y niños que han incrementado el tiempo de pantalla en los últimos años ha aumentado vertiginosamente en todo el mundo (Germán et al., 2011). Con todo, junto con las ventajas que proporcionan los medios de pantalla a la sociedad para acceder a una gran variedad de recursos y establecer una comunicación rápida y fluida, el uso de actividades de pantalla se ha asociado con consecuencias adversas para la salud física, psicológica y social (Rezende et al., 2014), el rendimiento académico (Adelantado-Renau et al., 2019) y el comportamiento (Dworak et al. 2007).

Por un lado, encontramos estudios que muestran como en la última década, la obesidad infantil se ha consolidado como una de las principales problemáticas de la sociedad en el ámbito mundial (Gao et al., 2016; Martínez et al., 2017), puesto que ha aumentado de manera considerable en países desarrollados a causa de cambios en el estilo de vida, priorizando los hábitos sedentarios en el tiempo de ocio (Rodríguez et al., 2016). De hecho, las tecnologías de la información y comunicación comportan una adicción entre las niñas y los niños (Acier y Kern, 2009), hecho que provoca la presencia de dispositivos electrónicos como smartphones, tabletas digitales, ordenadores y videoconsolas, lo que deriva en un “sedentarismo tecnológico” (Castro et al., 2015), que provoca el aumento de la obesidad infantil ligada a los aparatos electrónicos (Daley, 2009 y Onis et al., 2010).

Por otro lado, el exceso de actividades de pantalla se asocia con síntomas emocionales y conductuales adversos como problemas de hiperactividad

y dificultades en la interacción familiar (Rojas, 2008), favoreciendo el aislamiento y convirtiendo a las niñas y a los niños en seres asociales (Padilla Zea et al., 2012). En la misma línea, Dworak, Schierl, Morenos y Klaus (2007) sugieren que el tiempo de pantalla repercute negativamente sobre la calidad del sueño y el rendimiento cognitivo-verbal de las niñas y los niños. En relación con el rendimiento académico, Castells y Bofarull (2002) y Bringas et al. (2008) muestran que el rendimiento escolar se puede ver afectado por las diferentes actividades de pantalla que los estudiantes realizan en su vida diaria. Varios estudios indican que el uso continuo de aparatos electrónicos, posiblemente por restarle tiempo al estudio entre otras posibles explicaciones, presentan una relación inversa con el rendimiento académico (Adelantado-Renau et al., 2019), que puede dar lugar al absentismo escolar (Bartholow, Sestir y Davis, 2005; Gentile et al., 2004).

En cambio, existe una evidencia contradictoria. Por ejemplo, Rosas et al. (2003) muestran que las actividades de pantalla ofrecen aportaciones significativas en el aprendizaje, la motivación y las dinámicas de grupo y de aula entre los estudiantes de Educación Primaria. Del mismo modo, las niñas y los niños que dedican su tiempo de ocio para disfrutar de los videojuegos presentan una mayor capacidad para captar regularidades implícitas de las tareas aplicadas (Rehbein, Alonqueo y Filsecke, 2008). Así mismo, los videojuegos podrían mejorar las habilidades espaciales y psicomotrices, la coordinación y la capacidad motriz, la atención y las capacidades de planificación y desarrollo de estrategias (Valiño, 2002), sin olvidar uno de los aspectos fundamentales de la educación: incrementar la motivación del estudiante (Padilla-Zea, 2012). En este contexto, es necesario atender el contenido, el contexto y la finalidad de los videojuegos (Adelantado-Renau et al., 2019), puesto que, si se usan con objetivos didácticos y educativos, podrían influir positivamente sobre el rendimiento académico (Gentile, Lynch, Linder, y Walsh, 2004). Además, los estudios determinan que los niveles moderados del tiempo de juego no se asocian con un rendimiento académico negativo (Ferguson, 2011; León-Jariego y López, 2003; Skoric, Ching y Lijie, 2009). De hecho, incluso podrían relacionarse con una mejora del rendimiento

escolar gracias a mejoras en la capacidad memorística, la resolución de problemas y el razonamiento educativo (McFarlane et al., 2002).

2. OBJETIVOS

El objetivo principal de este capítulo es diseñar una secuencia de enseñanza-aprendizaje (SEA) para concienciar al alumnado de Educación Primaria sobre los efectos adversos del tiempo de pantalla.

A continuación, se exponen los objetivos de esta SEA según lo establecido en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, y en el Decreto 108/2014, de 4 de julio.

