



MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE SECUNDARIA,
BACHILLERATO, CICLOS, ESCUELAS DE IDIOMAS Y ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

PROPUESTA DE UNIDAD DIDÁCTICA DE PRIMEROS AUXILIOS EN 1º DE BACHILLERATO MEDIANTE EL USO DE LA GAMIFICACIÓN

Presentado por:

D. MAURO CASTRO NEYRA

Dirigido por:

Dr. D. JOSE LUIS GÓMEZ FERNÁNDEZ

CURSO ACADÉMICO 24-25

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer el tiempo dedicado por mi tutor del cual he aprendido mucho durante todo el máster y especialmente con la elaboración del TFM.

También a los trabajadores del centro Manuel Peleteiro de Santiago de Compostela por su ayuda durante el periodo de prácticas.

A mi padre y a mi madre por darme una educación tan envidiable.

RESUMEN

El presente Trabajo Fin de Máster tiene como finalidad el diseño y desarrollo de una unidad didáctica innovadora en el área de Educación Física, dirigida al alumnado de primero de Bachillerato. Bajo el título Proyecto Zombie AID, se propone una secuencia de diez sesiones centradas en la enseñanza de primeros auxilios y técnicas de salvamento acuático, integrando de forma activa y lúdica las instalaciones de piscina del centro educativo. La propuesta se fundamenta en una metodología basada en la gamificación narrativa, el aprendizaje cooperativo y el enfoque competencial, incorporando elementos motivadores como misiones, recompensas, leaderboard y una narrativa ficticia de apocalipsis zombie. El objetivo principal es aumentar la implicación del alumnado, fomentar el aprendizaje significativo y desarrollar competencias clave, incluyendo la competencia ciudadana y la competencia personal y social. A lo largo del trabajo se justifica teóricamente la intervención, se contextualiza dentro del currículo LOMLOE de Galicia, y se aplican principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) y atención a la diversidad. La evaluación se plantea mediante rúbricas, bitácoras de aprendizaje y observación directa. Proyecto Zombie AID se presenta como una experiencia transferible, flexible y adaptada a las realidades del sistema educativo actual, con potencial para implementarse en otros contextos escolares y servir como modelo de innovación en la enseñanza de contenidos vinculados a la salud y la emergencia.

Palabras Clave: Educación Física, Primeros Auxilios, Gamificación.

ABSTRACT

This Master's Thesis aims to design and develop an innovative teaching unit in the field of Physical Education, addressed to first-year Baccalaureate students. Under the title *Zombie AID Project*, it proposes a sequence of ten sessions focused on teaching first aid and aquatic rescue techniques, actively and playfully integrating the school's swimming facilities. The proposal is based on a methodology grounded in narrative gamification, cooperative learning, and a competence-based approach, incorporating motivational elements such as missions, rewards, a leaderboard, and a fictional zombie apocalypse narrative. The main objective is to increase student engagement, foster meaningful learning, and develop key competences, including citizenship competence and personal and social competence. Throughout the paper, the intervention is theoretically justified, contextualized within the LOMLOE curriculum in Galicia, and applies principles of Universal Design for Learning (UDL) and attention to diversity. Evaluation is proposed through rubrics, learning journals, and direct observation. *Zombie AID Project* is presented as a transferable, flexible experience, adapted to the realities of today's educational system, with potential for implementation in other school contexts and as a model for innovation in teaching health-related and emergency content.

Keywords: Physical education; First Aids; Gamification

ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN DEL TFM.	10
1.1.- Justificación.	10
1.2.- Objetivos.	10
a) Objetivos Generales:	10
b) Objetivos Específicos:	10
1.3.- Metodología.	11
2. MARCO TEÓRICO	14
2.1.La Educación Física en Bachillerato: Sentido formativo y competencias clave	14
2.2 Primeros Auxilios en el ámbito deportivo	15
2.3 La gamificación como metodología didáctica	16
2.4 Aplicación de gamificación a la enseñanza de primeros auxilios	18
3. DESARROLLO DEL TRABAJO.	21
3.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia.	21
3.2.- Contextualización del centro educativo	22
3.3.- Presentación de la propuesta pedagógica, análisis y proyecto de mejora a la misma. Centrándose en los siguientes aspectos:	26
a) Secuencia de las competencias clave, competencias específicas, saberes básicos y perfil de salida.	26
b) Evaluación (criterios de calificación, instrumentos de evaluación, evaluación del proceso y de la práctica docente).	41
c) Actividades TIC.	43
d) Metodologías activas.	44

e) Propuestas de innovación educativa, indicando qué se va a incorporar en la programación, cuándo y cómo, así como los criterios y metodología de evaluación.	44
f) Desarrollo de valores relativos a equidad y diversidad.	46
g) Desarrollo de valores éticos.	47
h) Atención a la diversidad	47
3.4. Desarrollo de la Situación de Aprendizaje. (UD / Unidad de Programación / Unidad de trabajo)	48
a) Estructura general de la Unidad Didáctica	48
b) Sesiones de la Unidad Didáctica	57
3.5. Posible/s proyecto/s de innovación educativa realizado/s en el centro y beneficio/s del/de los mismos.	78
4. CONCLUSIONES	80
a) Conclusiones.	80
b) Limitaciones.	81
c) Prospección de Futuro:	82
5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	84
6 ANEXOS	89
ANEXO I. Rúbrica de observación directa (profesorado)	90
ANEXO II. Rúbrica de actitud y participación / Autoevaluación	91
ANEXO III. Rúbrica de Evaluación del Simulacro Final (sesión 9)	92
ANEXO IV. Rúbrica de evaluación grupal / coevaluación	93
ANEXO V. Rúbrica de ejecución de técnica de RCP	94
ANEXO VI. Rúbrica de ejecución de la maniobra de Heimlich	95

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Relación entre los objetivos de la materia Educación Física en 1º de Bachillerato y las competencias clave a través de los descriptores operativos</i>	40
---	----

ÍNDICE DE ABREVIATURAS

BACH - Bachillerato

CC - Competencia ciudadana.

CCAFYD- Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

CCEC - Competencia en conciencia y expresiones culturales.

CCL - Competencia en comunicación lingüística.

CD - Competencia digital.

CE - Competencia emprendedora.

CP - Competencia plurilingüe.

CPSAA - Competencia personal, social y de aprender a aprender.

MUFP- Máster Universitario de Formación del Profesorado

STEM - Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

TFM- Trabajo de Fin de Máster

UD- Unidad Didáctica

I. INTRODUCCIÓN DEL TFM.

1. INTRODUCCIÓN DEL TFM.

1.1.- Justificación.

El tema objeto del trabajo se debe al disfrute durante las prácticas del grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (CCAFYD), (no las del Máster Universitario de Formación del Profesorado, en adelante MUFP), realizadas en el mismo centro que las correspondientes al MUFP, de una unidad didáctica (en adelante UD) sobre primeros auxilios. Si bien esta UD recogía algunos aspectos fundamentales en los primeros auxilios como la técnica de respiración cardiopulmonar (RCP), transporte de heridos, uso de cabestrillos, o identificación de principales situaciones de riesgo según la sintomatología del afectado; estas se enseñaban superficialmente y en un número reducido de sesiones. Además, las instalaciones del centro contaban con 2 piscinas de 25 metros y la UD no incluía sesiones en ella sobre socorrismo. Por estos motivos, en el regreso al centro, la posibilidad de crear una versión más completa y competente de dicha UD aparece en forma de trabajo de fin de máster (TFM).

1.2.- Objetivos.

A continuación, con la intención de identificar los retos planteados en este trabajo, se plasman los siguientes objetivos:

a) **Objetivos Generales:**

OG1.- Presentar una Unidad Didáctica sobre Primeros Auxilios

OG2. - Profundizar en el conocimiento de la metodología de la gamificación.

b) Objetivos Específicos:

En base al OG1, se plantean:

OE1. - Incluir las instalaciones de natación del centro para trabajar el socorrismo como parte de los primeros auxilios.

OE2. – Trabajar las principales medidas de actuación en caso de requerimiento de Primeros Auxilios

Y en relación con el OG2, se abordan:

OE3. - Utilizar la metodología de la gamificación para otorgar conocimiento al alumnado.