2.1. OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA

Esta SEA contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades relacionadas con los objetivos generales de etapa: a, b, c, d, h, i, j y k que les permitan:

- a. Conocer, valorar y aplicar los valores y las normas de convivencia para ser ciudadanos o ciudadanas libres y capaces de asimilar compromisos individuales y colectivos, respetar los derechos humanos y aceptar el pluralismo de una sociedad democrática.
- b. Tener conciencia del valor del trabajo individual i colectivo y desarrollar hábitos de esfuerzo y trabajo en el estudio, así como actitudes de confianza, con iniciativa personal, autodisciplina, sentido crítico, responsabilidad, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje.
- c. Adquirir habilidades para mantener y mejorar el clima de convivencia, y para prevenir y resolver conflictos de manera pacífica tanto en el ámbito familiar como en los ámbitos escolar y social.
- d. Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, facilitar que las niñas y los niños elaboren una imagen de sí mismos positiva y equilibrada y adquieran autonomía personal, la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres y la no-

- discriminación de personas con discapacidad; defender la aplicación de los derechos humanos en todos los ámbitos de la vida personal y social, sin ningún tipo de discriminación.
- e. Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.
 - f. Iniciarse en la utilización para el aprendizaje de las tecnologías de la información y la comunicación, desarrollando un espíritu crítico frente a los mensajes que se reciben y se elaboran.
 - g. Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales.
 - h. Valorar la higiene y la salud, aceptar el mismo cuerpo y el del resto, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

2.2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS

El objetivo general es concienciar al alumnado de Educación Primaria sobre la importancia de combatir el sedentarismo y paliar sus efectos.

Los objetivos específicos se exponen a continuación:

1. Comprender la importancia de llevar una vida no sedentaria.
2. Fomentar los hábitos saludables.
3. Desarrollar un aprendizaje autónomo, cooperativo y dinámico.
4. Concienciar sobre la importancia del trabajo cooperativo para asimilar los objetivos de manera lúdica y didáctica.
5. Reconocer emociones y sentimientos propios y ajenos, respetar y atender la diversidad, poniéndose en el lugar del resto, reflexionar y extraer conclusiones para expresarse mostrando empatía de forma respetuosa y creativa.
6. Incentivar el uso de videojuegos, no solamente como herramienta de ocio, entretenimiento y tiempo libre, sino como una posibilidad educativa enriquecedora.

7. Descubrir los elementos físicos, naturales, sociales y culturales que, gracias a las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), amplían el conocimiento del mundo.

3. METODOLOGÍA

La SEA que se propone en este trabajo constituye un proyecto didáctico diseñado para un aula de Educación Primaria, concretamente para el alumnado de quinto curso, de un centro escolar público, que se ubica en una zona rural del norte de la provincia de Castellón. La organización del aula del grupo de 5.º curso del centro seleccionado se caracteriza por la división del alumnado en cuatro grupos de trabajo diferentes. Este hecho favorece el trabajo en equipo y el desarrollo de valores como la cooperación, el pensamiento crítico, la solidaridad y el respeto por la diversidad, las opiniones y el trabajo de cada uno de los miembros del grupo. También hay que comentar la variedad cultural presente en el aula (rumana, colombiana, brasileña, pakistani y española); así como la diversidad respecto de la estructura familiar del alumnado de 5.º curso. Es clave destacar que cada alumna y alumno del grupo tiene un nivel de desarrollo cognitivo, conductual, afectivo y del lenguaje diferente. Así pues, entre el alumnado de 5.º curso, encontramos tres alumnos con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NESE); concretamente dos alumnas con Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH) y un alumno con dificultad del lenguaje. Sin embargo, el trabajo grupal, así como una explicación clara y coherente de las actividades y una atención adecuada, favorece su integración mediante la participación activa, dinámica y cooperativa, de forma que se puedan lograr los objetivos propuestos sin necesidad de llevar a cabo una adaptación de las actividades.

Finalmente, hay que comentar que esta secuencia didáctica recibe el nombre de “Active-Games”, puesto que con este título se pretende concienciar sobre la importancia de combatir el sedentarismo sin la necesidad de desvincular al alumnado de sus intereses relacionados con los videojuegos. “Active-Games” es una SEA conformada por un total de 16 sesiones de intervención y 4 de evaluación: una de evaluación inicial

y tres de evaluación final, y una de presentación y de exposición en toda la comunidad educativa. Cada una de estas sesiones tiene una duración de 45 minutos y estas tendrán lugar las tardes del miércoles de 15:00 a 16:30 horas. En estas sesiones se tratarán los contenidos del Bloque 2 del área de las Ciencias de la Naturaleza: el ser humano y la salud, de manera activa y dinámica, con la intención de combatir el sedentarismo, todas las actividades estarán relacionadas con algún videojuego de interés común para el alumnado.

La metodología utilizada para la SEA propuesta combina las directrices del aprendizaje basado en proyectos (ABP).

Por un lado, tal como afirma Pérez (2017), en el año 1871 William Heard Kilpatrick fue pionero en la iniciación a la metodología ABP. Sin embargo, la metodología ABP es originaria del siglo XIX durante la creación de la Escuela Nueva con la intención de sugerir una alternativa a la práctica educativa tradicional. Así mismo, gracias a la metodología ABP el alumnado es protagonista de su proceso de enseñanza-aprendizaje, mientras que la o el docente se limita a guiar todo el proceso educativo. Esta metodología aboga por el descubrimiento del mundo actual por parte del alumnado a partir de sus conocimientos previos y por un aprendizaje significativo.