OE4. - Superar el uso de metodologías tradicionales

1.3.- Metodología.

A continuación, se comenta el desarrollo del trabajo fin de Máster en cada uno de sus puntos:

- a) En primer lugar, tras revisar la programación del centro, acorde a lo planteado en el apartado 5 de este TFM, se comprobó que la metodología empleada para algunas unidades didácticas era la estándar para toda Galicia, sin incluir elementos diferenciadores de un centro de élite como se presupone el Colegio M. Peleteiro. El elemento de mejora/innovación, fue la propia actualización de la UD de Primeros Auxilios mediante aprovechamiento de las instalaciones del centro para utilizar el 100% de su potencial

- b) En relación con lo detallado se plantearon los OG1 y OG2 (Apartado 1.2 del TFM), de los que derivan los OE3 y OE4.
- c) Conforme a los objetivos planteados se revisó la literatura científica existente, y la viabilidad de implementación de esta UD usando una metodología innovadora en este campo, y se consultaron los Decretos, Ordenes, de la Comunidad de Galicia.
- d) Para la búsqueda de los artículos y documentos que conforman el MT, se buscó en plataformas o bases de búsqueda como SportDiscus o Scopus y se usó Google Scholar como motor de búsqueda.
 - Las palabras clave fueron Gamificación, Educación Física, Primeros Auxilios, y los artículos para el primer tema, se filtraron a partir del año 2000.
 - Y por su parte para el tema y, los documentos se filtraron a partir del mismo año, con las mismas palabras clave.
- e) En base a los pasos descritos se creó la UD “Proyecto Zombie AID”, que no pudo ser implementada.

Finalmente, conforme a la experiencia docente y al documento presentado, se realizó la conclusión, en base a los objetivos planteados y resultados obtenidos.

2. MARCO TEÓRICO

2. MARCO TEÓRICO

2.1. La Educación Física en Bachillerato: Sentido formativo y competencias clave

La Educación Física, tradicionalmente entendida como una disciplina centrada en el desarrollo corporal, ha evolucionado hacia una materia con un fuerte carácter formativo, vinculada al bienestar integral del alumnado. En el contexto del Bachillerato, su función se extiende más allá de la actividad física, orientándose también hacia la promoción de estilos de vida saludables, la construcción de una ciudadanía responsable y la adquisición de competencias clave para el siglo XXI. Según el Real Decreto 243/2022, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato, la materia de Educación Física tiene como objetivo principal “contribuir al desarrollo personal y social del alumnado, promoviendo la adquisición de competencias que les permitan adoptar un estilo de vida saludable, autónomo, activo y crítico” (BOE, 2022). En el marco de la LOMLOE, esta materia se convierte en una herramienta educativa integral, en la que se trabajan aspectos como la salud física y mental, la inteligencia emocional, el pensamiento crítico, la cooperación y la sostenibilidad. En el caso de Galicia, el Decreto 157/2022 y la Orden de 21 de junio de 2022 adaptan este marco al contexto autonómico, incorporando en el currículo gallego competencias específicas que enfatizan la autorregulación del esfuerzo, la planificación de la actividad física, el análisis crítico del entorno y el compromiso con la salud individual y comunitaria. Entre los objetivos de etapa que desarrolla la Educación Física en 1º de Bachillerato, destacan:

La adquisición de hábitos de vida activos y saludables, la mejora de la condición física mediante prácticas personalizadas, la comprensión de la actividad física como medio de desarrollo personal, social y profesional, la interiorización de valores como el respeto, la cooperación, la resiliencia y la superación personal, el análisis crítico de las prácticas motrices y su vinculación con el bienestar físico, mental y social.

En consonancia con el Perfil de salida del alumnado, la asignatura se alinea con el desarrollo de múltiples competencias clave, que incluyen la competencia en comunicación lingüística (CCL), competencia plurilingüe (CP), competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM), competencia digital (CD), Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA), competencia ciudadana (CC), competencia emprendedora (CE) y competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC).

En términos generales, la Educación Física en Bachillerato no es una mera prolongación de la etapa obligatoria, sino una propuesta formativa que pone en valor el cuerpo y el movimiento como medios de autoconocimiento, aprendizaje transversal y compromiso social. Su potencial educativo aumenta significativamente cuando se incorpora a propuestas metodológicas activas e innovadoras, como las que se desarrollan en este TFM.

2.2. Los primeros auxilios en el currículo educativo

La formación en primeros auxilios es un componente esencial en la educación para la salud, permitiendo a los estudiantes adquirir habilidades críticas para responder ante emergencias. Diversos estudios han destacado la importancia de integrar estos conocimientos en el currículo escolar desde edades tempranas. De Buck et al. (2015)

desarrollaron una ruta educativa basada en la evidencia para la integración de la formación en primeros auxilios en los planes de estudio escolares. Este enfoque define objetivos de aprendizaje específicos en conocimientos, habilidades y actitudes para diferentes grupos de edad, facilitando una implementación progresiva y adaptada al desarrollo del alumnado. La investigación identificó que los niños pueden adquirir competencias básicas en primeros auxilios, como la llamada de emergencia y la posición de recuperación, desde los 6 años, y habilidades más complejas, como la reanimación cardiopulmonar (RCP), en etapas posteriores. En el contexto de la Educación Física, Bakke et al. (2017) realizaron un estudio en Noruega para evaluar la cantidad y calidad de la formación en primeros auxilios impartida por docentes. Los resultados mostraron que, en promedio, se dedicaban dos lecciones anuales a esta temática, abordando principalmente la RCP, la apertura de la vía aérea y la posición de recuperación. Sin embargo, se identificaron barreras significativas, como la falta de especificaciones claras en los objetivos de aprendizaje del currículo, la escasez de recursos como maniqués de RCP y la insuficiente formación de los docentes como instructores en primeros auxilios. Estos hallazgos subrayan la necesidad de una integración más estructurada y sistemática de la formación en primeros auxilios en el currículo escolar, con un enfoque particular en la Educación Física, dada su relación directa con la actividad física y la prevención de lesiones. Además, es fundamental proporcionar a los docentes la formación y los recursos necesarios para impartir estos conocimientos de manera efectiva y segura.

2.3. La gamificación como metodología didáctica

La gamificación es una metodología activa que consiste en aplicar elementos propios del juego en contextos no lúdicos, como el educativo, con el fin de aumentar la

motivación, el compromiso y la eficacia del aprendizaje. A diferencia del aprendizaje basado en juegos, donde se juega para aprender, la gamificación transforma la experiencia educativa incorporando mecánicas y dinámicas propias del juego (recompensas, niveles, narrativa, retos, feedback inmediato, etc.) sin que necesariamente se juegue a un “juego” en sentido estricto (Deterding et al., 2011). En el ámbito educativo, esta metodología se ha consolidado como una estrategia eficaz para incrementar la implicación del alumnado, fomentar su autonomía y potenciar el aprendizaje significativo (Kapp, 2012). La motivación que genera el entorno gamificado favorece el mantenimiento de la atención, la perseverancia frente al error y el desarrollo de competencias tanto cognitivas como socioemocionales. En Educación Física, la gamificación ha demostrado ser especialmente efectiva, ya que integra el movimiento corporal con la narrativa, el reto personal y la cooperación grupal. Según Sánchez-Mena y Martí-Parreño (2017), esta metodología mejora la actitud del alumnado hacia los contenidos motrices, fomenta la participación activa y refuerza valores como el esfuerzo, el respeto y la superación. Además, la aplicación de gamificación en contenidos como los primeros auxilios permite crear situaciones simuladas realistas que potencian el pensamiento crítico, la toma de decisiones y el aprendizaje experiencial (Su & Cheng, 2015). La estructura de los entornos gamificados puede variar, pero suele incluir elementos de mecánica de juego (puntos, insignias, niveles, recompensas), dinámicas (reto, superación, cooperación, narrativa) y componentes (tablas de clasificación, avatares, misiones, etc.) (Werbach & Hunter, 2012). Estos elementos deben ser seleccionados de forma coherente con los objetivos pedagógicos, adaptándolos a las características del grupo y del contenido. Un diseño gamificado eficaz no se basa en añadir elementos superficiales, sino en crear una experiencia de

aprendizaje envolvente en la que el alumnado se sienta protagonista activo de su proceso formativo. Por tanto, la gamificación no solo es una herramienta motivadora, sino una estrategia pedagógica sólida que, bien diseñada, puede favorecer la adquisición de competencias clave, el trabajo colaborativo, la resolución de problemas y la evaluación formativa. Su uso en la presente Unidad Didáctica sobre primeros auxilios en 1º de Bachillerato busca aprovechar este potencial para promover un aprendizaje profundo, significativo y transferible al mundo real.