La temporalización de la SEA “Active-Games” comprende un total de diez semanas de duración. Así pues, esta secuencia didáctica está constituida por 16 sesiones de intervención, una de evaluación inicial y tres de evaluación final, que se dividen en dos sesiones semanales seguidas de 45 minutos cada una. De este modo, “Active-Games” cuenta con un total de 6 actividades de intervención, 1 de evaluación inicial y 2 de evaluación final. La secuencia didáctica, aprovechando que en las vacaciones de Navidad se observa un aumento significativo del sedentarismo por el uso de los videojuegos en niñas y niños, empezaría la primera semana del mes de febrero y acabaría en abril.

A continuación, se expone una breve descripción de cada una de las actividades que componen la SEA “Active-Games”.

1. ¡Pokémon Actívale! Se trata de una actividad relacionada con la actividad física para combatir el sedentarismo. El alumnado deberá lanzar el dado y avanzar por el espacio del tablero que corresponde. Seguidamente, hay que ejecutar la acción que se expone en la casilla donde caiga.

FIGURA 1. Tablero de juego “¡Pokémon Actívale!”



Fuente: elaboración propia. Elaborado con Canva

FIGURA 2. Reglas de juego “¡Pokémon Actívate!” (actividad 1) y Póster de los hábitos saludables (actividad 3).



Fuente: elaboración propia. Elaborado con Canva

2. Tetris de los aparatos del cuerpo humano. En primer lugar, se repartirá a cada grupo unos recortes en forma de piezas de tetris que tendrán que agrupar para formar un aparato relacionado con el cuerpo humano.

Una vez agrupadas las piezas se darán cuenta de que cada ficha contiene un aparato diferente y un enlace a un código Quick Response (QR) para descargar la aplicación “organs3D” donde el alumnado podrá analizar los diferentes aparatos del cuerpo humano.

Después de analizar los aparatos, se proporcionará al alumnado un conjunto de materiales reciclados, para que elaboren la maqueta del aparato que le haya tocado. En este apartado, se relacionará el proceso de construcción con el videojuego “Minecraft”, puesto que, sin ninguna clase de instrucción, hará falta que el alumnado seleccione los materiales que crea convenientes para elaborar una maqueta con todos los órganos característicos de cada aparato.

Rincones saludables. Esta actividad tendrá lugar en el patio de la escuela. La primera tarea consiste en una dinámica de carrera por relevos: cada grupo, dispondrá de un póster relacionado en los hábitos saludables que tendrá que completar (ver figura 2). Así pues, el patio se dividirá en seis rincones, cada rincón contendrá un hábito que habrá que colocar en su lugar correspondiente del póster hasta que quedo completo.

3. Seguidamente, se iniciará el trabajo por rincones. En los rincones designados para la actividad "rincones saludables", que se trabajarán de manera grupal, podemos encontrar las siguientes actividades:

– Rincón 1: ¿Saludable o no saludable? En este rincón, el alumnado, por turnos, deberá mostrar una tarjeta que se podrá localizar en una caja. El resto de las y los integrantes del grupo, que estarán de pie, hará las siguientes acciones según el hábito que se muestre:

– Si el hábito que se muestra no es saludable, el alumnado deberá sentarse en el suelo.

– Si el hábito que se muestra es saludable, cada miembro del grupo deberá realizar tres *Jumping Jacks*.

– Rincón 2: ¿Salud física o salud mental? En este rincón, el alumnado, por turnos, deberá mostrar una tarjeta que se podrá localizar en una caja. El resto de las y los integrantes del grupo, que estarán de pie, hará las siguientes acciones según el hábito que se muestre:

Si el beneficio que se muestra se puede relacionar con la salud mental, los compañeros deberán abrazarse o chocarse la mano.

Si el beneficio que se muestra puede relacionarse con la salud física, el grupo deberá realizar tres burpees.

– Rincón 3: Alimentación saludable. En esta actividad trabajarán dos grupos a la vez. En primer lugar, el alumnado podrá observar la imagen de un plato vacío en la pared del patio del

colegio. Por relevos, cada integrante del grupo deberá buscar las tarjetas relacionadas con el plato saludable y colocarlas en su lugar correspondiente. Seguidamente, cada grupo deberá recrear su plato saludable. Para lograrlo, cada alumna o alumno del grupo, por relevos, deberá llegar saltando a la pata coja a una caja situada a 8-10 metros del grupo, escogerá una imagen y la deberá colocar en su lugar correspondiente hasta completar el plato saludable.

- Rincón 4: El dado saludable. Cada uno de los lados del dado hace referencia a uno de los hábitos analizados en el póster. Una alumna o un alumno lanza el dado de forma que se muestra un hábito saludable. La o el integrante del grupo que lance el dado deberá formular una pregunta relacionada con los hábitos saludables a cualquier integrante del grupo. Si la respuesta es correcta, la alumna o el alumno que acierte deberá ordenar una acción al resto de las y los integrantes del grupo. En cambio, si la respuesta es incorrecta, quien tira el dado es quien manda realizar una acción o movimiento al resto. Todo el grupo deberá lanzar el dado como mínimo en dos ocasiones.
 - Rincón 5: Ambientómetro. Esta actividad servirá para comprobar el nivel de compromiso personal de nuestro alumnado con el planeta. Cada alumna o alumno, de manera individual, deberá colocar en una escala graduada las imágenes de aquellas acciones que haga en su día a día y descubrir así hasta qué punto cuida el planeta. La alumna o el alumno que mayor compromiso muestre con el planeta deberá indicar al resto la acción o movimiento a realizar.
4. “Just Dance”. La actividad 4 está relacionada con el consumo de sustancias perjudiciales. Así pues, en la primera sesión el alumnado empezará rellenando un cuestionario reflexivo que estará relacionado con el consumo de alcohol y drogas y sus efectos en la población. Seguidamente, se proyectará la película “Bohemian Rhapsody” para que el alumnado pueda

observar y analizar las consecuencias adversas del consumo de sustancias nocivas para la salud.

La segunda sesión dedicada a esta actividad se iniciará con la construcción grupal de un muro de ideas. Para elaborar el muro de ideas, se ofrecerá al alumnado una cartulina de medida A2/A3 donde encontrarán cuatro apartados relacionados con el consumo de drogas y alcohol, para que el alumnado exponga sus pensamientos.

A continuación, se propondrá al alumnado que elabore una canción (p. ej., pop, rock, rape, etc.) para concienciar sobre el consumo de drogas y alcohol y los efectos nocivos para la salud. Además, también hay que montar una coreografía a partir del videojuego “just dance”. Los últimos minutos de la sesión servirán para exponer el trabajo frente al resto de compañeras y compañeros.

5. Súper Mario, agente 017. En primer lugar, se presentará al alumnado un tablero gigante que relaciona el juego de mesa “el ganso” con el videojuego “Súper Mario” (ver figura 3). Esta actividad sirve para concienciar sobre los peligros de los juegos en línea y el ciberacoso y, al mismo tiempo, para potenciar un estilo de vida no sedentario (en la figura 4 se expone la normativa del juego).

Una vez el alumnado haya completado la primera actividad, se pedirá la construcción de un juego activo y dinámico relacionado con los videojuegos y que trate el estilo de vida saludable como herramienta principal.

FIGURA 3. Súper Mario, agente 017. Tablero de juego.



Fuente: Elaboración propia. Elaborado con Canva

FIGURA 4. Súper Mario, agente 017. Normativa de juego.



Fuente: Elaboración propia. Elaborado con Canva

6. Diversidad fotográfica. En primer lugar, se repartirá a cada grupo las piezas de una imagen diferente, para que el alumnado trate de unificarlas como si fuera un puzle. Una vez formada la imagen, se incentivará al alumnado para que haga un proceso de reflexión y elabore una lluvia de ideas breve para averiguar el significado de esas imágenes. Seguramente aparecerán palabras como: diferente, diverso, etc. En ese momento, se aprovechará para explicar el concepto de diversidad e inclusión y, además, hacerlos reflexionar sobre si alguna vez han sufrido o han sido partícipes de un proceso de exclusión social.

Una vez se haya acabado el debate, se procederá a iniciar la actividad, que consiste a hacer un conjunto de fotografías (entre 3-5) relacionadas con los conceptos de diversidad, inclusión y exclusión. Para favorecer la imaginación del alumnado, se pedirá que imaginen que son los protagonistas del videojuego “Life is strange” y que, de la misma manera que le ocurre a la protagonista del videojuego, se despiertan un día y el mundo ha cambiado. En este nuevo mundo nadie comprende la importancia de respetar la diversidad, y por eso, a través de la fotografía y las imágenes, tienen que tratar de ejemplificar y darle un sentido a esos conceptos. A esas fotografías, habrá que ponerles un título y, si procede, una descripción para hacer una exposición fotográfica en el centro.

Respecto del sistema de evaluación, sabemos que tiene que ser continua, global e integradora. En este proceso, por tanto, no solo deberemos tener en cuenta la evaluación final, sino que la evaluación se tiene que producir desde el principio de la SEA y durante el desarrollo de esta. Por este motivo se ha planteado la evaluación atendiendo a los objetivos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje que se citan en el Documento Puente (derivado del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, y del Decreto 108/2014, de 4 de julio).

Por un lado, la evaluación inicial sirve para conocer cuál es el punto de partida del alumnado y, a la vez, también sirve para introducir la temática de la SEA, de forma que el alumnado pueda entender desde un

primer momento qué son los objetivos que se plantean en todo el proceso de aprendizaje.

Por otro lado, la evaluación final sirve para mostrar si el proceso de aprendizaje ha sido significativo para el alumnado y analizar los posibles cambios y adaptaciones que se pueden hacer respecto del tratamiento de la SEA. A continuación, se exponen las actividades de evaluación que se han elaborado para la SEA “Active-Games”.