2.4. Aplicación de la gamificación a la enseñanza de primeros auxilios

La enseñanza de primeros auxilios en el ámbito escolar plantea el reto de abordar contenidos de alta carga emocional y técnica de manera accesible, significativa y motivadora para el alumnado. En este contexto, la gamificación ha emergido como una estrategia metodológica idónea para facilitar este proceso, gracias a su capacidad para crear entornos de aprendizaje inmersivos, emocionalmente atractivos y centrados en la acción. Estudios recientes han demostrado que la gamificación, cuando se aplica a contenidos relacionados con la salud y la prevención, mejora la retención del conocimiento, la implicación del alumnado y el desarrollo de habilidades prácticas (Boada et al., 2015). A través de elementos como la narrativa, los retos, el trabajo cooperativo, la retroalimentación inmediata o el uso de recompensas simbólicas, se logra transformar un contenido potencialmente intimidante como los primeros auxilios en una experiencia activa, participativa y emocionalmente significativa. En concreto, experiencias previas de aplicación gamificada de primeros auxilios en Educación Física han mostrado resultados prometedores. En un estudio experimental con alumnado de Secundaria, Pérez-López y Rivera (2019) observaron que una propuesta gamificada sobre técnicas básicas de reanimación cardiopulmonar (RCP) no solo mejoró el

rendimiento en las pruebas prácticas, sino que también aumentó la motivación, la confianza y la percepción de autoeficacia del alumnado frente a situaciones de emergencia. Desde una perspectiva pedagógica, la gamificación permite aplicar principios clave del aprendizaje significativo: el aprendizaje situado (al contextualizar los contenidos en una narrativa coherente), el aprendizaje experiencial (al realizar simulaciones prácticas) y el aprendizaje social (al trabajar en grupo y asumir roles). Además, conecta con modelos metodológicos como el aprendizaje basado en retos o el aprendizaje cooperativo, lo cual potencia la integración competencial de los contenidos curriculares. En definitiva, la gamificación aplicada a la enseñanza de primeros auxilios no se limita a hacer “más divertida” la materia, sino que ofrece una vía eficaz para lograr aprendizajes profundos, transferibles y sostenibles. En el marco de la presente propuesta didáctica, la gamificación se plantea como una herramienta al servicio del aprendizaje y la seguridad, con un diseño intencional que favorece la adquisición de competencias clave, el pensamiento crítico y el compromiso con la salud propia y ajena.

3. DESARROLLO DEL TRABAJO.

3. DESARROLLO DEL TRABAJO.

3.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia.

Normativa estatal:

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), modificada por la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (LOMLOE): Establece la organización general del sistema educativo, definiendo los principios, fines y estructura de las enseñanzas, incluido el Bachillerato.

Real Decreto 243/2022, de 5 de abril: Establece la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato, regulando el currículo básico común en todo el Estado y fijando los elementos curriculares comunes de cada materia, incluida Educación Física, para primero de Bachillerato.

Normativa autonómica:

Decreto 157/2022, de 15 de septiembre: Establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Galicia, adaptando y desarrollando lo dispuesto en el Real Decreto 243/2022, concretando el currículo de las materias, entre ellas la de Educación Física, y su distribución en las diferentes modalidades y cursos del Bachillerato.

Orden de 21 de junio de 2022: Regula la implantación y desarrollo del currículo de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Galicia, estableciendo directrices metodológicas, criterios de evaluación y orientaciones para la programación docente y el desarrollo de las competencias clave en el aula.

Orden de 25 de enero de 2022: Actualiza la normativa de evaluación en las enseñanzas de educación primaria, de educación secundaria obligatoria y de Bachillerato en el sistema educativo de Galicia, incluyendo aspectos relevantes para la evaluación de la materia de Educación Física.

Orden de 22 de junio de 2023: Establece medidas para la convalidación o la exención de materias de la educación secundaria obligatoria y del Bachillerato, incluyendo disposiciones específicas para la materia de Educación Física en casos como el de alumnado que curse enseñanzas profesionales de danza o que tenga la condición de deportista de alto nivel o de alto rendimiento

3.2.- Contextualización del centro educativo

El Colegio Manuel Peleteiro es un centro de enseñanza privado no subvencionado, sin vinculación religiosa ni política, que imparte las etapas de Educación Infantil, Primaria, Secundaria y Bachillerato. Su número de código en el registro de la Consellería de Cultura, Educación e Ordenación Universitaria de la Xunta De Galicia es el: 15015561 y sus datos de contacto:

Teléfono: 981 591 475 Fax: 981 591 467 Mail:peleteiro@peleteiro.com

La Educación Infantil se imparte en el Centro Dolores Ramos, situado en el centro de la ciudad de Santiago, con dirección: Santiago León de Caracas, 11, C.P. 15701 Santiago de Compostela. Este centro proporciona a los alumnos en edad preescolar un espacio especialmente diseñado para el desarrollo de sus capacidades complementado con actividades deportivas en las instalaciones de Monte Redondo.

La Educación Primaria, Secundaria y Bachillerato se imparten en el Campus situado en zona suburbana, con dirección: Monte Redondo s/n, Castiñeiriño, C.P.15702 Santiago de Compostela. El campus consta de edificios de diseño funcional que permite que los alumnos disfruten de espacios amplios, luminosos y confortables y que cuentan con los últimos avances en aprovechamiento energético (sistema de captación de energía geotérmica) y sostenibilidad ambiental. Concretamente, se divide en cinco edificios: el de administración y artes, la residencia, educación infantil, primaria y comedor, educación secundaria, dos pabellones y una piscina. El objetivo del centro es que sus alumnos logren el máximo desarrollo intelectual, físico, artístico y emocional. Para ello, dentro de su plan de estudio incluyen estrategias como metodologías innovadoras: estrategias de aprendizaje basadas en el pensamiento crítico, aprendizaje cooperativo, etc. Plantean un aprendizaje apoyado en los idiomas, de manera que los alumnos salgan del centro con una formación plurilingüe. También promueven actividades y talleres paraescolares, como el deporte; para el centro la práctica de deporte es fundamental, y esto se refleja en sus equipos de baloncesto, deporte muy integrado en los alumnos del centro. O los estudios musicales; el centro dispone de aulas y docentes especializados en la materia musical, lo que permite a los alumnos realizar estudios musicales oficiales, Grado Medio y Profesional de Estudios Musicales. La Dirección del Centro es nombrada por la Entidad titular del Colegio “Herederos de Manuel Peleteiro S.C.” constituida por los miembros de la familia. En este momento esta responsabilidad recae en D. Luis Ildefonso Peleteiro Ramos y la subdirección, en María Carmen Fuentes Mosteiro. El órgano máximo de gestión se encuentra ubicado en el Consejo de Dirección, formado por el director, subdirector, jefe de estudios y diferentes coordinadores. Tiene como función desarrollar el ideario educativo del