- Evaluación inicial. “¿Qué es el sedentarismo?” Antes de empezar, se pedirá al alumnado que se reparta en grupos equitativos de cuatro personas. De este modo, el aula contará con cuatro grupos de cuatro personas que interactuarán de manera conjunta durante toda la SEA. Seguidamente, se repartirá una cartulina A2 para cada grupo, doblada como un tríptico, así como varias imágenes de actividades que habrá que clasificar según si son actividades sedentarias o no sedentarias. A continuación, en el interior del tríptico se puede observar una división en dos partes: las consecuencias adversas del sedentarismo y los problemas de salud derivados de los videojuegos. Cada alumna o alumno deberá escribir en un papel o tabla todo lo que sabe sobre esas dos cuestiones y pegarlo en el lugar correspondiente. De esa manera, se obtendrán los resultados para saber los conocimientos iniciales del alumnado respecto del sedentarismo y los videojuegos.
- Evaluación final. “El torneo de las casas de Hogwarts”. En esta actividad, se repartirá un código de la app “Plickers” para cada uno de los cuatro grupos. La actividad de evaluación final estará relacionada con los videojuegos de la saga “Harry Potter”, de forma que cada grupo representará una casa de la escuela Hogwarts. Así pues, se proyectará en la pizarra digital un cuestionario para el cual el alumnado tendrá que decidir de manera conjunta cuál es la respuesta correcta para cada caso. Una vez se ha completado el cuestionario, se repartirá entre el alumnado una diana de autoevaluación, para que este pueda evaluar su esfuerzo, dedicación y aprendizaje.

4. RESULTADOS

Esta propuesta didáctica basada en la metodología ABP y diseñada para ser llevada a cabo durante un total de 20 sesiones, 16 de intervención y 4 de evaluación a través de 6 actividades pretende favorecer el aprendizaje del alumnado de 5.º curso de Educación Primaria.

Aunque esta propuesta didáctica estaba programada para el curso escolar 2021-2022, todavía no se ha podido implementar en la actualidad. No obstante, la intención es poder implementarla durante el siguiente curso escolar. De este modo, se espera que el uso de esta metodología, así como la implementación de las actividades propuestas pueda favorecer la concienciación sobre el uso del tiempo de pantalla en el alumnado de Educación Primaria.

Concretamente, a través de las actividades “Súper Mario, agente 016”, “Just Dance” y “Diversidad fotográfica” se pretende concienciar al alumnado sobre los problemas, las consecuencias y las adversidades derivadas del sedentarismo, así como sobre los peligros derivados del uso excesivo del tiempo de pantalla, concretamente de los videojuegos. Mientras que a través de las actividades “¡Pokémon, actívatelo!”, “Tetris de los aparatos del cuerpo humano” y “Rincones saludables” se espera que el alumnado adquiera una mayor concienciación sobre la importancia de trabajar los hábitos saludables desde edades tempranas.

5. DISCUSIÓN

En los últimos años, se ha podido observar un incremento del sedentarismo entre el alumnado de Educación Primaria, provocado sobre todo por el uso de actividades de pantalla, concretamente el uso de los videojuegos (Germán et al., 2011). El uso excesivo de las actividades de pantalla puede provocar consecuencias adversas para la salud física, psicológica y social (Rezende et al., 2014), el rendimiento académico (Adelantado-Renau et al., 2019) y el comportamiento (Dworak et al. 2007). Por ese motivo, consideramos que las y los docentes de Educación Primaria tienen un papel crucial en la educación del alumnado respecto a la concienciación del uso excesivo del tiempo de pantalla, ya que es

durante la infancia, cuando las niñas y los niños adquieren un conjunto de hábitos que prevalecerán durante etapas posteriores de la vida. Por tanto, parece evidente la importancia de prevenir las conductas sedentarias desde edades tempranas.

En este sentido, el concepto de sedentarismo únicamente aparece en el currículo de Educación Primaria en la asignatura de Educación Física y en 5.º curso, aunque se encuentra en línea con los contenidos a abordar en la asignatura de Ciencias de la Naturaleza. Así pues, con el presente trabajo se pretende animar a las y los docentes de todos los cursos a fomentar sesiones dinámicas mediante el uso de metodologías activas y el enfoque en la importancia de combatir el sedentarismo y fomentar un estilo de vida saludable desde las primeras etapas de la infancia.

Además, el uso de metodologías activas ha mostrado generar un impacto positivo en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado (Learreta Ramos et al., 2009; Lourdes Álvarez et al., 2009; Rosa Nolasco y Modarelli, 2009), ya que fomentan el desarrollo de la capacidad de aprendizaje autónomo y la socialización, aspectos clave en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Silva Quiroz y Castillo Maturana, 2017).