Colegio y plasmarlo en un proyecto educativo concreto, mediante la propuesta continuada de objetivos educativos y la evaluación del logro de los mismos. Su relación con el profesorado se promueve a través de los distintos coordinadores de ciclo que funcionan como enlace con los diferentes tutores de curso. La relación entre el Consejo de Dirección y los órganos ejecutivos es fluida y bidireccional, y los coordinadores de ciclo actúan como transmisores de información en ambas direcciones, recogiendo y aportando sugerencias y marcando directrices. La función del coordinador es controlar la consecución de los objetivos propuestos dentro del ciclo que le corresponde. La comunicación con los tutores y profesores es continua y directa, asumiendo tareas de control en la ejecución de las programaciones, gestión de actividades paraescolares, supervisión de evaluaciones y en definitiva, es la persona encargada de que las actividades y objetivos propuestos para dicho ciclo se consigan. El colegio cuenta con seis coordinadores de ciclo (Educ. Infantil, Educ. Primaria, 1º CICLO de E.S.O., 3º E.S.O. y 4º E.S.O, 1º y 2º de Bachillerato). Cada grupo cuenta con un tutor, que asume las funciones propias de la acción tutorial, propuestas en el marco de la LOMCE, en las distintas facetas que ésta le encomienda (administrativa, orientación, información, asesoramiento, etc..). Los distintos tutores dependen del coordinador del ciclo y se relacionan con ellos de una forma directa y constante al igual que los profesores que imparten clases en dichos cursos. Asimismo, los tutores 6 disponen en todo momento del asesoramiento del Departamento de Orientación para determinados problemas detectados en casos individuales o en problemas del grupo de clase. Cada área de conocimiento se agrupa en torno a un departamento del cual dependen orgánicamente los profesores que imparten dicha disciplina en los distintos niveles. Corresponde a la figura del jefe de departamento, la supervisión de las diferentes programaciones y

actividades que desde el mismo se señalan. Asume igualmente la responsabilidad de coordinación de todas cuantas actividades están vinculadas a dicho departamento. El claustro de profesores está formado por la totalidad de los docentes de la escuela, pues estos son los primeros responsables de la enseñanza en sus respectivas áreas y es convocado periódicamente en reuniones de debate y formación sobre temas de interés pedagógico, didáctico o profesional, que afectan al conjunto del profesorado.

De especial importancia en el Colegio es la Asociación de Padres de Alumnos del Peleteiro que, dentro del marco que establece el ideario del Centro, tiene las siguientes finalidades: asistir a los padres o tutores en todo aquello que concierne a la educación de sus hijos, colaborar en las actividades educativas del Centro, promover la participación de los padres de alumnos en el Consejo Escolar, promover los Derechos reconocidos a los padres en la Constitución, en las Leyes y en los Tratados Internacionales, organizar y promover actividades y servicios de tipo asistencial, social, educativo, cultural, recreativo, deportivo y de precisión, para sus miembros y demás componentes de la Comunidad Educativa del Centro, prestar su colaboración para que las directrices del Centro se enfoquen de acuerdo con las enseñanzas y pedagogía moderna y representar a los padres de los alumnos en los órganos de participación ciudadana y en la defensa de sus derechos y libertades.

El departamento de Educación Física está integrado por 8 profesores que se ocupan de la asignatura de Educación Física impartida en los tres cursos de Educación Infantil, los seis cursos de Educación Primaria, los cuatro cursos de la ESO, y también 1º de Bachillerato. Cuenta además con un profesor adicional que viene como refuerzo los lunes e imparte en varios cursos de primaria y ESO. Y por último, en caso de baja médica o falta de profesores debido a excursiones, ocasionalmente otros graduados en

CCAFYD, como los entrenadores deportivos de las actividades extraescolares asumen el rol de docentes. La asignatura de Educación Física en 1º de BACH consta de 8 bloques de contenidos: Condición Física, Entrenamiento Deportivo, Primeros Auxilios, Deporte de Orientación, Expresión Corporal, Bádminton, Volleyball y Actividades Acuáticas. Respecto a los aspectos metodológicos que el departamento plantea para sus clases se basan en el trabajo cooperativo, el aprendizaje basado en proyectos y generar un pensamiento crítico y creativo en el alumnado; además de alcanzar las competencias clave propuestas en la LOMCE. La evaluación se realiza mediante cuatro instrumentos: Un registro de actitudes, hábitos de trabajo e intervenciones del alumno, la participación en clase, una o varias pruebas prácticas de evaluación y otros factores que el docente considere como pueden ser trabajos extraordinarios o NEE que obliguen a modificar los anteriores métodos. Respecto a las actividades extraescolares y salidas del centro, durante mi estancia no se producen en 1º de Bachillerato, dado que la excursión de fin de curso se realizó posteriormente a mi fecha de finalización y no llegué a tener contacto con las extraescolares.

3.3.- Presentación de la propuesta pedagógica, análisis y proyecto de mejora a la misma. Centrándose en los siguientes aspectos:

- a) **Secuencia de las competencias clave, competencias específicas, saberes básicos y perfil de salida.**

El Bachillerato contribuirá a desarrollar en los alumnos y las alumnas las capacidades que les permitan:

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y adquirir una conciencia cívica responsable, inspirada por los valores de la Constitución española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.
- c) Fomentar la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita la lengua gallega y la lengua castellana
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.

- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las tecnologías de la información y la comunicación.
- h) Conocer y valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el respeto hacia el medio ambiente.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico.
- k) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- l) Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.

m) Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.

n) Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible.

Siendo estos los objetivos generales de etapa. Formulamos en base a estos objetivos generales del bachillerato los objetivos generales de la materia:

OBJ1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal con base en parámetros científicos y evaluables, y ajustando las prácticas motrices a sus necesidades y motivaciones personales para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

OBJ2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices específicas de las modalidades practicadas, la diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a su lógica interna para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

OBJ3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

OBJ4. Analizar críticamente, e investigar, sobre las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y evolución, desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender, desde una postura ética y contextualizada, los valores que transmiten.

OBJ5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.

Exponemos ahora las competencias clave: **CCL** - Competencia en comunicación lingüística; **CP** - Competencia plurilingüe; **STEM** - Competencia matemática y

competencia en ciencia, tecnología e ingeniería; **CD** - Competencia digital; **CPSAA** - Competencia personal, social y de aprender a aprender; **CC** - Competencia ciudadana; **CE** - Competencia emprendedora; y **CCEC** - Competencia en conciencia y expresiones culturales; con vista a nombrar a continuación los descriptores operativos de las competencias clave al término del Bachillerato:

Comunicación lingüística (CCL): al completar el bachillerato, la alumna o el alumno...

CCL1. Se expresa de forma oral, escrita y multimodal con fluidez, coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales y académicos, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y argumentar sus opiniones como para establecer y cuidar sus relaciones interpersonales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos y multimodales de los distintos ámbitos, con especial énfasis en los textos académicos y de los medios de comunicación, para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera autónoma información procedente de diferentes fuentes evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla de manera clara y rigurosa adoptando un punto de vista creativo y crítico a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee con autonomía obras relevantes de la literatura poniéndolas en relación con su contexto sociohistórico de producción, con la tradición literaria anterior y posterior y examinando la huella de su legado en la actualidad, para construir y compartir su propia interpretación argumentada de las obras, crear y recrear obras de intención literaria y conformar progresivamente un mapa cultural.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, rechazando los usos discriminatorios de la lengua, así como los abusos de poder a través de la palabra y de otros códigos no verbales, para favorecer un uso no solo eficaz sino también ético del lenguaje.

CP - Competencia plurilingüe: al completar el bachillerato, la alumna o el alumno...

CP1. Utiliza con fluidez, adecuación y aceptable corrección una o más lenguas, además de la(s) lengua(s) familiar(es), para responder a sus necesidades comunicativas con espontaneidad y autonomía en diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.

CP2. A partir de sus experiencias, desarrolla estrategias que le permitan ampliar y enriquecer de forma sistemática su repertorio lingüístico individual con el fin de comunicarse de manera eficaz.

CP3. Conoce y valora críticamente la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal y anteponiendo la comprensión mutua como característica central de la comunicación, para fomentar la cohesión social.

STEM - Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería: al completar el bachillerato, la alumna o el alumno...

STEM1. Selecciona y utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones propias de la modalidad elegida y emplea estrategias variadas para la resolución de problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar fenómenos relacionados con la modalidad elegida, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose hipótesis y contrastándolas o comprobándolas mediante la observación, la experimentación y la investigación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud crítica acerca del alcance y limitaciones de los métodos empleados.

STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando y creando prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma colaborativa, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y evaluando el

producto obtenido de acuerdo a los objetivos propuestos, la sostenibilidad y el impacto transformador en la sociedad.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de investigaciones de forma clara y precisa, en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...) y aprovechando la cultura digital con ética y responsabilidad y valorando de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Planea y emprende acciones fundamentadas científicamente para preservar la salud física y mental y el medio ambiente, practicando el consumo responsable, aplicando principios de ética y seguridad para crear valor y transformar su entorno de forma sostenible adquiriendo compromisos como ciudadano en el ámbito local y global.

CD - Competencia digital: al completar el bachillerato, la alumna o el alumno...

CD1. Realiza búsquedas avanzadas comprendiendo cómo funcionan los motores de búsqueda en internet aplicando criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y organizando el almacenamiento de la información de manera adecuada y segura para referenciarla y reutilizarla posteriormente.

CD2. Selecciona, configura y utiliza dispositivos digitales, herramientas, aplicaciones y servicios en línea y los incorpora en su entorno personal de aprendizaje digital para comunicarse, trabajar colaborativamente y compartir información, gestionando de

manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red y ejerciendo una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.

CD3. Crea, integra y reelabora contenidos digitales de forma individual o colectiva, aplicando medidas de seguridad y respetando, en todo momento, los derechos de autoría digital para ampliar sus recursos y generar nuevo conocimiento.

CD4. Evalúa riesgos y aplica medidas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente y hace un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Desarrolla soluciones tecnológicas innovadoras y sostenibles para dar respuesta a necesidades concretas, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.

CPSAA - Competencia personal, social y de aprender a aprender: al completar el bachillerato, la alumna o el alumno...

CPSAA1.1 Fortalece el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de objetivos de forma autónoma para hacer eficaz su aprendizaje.

CPSAA1.2 Desarrolla una personalidad autónoma, gestionando constructivamente los cambios, la participación social y su propia actividad para dirigir su vida.

CPSAA2. Adopta de forma autónoma un estilo de vida sostenible y atiende al bienestar físico y mental propio y de los demás, buscando y ofreciendo apoyo en la sociedad para construir un mundo más saludable.

CPSAA3.1. Muestra sensibilidad hacia las emociones y experiencias de los demás, siendo consciente de la influencia que ejerce el grupo en las personas, para consolidar una personalidad empática e independiente y desarrollar su inteligencia.

CPSAA3.2. Compara, analiza, evalúa y sintetiza datos, información e ideas de los medios de comunicación, para obtener conclusiones lógicas de forma autónoma, valorando la fiabilidad de las fuentes.

CPSAA4. Distribuye en un grupo las tareas, recursos y responsabilidades de manera ecuánime, según sus objetivos, favoreciendo un enfoque sistémico para contribuir a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA5. Planifica a largo plazo evaluando los propósitos y los procesos de la construcción del conocimiento, relacionando los diferentes campos del mismo para desarrollar procesos autorregulados de aprendizaje que le permitan transmitir ese conocimiento, proponer ideas creativas y resolver problemas con autonomía.

CC - Competencia ciudadana: al completar el bachillerato, la alumna o el alumno...

CC1. Analiza hechos, normas e ideas relativas a la dimensión social, histórica, cívica y moral de su propia identidad, para contribuir a la consolidación de su madurez personal y social, adquirir una conciencia ciudadana y responsable, desarrollar la autonomía y el espíritu crítico, y establecer una interacción pacífica y respetuosa con los demás y con el entorno.

CC2. Conoce y asume de forma crítica y consecuente los ideales y valores relativos al proceso de integración europeo, la Constitución española, los derechos humanos y la historia y el patrimonio cultural propios, a la vez que participa en actividades grupales con una actitud fundada en los principios y procedimientos democráticos, el compromiso ético con la igualdad y la cohesión social, y el logro de una ciudadanía mundial.

CC3. Adopta un juicio propio y argumentado ante problemas éticos y filosóficos fundamentales y de actualidad, afrontando con actitud dialogante la pluralidad de valores, creencias e ideas, rechazando todo tipo de discriminación y violencia, y promoviendo activamente la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.

CC4. Analiza las relaciones de inter y ecodependencia entre nuestras formas de vida y el entorno, realizando un análisis crítico de la huella ecológica de las acciones humanas, y demostrando un compromiso ético y ecosocialmente responsable con actividades y hábitos que conduzcan al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la lucha contra el cambio climático.

CE - Competencia emprendedora: al completar el bachillerato, la alumna o el alumno...

CE1. Evalúa necesidades y oportunidades y afronta retos, con sentido crítico y ético, evaluando su sostenibilidad y comprobando, a partir de conocimientos técnicos específicos, el impacto que puedan suponer en el entorno, para presentar y ejecutar ideas y soluciones innovadoras dirigidas a distintos contextos, tanto locales como globales, en el ámbito personal, social y académico con proyección profesional emprendedora.

CE2. Evalúa y reflexiona sobre las fortalezas y debilidades propias y las de los demás, haciendo uso de estrategias de autoconocimiento y autoeficacia, interioriza los conocimientos económicos y financieros específicos y los transfiere a contextos locales y globales, aplicando estrategias y destrezas que agilicen el trabajo colaborativo y en equipo, para reunir y optimizar los recursos necesarios, que lleven a la acción una experiencia o iniciativa emprendedora de valor.

CE3. Lleva a cabo el proceso de creación de ideas y soluciones innovadoras y toma decisiones, con sentido crítico y ético, aplicando conocimientos técnicos específicos y estrategias ágiles de planificación y gestión de proyectos, y reflexiona sobre el proceso realizado y el resultado obtenido, para elaborar un prototipo final de valor para los demás, considerando la experiencia de éxito o fracaso, una oportunidad para aprender.

CCEC - Competencia en conciencia y expresiones culturales: al completar el bachillerato, la alumna o el alumno...

CCEC1. Contrasta, promueve y reflexiona sobre los aspectos singulares y el valor social del patrimonio cultural y artístico de cualquier época, argumentando de forma crítica y partiendo de su propia identidad, para defender la libertad de expresión, la igualdad y el enriquecimiento inherente a la diversidad.

CCEC2. Investiga las especificidades e intencionalidades de manifestaciones artísticas y culturales del patrimonio, mediante una postura de recepción activa y deleite, distinguiendo y analizando sus lenguajes y elementos técnicos y plásticos, en distintos contextos, medios y soportes.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones con creatividad y espíritu crítico, incidiendo en el rigor en la ejecución de las propias producciones culturales y artísticas, para participar de forma activa en los procesos de socialización, de construcción de la identidad personal y de compromiso con los derechos humanos que se derivan de la práctica artística.

CCEC4. Descubre la autoexpresión como experiencia vital, a través de la interacción corporal, de las diferentes herramientas y lenguajes artísticos, enfrentándose con autoestima a situaciones que fomenten la expresión y la aceptación, mostrando empatía y valorando la colaboración, para expresar y comunicar su identidad cultural con iniciativa, imaginación y creatividad.

CCEC5. Selecciona e integra con creatividad diversos medios, soportes y técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras y corporales, para diseñar y producir proyectos artísticos y culturales sostenibles, a través de la interpretación, la ejecución, la

improvisación, la composición y la innovación, planificando y colaborando en nuevos retos personales y profesionales vinculados con la diversidad cultural y artística.

CCEC6. Planifica, adapta y organiza sus conocimientos, destrezas y actitudes para responder con creatividad y eficacia a cualquier desempeño derivado de una producción cultural o artística, utilizando lenguajes, códigos, técnicas, herramientas y recursos plásticos, visuales, audiovisuales, musicales, corporales o escénicos, valorando tanto el proceso como el producto final y comprendiendo las oportunidades personales, sociales, inclusivas y económicas que ofrecen. A continuación mostramos una Tabla donde se muestra la relación entre los objetivos de la materia Educación Física en 1º de Bachillerato y las competencias clave a través de los descriptores operativos:

Tabla 1. *Relación entre los objetivos de la materia Educación Física en 1º de Bachillerato y las competencias clave a través de los descriptores operativos*

OBJETIVOS DE LA MATERIA	COMPETENCIAS CLAVE							
	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBJ1			2-5	1-4	1.1-1.2-5		3	
OBJ2					1.2-4		2-3	
OBJ3	5	3			1.1-2-5	3		
OBJ4		3	5		1.2	1		1
OBJ5			5		1.2-2	4	1	

Fuente: Elaboración Propia

b) Evaluación (criterios de calificación, instrumentos de evaluación, evaluación del proceso y de la práctica docente).