Por último, resulta imprescindible informar sobre la importancia de atender a la diversidad durante todo el proceso educativo y madurativo del alumnado. Así pues, con el fin de proporcionar al alumnado con NESE un proceso de enseñanza-aprendizaje más favorable se debe tener en cuenta en todo momento el artículo 14 del Real Decreto 126/2014: "alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo" (Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, p. 19358). En el ámbito autonómico, esta información se recoge en el Decreto 108/2014, más concretamente en el Capítulo V sobre atención a la diversidad. Con el fin de que se observe una coherencia en el resultado final, en esta secuencia didáctica se respetan de igual manera los comentarios, las opiniones y las reflexiones de todo el alumnado, para llegar a un ideal común y que todo el mundo pueda ser partícipe del proceso de enseñanza-aprendizaje. Por ello, se han elaborado un conjunto de actividades grupales, activas, cooperativas y dinámicas que cada alumna y alumno tendrá que cumplir atendiendo a su ritmo de trabajo, y gracias al dinamismo y al juego, se conseguirá que todo el alumnado esté inmerso e integrado en la

actividad desde un primer momento. Así mismo, se le ofrecerán al alumnado todos los recursos disponibles para que pueda acceder a la información que se necesita de la mejor manera posible. Además, se atenderá el respecto a la diversidad mediante el estudio de las inteligencias múltiples, que supone la atención constante a las individualidades de cada alumna y alumno, de forma que se consigue una plena atención a la diversidad que garantiza que el alumnado esté motivado durante cada una de las diferentes sesiones semanales. Todo esto hace que se genere un clima de confianza entre el alumnado y el profesorado, el cual presenta resulta muy positivo dentro y fuera del aula.

6. CONCLUSIONES

En primer lugar, en cuanto a los objetivos propuestos para el presente trabajo, podemos destacar que la propuesta didáctica podría ayudar a combatir y reducir el sedentarismo con los consiguientes beneficios para la salud del alumnado. De este modo, se establece una relación directa entre las actividades planteadas y el logro de los objetivos.

En segundo lugar, se considera necesaria la concienciación del alumnado sobre los efectos adversos para la salud física y mental que supone el sedentarismo relacionado con el tiempo de pantalla, más concretamente, los videojuegos. Por eso, en el proyecto “Active-Games” se aboga por empezar a combatir el sedentarismo gracias a un elemento motivador para el alumnado, como son los videojuegos, en edades tempranas y previas a la adolescencia, puesto que son las mejores etapas para adquirir un conjunto de hábitos saludables y beneficiosos para la salud.

Por último, gracias a esta SEA, podemos planificar futuras acciones sociales o diferentes líneas de trabajo para generar una postura de respeto hacia la salud y la responsabilidad colectiva para favorecer un estilo de vida saludable desde la infancia.

7. REFERENCIAS

- Acier, D. y Kern, L. (2009). Problematic internet use: perceptions of addiction and chronic diseases in the United States. *Journal of Public Health*, 31, 496-505.
- Adelantado-Renau, M., Moliner-Urdiales, D., Cavero-Redondo, I., Beltran-Valls, M. R., Martínez-Vizcaíno, V., y Álvarez-Bueno, C. (2019). Association between Screen Media Use and Academic Performance among Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 173(11), 1058–1067.
- Alfermann, D. y Stoll, O. (2000). Effects of physical exercise on self concept and well-being. *International Journal of Sport Psychology*, 31(1), 47 - 65.
- Anand, V. (2007). A study of time management: the correlation between video game usage and academic performance markers. *Cyberpsychology y Behavior*, 10(4), 552-559.
- Baepler, P, Walker J, Driessen M. (2014). It's not about seat time: blending, flipping, and efficiency in active learning classrooms. *Computers y Education*, 78, 227– 236.
- Bartholow, B. D., Sestir, M. A. y Davis, E. B. (2005). Correlates and Consequences of Exposure to Video Game Violence: Hostile Personality, Empathy, and Aggressive Behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(11), 1573-1586.
- Becerro, M. (2008). El sedentarismo, el envejecimiento y las enfermedades asociadas. Los efectos del ejercicio para combatirlas. *Revista de la Federación Española del Deporte*, 123, 7-10.
- Boot, W.R., Kramer, A.F., Simons, D.J., Fabiani, M. y Gratton, G. (2008). The effects of video game playing on attention, memory, and executive control. *Acta Psychologica*, 129(3), 387-398.
- Botero, B., y Pico, M. (2007). Calidad de vida relacionada con la salud (cvrs) en adultos mayores de 60 años: una aproximación teórica. *Hacia la promoción de la salud*. 12, 11-24.
- Bringas, C., Rodríguez, F. y Herrero, F. (2009) Responsabilidad y Comportamiento antisocial del Adolescente como Factores Asociados al Rendimiento Escolar. *Acta Colombiana de Psicología*, 12(2), 69-76.
- Buhring, K., Bravo, C., y Oliva, P. (2009). Determinación no experimental de la conducta sedentaria en escolares. *Revista Chilena de Nutrición*, 36, 23-30.
- Castells, P. y Bufarull, I. (2002) Enganchados a las pantallas. Televisión, videojuegos, Internet y móviles. Editorial Planeta.