CE1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos. (OBJ1)

CE1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales. (OBJ1)

CE1.3. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida. (OBJ1)

CE1.4. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales. (OBJ1)

CE2.2. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. (OBJ2)

CE2.3. Colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso. (OBJ3)

CE3.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones para estos. (OBJ2)

CE4.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas. (OBJ3)

CE4.2. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respecto ante la diversidad de competencia motriz, y situándose activa, reflexiva y críticamente frente

a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para su prevención, detección precoz y abordaje. (OBJ3)

Los instrumentos de evaluación serán: registro de actitudes, hábitos de trabajo e intervenciones del alumno, participación en las clases, prueba práctica de evaluación entre otros...

c) Actividades TIC.

La propuesta didáctica incorpora el uso de tecnologías de la información y la comunicación (TIC) de manera coherente con los objetivos de aprendizaje, la dinámica gamificada y el entorno digital del centro. En particular, se emplea la plataforma institucional Clickedu propia del centro como herramienta principal para la comunicación, la entrega de tareas, el acceso a materiales audiovisuales y el seguimiento del proceso de aprendizaje. A través de esta plataforma, el alumnado accede a materiales complementarios necesarios para el desarrollo de la unidad didáctica, tales como vídeos explicativos sobre maniobras de primeros auxilios, documentos informativos y enlaces a recursos interactivos. Además, se utiliza como canal para la entrega de tareas escritas, el seguimiento del progreso individual y la publicación de feedback por parte del profesorado. Además, en el marco de la metodología gamificada de la unidad “Proyecto Zombie AID”, se ha diseñado un sistema de recompensas y seguimiento de progresos basado en un leaderboard alojado en una página web, accesible para todo el alumnado. Este leaderboard refleja en tiempo real la puntuación obtenida por cada grupo o individuo en función de las misiones superadas, retos completados y actitudes mostradas durante el desarrollo de la unidad.

Este recurso digital no solo actúa como elemento motivador y estructural de la narrativa gamificada, sino que también se integra en el sistema de evaluación, traduciendo las puntuaciones acumuladas (hasta un máximo de 10.000 puntos) en calificaciones numéricas equivalentes en uno de los instrumentos de evaluación. Por ejemplo, una puntuación de 10.000 equivaldría a un 10 en ese criterio, mientras que 5.753 corresponde a un 5,8, siguiendo una conversión proporcional previamente establecida. El uso de estas herramientas digitales permite reforzar la competencia digital del alumnado y contribuye a su autonomía, a la autorregulación del aprendizaje y a la comprensión transparente de los criterios evaluativos.

d) Metodologías activas.

Se usarán trabajo individual, trabajo cooperativo, aprendizaje Basado en Proyectos o Aprendizaje Basado en Problemas, destrezas de Pensamiento Crítico, situación de aprendizaje para contextualizar la unidad entre otras. Con las metodologías múltiples se pretende desarrollar distintas destrezas en los alumnos: creatividad, potenciar las distintas inteligencias, responsabilizarlos de su propio aprendizaje, ser capaces de trabajar en equipo, espíritu crítico y analítico, dominio del lenguaje oral y escrito, sensibilizarse ante los ODS (Objetivos de Desarrollo Sostenible).

e) Propuestas de innovación educativa, indicando qué se va a incorporar en la programación, cuándo y cómo, así como los criterios y metodología de evaluación.

Mi propuesta, es la incorporación de técnicas de socorrismo básico a los contenidos de las unidades tradicionales de primeros auxilios, y la ampliación de unos contenidos básicos que no son motivadores y en situaciones críticas insuficientes para el alumnado mediante la unidad didáctica “Proyecto Zombie AID”, que constituye una propuesta claramente innovadora dentro del área de Educación Física, al integrar metodologías activas emergentes como la gamificación narrativa, el aprendizaje basado en retos y la simulación de contextos reales. Esta combinación metodológica permite transformar los tradicionales contenidos de primeros auxilios, a menudo abordados de forma teórica o aislada, en una experiencia inmersiva, participativa y emocionalmente significativa. La narrativa gamificada, basada en un escenario de apocalipsis zombie, se utiliza como hilo conductor para organizar los aprendizajes y promover la motivación intrínseca del alumnado. Esta estructura permite fomentar la toma de decisiones, la cooperación, el pensamiento crítico y la responsabilidad personal y grupal, alineándose con los principios de la educación competencial y los marcos metodológicos propuestos en la LOMLOE. La inclusión de dinámicas como los retos cooperativos, las misiones, la progresión por niveles, el feedback inmediato y la autoevaluación fomenta la autonomía del alumnado, el aprendizaje activo y la regulación de la propia acción, lo que contribuye al desarrollo de la competencia personal y social, así como a la mejora del clima de aula. La propuesta también incorpora los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), adaptando materiales, actividades y formas de expresión a diferentes estilos y ritmos de aprendizaje, lo cual refuerza su carácter inclusivo e innovador. Esta unidad propone una ruptura consciente con los modelos transmisivos tradicionales, apostando por una enseñanza centrada en el alumnado, contextualizada, creativa y socialmente relevante, en línea con las corrientes pedagógicas más actuales.

f) Desarrollo de valores relativos a equidad y diversidad.

La unidad didáctica “Proyecto Zombie AID” se concibe desde una perspectiva inclusiva, en coherencia con los principios de equidad, igualdad de oportunidades y no discriminación recogidos en la LOMLOE y en la normativa gallega (Decreto 157/2022). Su diseño didáctico promueve la participación activa de todo el alumnado, independientemente de su género, origen, nivel socioeconómico, capacidades o estilo de aprendizaje. La propuesta contempla la diversidad como un valor enriquecedor, integrando actividades que permiten diferentes formas de participación (individual, cooperativa, guiada, autónoma) y distintos niveles de exigencia física, cognitiva y comunicativa. Esta estructura flexible facilita que cada estudiante pueda implicarse en el proceso de aprendizaje desde sus propias fortalezas, ajustando el grado de desafío a sus necesidades. Asimismo, se fomenta una actitud crítica frente a estereotipos de género y roles tradicionales, especialmente en lo referente al cuidado, la autoridad en situaciones de emergencia o la toma de decisiones en contextos de estrés. Al situar al alumnado en roles de liderazgo, asistencia y gestión de emergencias, se rompen esquemas preconcebidos y se favorece una visión igualitaria de las competencias personales. El uso de la gamificación, lejos de fomentar la competición desmedida, se orienta hacia la colaboración, la empatía y el respeto a la diferencia, promoviendo dinámicas grupales en las que cada alumno y alumna tiene un papel relevante. La evaluación también contempla instrumentos que valoran no solo el rendimiento técnico, sino la actitud, la implicación y el respeto por los demás, reforzando así el aprendizaje en valores. En definitiva, la unidad ofrece un marco educativo comprometido con la educación inclusiva y la equidad social, donde se desarrollan valores de justicia, cooperación, diversidad y responsabilidad compartida.

g) Desarrollo de valores éticos.

A través de la narrativa gamificada y de las simulaciones de emergencias, el alumnado se enfrenta a dilemas prácticos en los que debe actuar de forma solidaria, respetuosa y eficaz, promoviendo así una conciencia ética ligada al bienestar común. La unidad didáctica “Proyecto Zombie AID” constituye un escenario idóneo para el desarrollo de valores éticos vinculados al cuidado de los demás, la responsabilidad social y la toma de decisiones en situaciones de tensión o riesgo. Durante el desarrollo de las sesiones, se fomenta la empatía como elemento central: se invita al alumnado a ponerse en el lugar de personas accidentadas, a coordinar equipos de rescate, y a tomar decisiones bajo presión que pueden afectar a terceros. Esta aproximación permitirá trasladar los aprendizajes más allá del aula, promoviendo actitudes responsables ante situaciones reales que puedan darse en su entorno cotidiano. Se incide en la importancia del compromiso individual con el bien colectivo, haciendo hincapié en que la formación en primeros auxilios no solo aporta seguridad personal, sino que también representa un acto de civismo y responsabilidad ciudadana. El diseño didáctico también promueve la honestidad, el respeto a las normas y la justicia, elementos que se integran en la dinámica gamificada mediante sistemas de puntuación que valoran la actitud, la cooperación y la ayuda mutua tanto como el desempeño técnico. De este modo, el aprendizaje de contenidos se articula con el desarrollo de principios éticos que refuerzan la dimensión humana y social de la Educación Física.

h) Atención a la diversidad

La propuesta didáctica “Proyecto Zombie AID” está diseñada desde los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), lo que garantiza una

respuesta educativa ajustada a la diversidad de capacidades, intereses, ritmos de aprendizaje y estilos cognitivos del alumnado. Esta perspectiva inclusiva permite ofrecer múltiples formas de representación de la información, de implicación en las tareas y de expresión del aprendizaje, favoreciendo así el acceso y la participación de todo el grupo clase. A nivel organizativo, la unidad propone tareas cooperativas y desafíos por equipos que permiten repartir roles diversos, adaptados a las fortalezas de cada estudiante: liderazgo, comunicación, gestión del tiempo, observación, intervención técnica, etc. Esta distribución funcional fomenta la autoaceptación, el reconocimiento mutuo y la percepción positiva de la diferencia como valor añadido al aprendizaje. Desde el punto de vista metodológico, se incorporan adaptaciones en los recursos, materiales y consignas para atender a posibles NEE o barreras al aprendizaje como la inclusión de vídeos y esquemas visuales para facilitar la comprensión de contenidos teóricos, el uso de simulaciones prácticas para favorecer el aprendizaje experiencial., una temporalización flexible y apoyo entre iguales en la resolución de misiones u opción de respuesta oral, escrita o mediante actuación para recoger evidencias de aprendizaje. La plataforma digital del centro (Clickedu) permite reforzar la atención individualizada, ofreciendo recursos de repaso o ampliación, seguimiento personalizado y comunicación directa con alumnado y familias. Todo el planteamiento didáctico responde a una visión inclusiva, en la que cada estudiante cuenta con oportunidades reales y ajustadas para aprender, participar y progresar, alineándose con los principios de equidad y justicia educativa recogidos en la normativa vigente.

3.4. Desarrollo de la Situación de Aprendizaje.

a) Unidad didáctica

UNIDAD DIDÁCTICA o UNIDAD DE PROGRAMACIÓN				
NOMBRE (Saberes Básicos Principales) : Proyecto Zombie AID				
Curso: 1º BACH	Bloque saberes básicos: 1- Condición física y salud 2- Habilidades Motrices 6- Salud y calidad de vida	UD: Primeros auxilios	Trimestre: 3 y 4ª evaluación (segundo y tercero)	Nº Sesiones: 10
<p>Justificación: La presente unidad didáctica, dirigida al alumnado de 1.º de Bachillerato del colegio X, se contextualiza en el tercer trimestre del curso escolar y surge como respuesta a la necesidad de dotar a los estudiantes de herramientas prácticas para actuar ante emergencias. La propuesta toma forma a través de una narrativa gamificada, “Proyecto Zombie AID”, en la que los alumnos adoptan el rol de cadetes de un equipo de rescate en un escenario apocalíptico simulado. Este enfoque lúdico-motivador permite conectar con sus intereses y canalizar el aprendizaje hacia situaciones realistas de primer orden como la reanimación, el socorrismo acuático o la actuación ante intoxicaciones. Muchos de estos jóvenes carecen de experiencia directa en primeros auxilios, por lo que se parte de una evaluación inicial que permite adaptar los contenidos a su nivel. En las sesiones, se fomenta la reflexión, la cooperación y la autonomía mediante dinámicas como el trabajo por estaciones, el role playing o las misiones evaluativas con rúbricas. El entorno escolar incluye una piscina cubierta, lo que permite integrar sesiones reales de rescate acuático, y se utiliza la plataforma Clickedu para distribuir materiales, realizar evaluaciones interactivas y hacer seguimiento de la gamificación (leaderboard y bitácora del alumno). En consonancia con los desafíos del siglo XXI y los ODS, esta unidad incide directamente en la mejora de la salud y el bienestar (ODS 3), la promoción de una educación de calidad (ODS 4) y el desarrollo de competencias personales y sociales como la empatía, la resiliencia y la ciudadanía activa, esenciales en un mundo globalizado e incierto.</p>				
<p>Saberes básicos: 1. Condición Física y Salud: En las sesiones prácticas de primeros auxilios y socorrismo, se promueven hábitos de salud, prevención de riesgos y mejora de la condición física mediante actividad motriz funcional.</p> <p>2. Habilidades motrices: Se entrenan y aplican habilidades específicas (RCP, traslado de heridos, nado asistido, etc.) en simulacros y situaciones motrices complejas.</p> <p>6. Salud y calidad de vida: Es uno de los ejes centrales: se trabaja la prevención, la intervención ante emergencias y el conocimiento para actuar en favor de la salud propia y ajena.</p>				
Objetivos didácticos				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar y aplicar correctamente el protocolo PAS (Proteger, Avisar, Socorrer) en simulaciones de emergencias en tierra y en medio acuático. 2. Ejecutar maniobras básicas de primeros auxilios, incluyendo RCP (en adultos y bebés), uso del DEA, control de OVACE, posición lateral de seguridad y traslado de heridos. 3. Desarrollar habilidades de diagnóstico inicial en situaciones simuladas de emergencia (infarto, ictus, golpe de calor, intoxicaciones) mediante role playing y el uso del Manual de Supervivencia Zombie. 4. Adquirir técnicas elementales de socorrismo acuático, como la entrada segura al agua, el contacto controlado con la víctima, la tracción al borde y el rescate con obstáculos. 5. Cooperar en equipos de intervención en situaciones de emergencia simuladas, adoptando roles diversos y mostrando actitudes de responsabilidad, empatía y liderazgo. 6. Usar herramientas digitales (Clickedu, leaderboard, test online) para el seguimiento del progreso individual y grupal, favoreciendo la autorregulación del aprendizaje. 				

Reto inicial: ¿Estás preparado para salvar vidas en medio del caos? Una pandemia zombi ha arrasado la civilización y el Gobierno necesita formar equipos de rescate capaces de intervenir con eficacia en cualquier situación. Solo los que dominen los protocolos de primeros auxilios, sepan actuar con seguridad en tierra y en el agua, y sean capaces de tomar decisiones bajo presión podrán formar parte del escuadrón élite Proyecto Zombie AID. ¿Aceptas la misión?

Temporalización (Descripción de las sesiones).

Sesión 1: Sesión Introductoria. Evaluación inicial oral sobre seguridad y PAS. Conexión con aprendizajes previos, planteamiento del RETO INICIAL, introducción de los saberes básicos y explicación de los pasos a seguir para llegar a dominarlos. Introducción narrativa al apocalipsis zombi. Formación de equipos. Explicación de objetivos, reglas, sistema de puntos y leaderboard.

Explicación de la situación de aprendizaje final.

Actividad física inicial: juego tipo “huida de zombis”. Introducción a la cadena PAS en plenaria.

Sesión 2: Sesión Introductoria. Inicio de la formación de los cadetes. Visualización de vídeos sobre PAS, RCP, Heimlich y DEA.

Anotaciones en la bitácora del alumno como instrumento de evaluación. Juego tipo quiz cooperativo o test interactivo subido a

Clickedu para consolidar aprendizajes y generar debate posterior.

Sesión 3: Sesión de Desarrollo. Práctica técnica de RCP en adultos con maniqués. Uso de aplicación digital para medir la calidad de las compresiones mediante sensores. Trabajo en equipos. Evaluación rápida con feedback inmediato. Reparto de logros especiales al grupo con mejor técnica (puntos extra en el leaderboard).