- Castro, M., Martínez, A., Zurita, F., Chacón, R., Espejo, T. y Cabrera, A. (2015). Uso de videojuegos y su relación con las conductes sedentarias en una población escolar y universitaria. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, 6(1), 56-66.
- Castro-Sánchez, M., Espejo-Garcés, T., Valdivia-Moral, P., Zurita-Ortega, F., Chacón-cuberos, R. y Cabrera-Fernández, A. (2015). Importancia de los exergames en la educación Físico-Deportiva. *Revista de Transmisión del conocimiento Educativo y de la Salud*, 7(5), 657-676.
- Castro-Sánchez, M., Linares-Manrique, M., Sanromán-Mata, S., y Pérez Cortés, A. J. (2017). Análisis de los comportamientos sedentarios, práctica de actividad física y uso de videojuegos en adolescentes. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 3(2), 241-255.
- Daley, A.J. (2009). Can exergaming contribute to improving physical activity levels and Health outcomes in children? *Pediatrics*, 124(2), 763-771.
- De Bogotá, U. I. E. D. y Tinjacá Martínez, D. (2019). Construcción de conceptos de sedentarismo y actividad física en adolescentes de 11 – 15 años en una I.E.D de Bogotá. (Trabajo Fin de grado). Universidad de Rosario, Bogotá, Colombia.
- Decreto 108/2014, de 4 de julio, del Consell, por el que establece el currículo y desarrolla la ordenación general de la educación primaria en la Comunitat Valenciana (2014, 7 de julio). *Diari Oficial de la Generalitat Valenciana*, 7311, 16325-16694.
https://www.dogv.gva.es/datos/2014/07/07/pdf/2014_6347.pdf
- Department of Health and Human Services. (2008). *Physical Activity Guidelines Advisory Committee*. Department of Health and Human Services.
- Devis, J. (2000). *Actividad física deporte y salud*. INDE
- Dworak, M.; Schierl, T.; Bruns, T. y Klaus, H. (2007). Patterns and Memory Performance of School-aged Children Impact of Singular Excessive Computer Game and Television Exposure on Sleep. *Pediatrics*, 120, 978-985.
- Dye, M. W; Green, C. S. y Bavelier, D. (2009). The development of attention skills in action video game players. *Neuropsychologia*, 47, 1780-1789.
- Ferguson, C. J. (2011). The influence of television and video game use on attention and school problems: A multivariate analysis with other risk factors controlled. *Journal of Psychiatric Research*, 45(6), 808-813.
- Gao, Z., Lee, J., Pope, Z. y Zhang, D. (2016). Effect of Active Videogames on Undeserved Children's Classroom Behaviors, Effort, and Fitness. *Games for Health Journal*, 5(5), 318-324.

- Gentile, D. A., Lynch, P. J., Linder, J. R. y Walsh, D. A. (2004). The Effects of Violent Video Game Habits on Adolescent Hostility, Aggressive Behaviors, and School Performance. *Journal of Adolescence*, 27, 5-22.
- Germán, H., Celis, R. y Sandoval Escobar, M. (2011). Consumo de videojuegos y juegos para computador: influencias sobre la atención de memoria, rendimiento académico y problemas de conducta. *Suma Psicológica*, 18, 99-110.
- Gilboy M. (2015). Enhancing student engagement using the flipped classroom. *Journal of nutrition education and behavior*. 47(1): 104–114.
- Gonzalez, G., Zurita, F., Puertas, P., Espejo, T., Chacon, R. y Castro, M. (2017). Influencia de los factores sedentarios (dieta y videojuegos) sobre la obesidad en escolares de Educación Primaria. *ReiDoCrea*, 6, 120-129.
- Healey, M., y Jenkins, A. (2000). Kolb's experiential learning theory and its application in geography in Higher education. *Journal of Geography*, 99, 185-195.
- Lavielle, P., y Pineda, V. (2014). Actividad Física y Sedentarismo: Determinantes sociodemográficos, familiares y su impacto en la salud del adolescente, (2), 161-172.
- Learreta, B., Jimenez, M., González, A., y Asensio, A. (2009). Percepción del alumnado ante el uso de metodologías activas de enseñanza como respuesta a las demandas del Espacio Europeo de Educación Superior. 95. 20-26.
- León, R. y López, M.J. (2003). Los adolescentes y los videojuegos. *Apuntes de Psicología*, 21(1), 89-99.
- Ley Orgánica 1/1994, de 28 de marzo, de Salud Escolar (1994, 5 de mayo). *Boletín Oficial del Estado*, 107. <https://www.boe.es/buscar/pdf/1994/BOE-A-1994-10085>
- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (2020, 30 de diciembre). *Boletín Oficial del Estado*, 340. <https://www.boe.es/buscar/pdf/2020/BOE-A-2020-17264consolidado.pdf>
- Lloret-Irles, D., Cabrera-Perona, V. y Sanz-Baños, Y. (2013). Relaciones entre hábitos de uso de videojuegos, control parental y rendimiento escolar. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 3(3), 237-248.
- Lozano-Sánchez, A. M., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., Puertas-Molero, P., Ramírez-Granizo, I. y Núñez-Quiroga, J. I. (2019). Videojuegos, práctica de actividad física, obesidad y hábitos sedentarios en escolares de entre 10 y 12 años de la provincia de Granada. *Retos*, 35, 42-46.

- Marshall, S. J., Gorely, T., y Biddle, S. J. H. (2006). A descriptive epidemiology of screen-based media use in youth: A review and critique. *Journal of Adolescence*, 29(3), 333–349.
- Martínez, M., Rico, S., Rodríguez, F., Gil, G., Santano, E., y Calderón, J. (2017). Influencia de los hábitos de ocio sedentario en el desarrollo de sobrepeso y obesidad en una población de escolares. *NURE Investigación*, 14(87), 1-8.
- McFarlane, A., Parrowhawk, A. y Heald, Y. (2002). Report on the educational use of games. www.teem.org.uk/publications/teem_gamesined_full.pdf.
- Norton, K., Norton, L., y Sadgrove, D. (2010). Position statement on physical activity and exercise intensity terminology. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13(5), 496–502.
<https://doi.org/10.1016/j.jsams.2009.09.008>
- OMS, (2014). Documentos básicos (48ª edición).
<https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd48/basic-documents-48th-editions.pdf?ua=1#page=7>
- OMS. (2017). Inactividad física: un problema de salud pública mundial.
http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/es/
- Onis, M., Blössner, M. y Borghi, E. (2010). Prevalencia y las tendencias de sobrepeso y obesidad entre los niños en edad preescolar global. *Diario Americano de la Nutrición Clínica*, 92(5), 1257-1264.
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato (2015, 29 de enero). *Boletín Oficial del Estado*, 25, 6986-7003.
<https://www.boe.es/boe/dias/2015/01/29/pdfs/BOE-A-2015-738.pdf>
- Padilla-Zea, N. (2012). Videojuegos educativos: teorías y propuestas para el aprendizaje en grupo. *Ciencia e ingeniería Neogranadina*, 22(1), 139-150.
- Pate, R. R., O’neill, J. R., Lobelo, F., Pate, R. R., y O’neill, J. R. (2008). The evolving definition of sedentary. *Exerc. Sport Sci. Rev*, 36(4), 173-178.
- Pérez, J. (2017, julio). Bases teóricas del método por proyectos en la Educación. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*.
<https://www.eumed.net/rev/atlante/2017/08/proyectos-educacion.html>
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria (2014, 1 de marzo). *Boletín Oficial del Estado*, 52, 19349-19420 <https://www.boe.es/buscar/pdf/2014/BOE-A-2014-2222-consolidado.pdf>

- Rehbein, F., Kleimann, M. y Mößle, T. (2010) Prevalence and risk factors of video game dependency in adolescence: Results of a German nationwide survey. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13(3), 269-277.
- Rehbein, L., Alonqueo, P. y Filsecke, M. (2008). Aprendizaje implícito en usuarios intensivos de videojuegos. *Paidéia (quaderns de Psicologia e Educació)*, 18(39), 165-174.
- Roe, K. y Muijs, D. (1998). Children and Computer Games. A Profile of Heavy User. *European Journal of Communication*, 13(2), 181-200.
- Rojas, V. (2008). Influencia de la televisión y videojuegos en el aprendizaje y conducta infanto-juvenil. *Revista Xilena de Pediatría*, 79(1), 80-85.
- Rosas R., Nussbaum M., Cumsille P., Marianov V., Correa M., Flores P., Grau V., Lagos F., López X., López V., Rodríguez P. i Salinas M. (2003). Beyond Nintendo: design and assessment of educational video games for first and second grade students, *Computers & Education*, 40(1), 71-94.
- Shwan C. y Bavelier D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423, 534-537.
- Singh, R., Pattisapu, A. y Emery, M. S. (2019). US Physical Activity Guidelines: Current state, impact and future directions. *Trends in Cardiovascular Medicine*, 30(7), 407-412.
- Skoric, M.T., Ching Neo, L. y Lijie, R. (2009). Children and video games: Addiction, engagement, and scholastic achievement. *CyberPsychology and Behavior*, 12(5), 567-572.
- Staiano, A. y Calvert, S. (2011). Exergames for Physical Education Courses: Physical, Social and Cognitive Benefits. *Child Development Perspectives*, 5(2), 93-98.
- Trejo, P., Jasso, S., Mollinedo, F. y Lugo, L. (2012). Relación entre actividad física y obesidad en escolares. *Revista cubana de Medicina general integral*, 28(1), 34-41.
- Valiño G. (2002). La relación juego y escuela: Aportes teóricos para su comprensión y promoción. *Revista Conceptos*, 77(2).