Sesión 4: Sesión de Desarrollo. Circuito rotativo por estaciones: RCP en bebés, uso del DEA, traslado de heridos e inmovilización con cabestrillo. Trabajo cooperativo guiado. Al final de la sesión se entrega (o se sube a Clickedu) el Manual de Supervivencia Zombie para lectura previa a la misión siguiente.

Sesión 5: Sesión Evaluativa. Misión 1. Simulación narrativa: “zona segura despejada por el ejército”. Diagnóstico de síntomas y aplicación de primeros auxilios mediante role playing por parejas. Un alumno representa una emergencia (ictus, golpe de calor, intoxicación, etc.) y el otro actúa en consecuencia con ayuda del manual. Evaluación mediante rúbrica de observación directa.

Sesión 6: Sesión de Desarrollo. Primer contacto con el medio acuático. Seguridad y normas de actuación. Entrada al agua, flotación, orientación corporal y aproximación controlada a la víctima. Trabajo por equipos con maniqués o alumnado voluntario. Gamificación narrativa: “el lago contaminado tras la explosión”. Evaluación formativa por observación.

Sesión 7: Sesión de Desarrollo. Técnicas de tracción y salvamento con obstáculos. Práctica en parejas. Maniobra de Heimlich en el agua y colocación de la víctima en posición lateral de seguridad. Gamificación: “zombies a la pilla” desde un extremo de la piscina. Registro de tiempos y precisión técnica.

Sesión 8: Sesión evaluativa. Misión 2. Simulacro acuático intermedio. Rescate con materiales improvisados. Roles rotativos (rescatador, delegado de seguridad, controlador de tiempos). Narrativa activa: alarma en vestuarios, evacuación ficticia. Valoración grupal y evaluación mediante rúbrica.

Sesión 9: Sesión evaluativa. Misión 3. Simulacro final. Dos víctimas: una consciente y otra inconsciente. Rescate combinado y reanimación tras extracción. Coordinación grupal, rotación de roles y toma de decisiones. Evaluación por desempeño con rúbrica y debriefing final en aula.

Sesión 10: Sesión de cierre. Debate, reflexión y cierre narrativo. Presentación grupal del “plan de supervivencia”: aprendizajes clave, prioridades PAS y experiencias vividas. Autoevaluación del alumnado (rúbrica actitudinal). Entrega de reconocimientos temáticos y puntuación final de la gamificación. Valoración global del proceso.

Situación aprendizaje final: La situación final propone un simulacro evaluativo de emergencia múltiple, ambientado en un contexto narrativo de colapso definitivo del sistema sanitario. El alumnado, organizado en sus equipos de intervención, deberá aplicar de forma autónoma todos los contenidos y habilidades entrenadas durante la unidad. Cada grupo se enfrenta al rescate simultáneo de dos víctimas: una consciente, que requiere acercamiento, comunicación y flotación; y otra inconsciente, que exige extracción del medio acuático y reanimación en seco (RCP). Además de ejecutar correctamente las maniobras, deberán organizarse, asumir roles de forma eficiente, tomar decisiones bajo presión y completar la misión en tiempo limitado. Al finalizar, se realiza un debriefing en aula donde cada grupo expone su “plan de supervivencia”: qué protocolos priorizan, qué aprendizajes consideran más útiles y cómo valoran su propia actuación. Esta situación integradora permite recoger evidencias de aprendizaje competencial, actitudes, reflexión crítica y transferencia a la vida real. La parte motriz, evaluativa y técnica de la situación de aprendizaje final se da en la sesión 9, mientras que en la 10 se da la parte reflexiva y actitudinal.

O.G.E. a, b, g, l, m

C.Clave

CPSAA, STEM, CC

EVALUACIÓN

Competencias específicas	Criterios de Evaluación:	Saberes básicos:	Actividades de Evaluación	Instrumentos de evaluación/ Criterios de calificación %
CE1 Adoptar un estilo de vida activo y saludable CE2 Resolver situaciones motrices de forma eficaz y creativa CE3 Participar en actividades físicas individuales y colectivas con actitudes de cooperación CE5 Conocer y valorar la importancia de la actividad física para la calidad de vida y	CE1 – Estilo de vida activo y saludable Criterios asociados: -Identifica y planifica actividades físicas adaptadas a su condición física, analizando su impacto en la salud y el bienestar personal. -Aplica estrategias de autorregulación del esfuerzo y hábitos saludables (sueño, hidratación, nutrición, etc.) en el contexto	Bloque 1: Condición física y salud Bloque 2: Habilidades motrices	Evaluación inicial (diagnóstica): se realiza de forma oral en la primera sesión. Se plantean preguntas directas sobre conocimientos previos de seguridad, protocolo PAS y actuación ante emergencias. Su finalidad es detectar el punto de partida del grupo, ajustar los contenidos y activar conocimientos previos. No tiene valor calificativo. Bitácora de aprendizaje del superviviente:	Observación directa con rúbrica 40% Bitácora del alumno 20% Test digitales (Clickedu, Kahoot) 10% Rúbrica actitudinal y de autoevaluación 10% Evaluación del manual + diagnóstico 20%

<p>prevención de enfermedades</p>	<p>del ejercicio físico CE2 – Resolución motriz eficaz y creativa Criterios asociados: -Aplica habilidades y destrezas motrices específicas en situaciones complejas o de incertidumbre. -Resuelve situaciones motrices con eficacia, creatividad y adaptación a las condiciones del entorno. CE3 – Participación con cooperación y respeto Criterios asociados: Participa activamente en dinámicas grupales, mostrando responsabilidad, cooperación y respeto por los demás. Asume diferentes roles (líder, ayudante, evaluador...) de forma proactiva dentro del grupo CE5 – Conocer y valorar la actividad física para la salud</p>			<p>utilizada como instrumento de seguimiento individual en cada sesión teórica o práctica. El alumnado registra aprendizajes clave, dudas, reflexiones personales y progresos. Evaluación formativa y continua.</p> <p>Simulacros gamificados (misiones): actividades prácticas en las que el alumnado aplica contenidos aprendidos en escenarios realistas. Se valoran mediante rúbricas que combinan aspectos técnicos (RCP, tracción al borde, DEA...) y actitudinales (cooperación, liderazgo, precisión, iniciativa).</p> <p>Role-playing con casos clínicos: en pareja o grupo, el alumnado representa situaciones del Manual de Supervivencia Zombie. Se evalúa la capacidad de diagnóstico, aplicación de primeros auxilios y toma de decisiones.</p>	
-----------------------------------	--	--	--	---	--

	<p>Crterios asociados: Reflexiona sobre el impacto de la actividad física en la prevención de enfermedades y la mejora de la calidad de vida. Argumenta, con base científica, la importancia del ejercicio físico en situaciones reales o simuladas.</p>			<p>Observación directa con rúbrica.</p> <p>Evaluaciones digitales interactivas (Clickedu): test tipo Kahoot o formularios autocorregibles que permiten reforzar contenidos y generar feedback inmediato. Se valoran como parte del seguimiento continuo.</p> <p>Autoevaluación final: el alumnado completa una rúbrica actitudinal y reflexiva sobre su implicación, autonomía, aprendizaje y experiencia en la unidad. Se utiliza como cierre del proceso y como parte de la coevaluación</p>	
3					

Metodología

Estrategia de la práctica: Global

(cuando la situación lo requiere se pasa a analítica, como en la RCP o la tracción al borde)

Estilos de enseñanza:

Mando directo: momentos concretos donde la seguridad es prioritaria, como en la práctica inicial de maniobras de reanimación, uso del DEA o técnicas de rescate en piscina. Aquí el docente guía paso a paso para garantizar la correcta ejecución técnica

Asignación de tareas: equipos trabajan de forma cooperativa en estaciones rotativas (RCP en bebés, traslado de heridos, cabestrillos...), permitiendo autonomía dentro de un marco estructurado; Descubrimiento guiado: misiones gamificadas, donde el alumnado debe aplicar los conocimientos aprendidos para resolver problemas simulados.

Enseñanza recíproca: actividades de role-playing, donde el alumnado asume roles rotativos de víctima, rescatador y observador, promoviendo la autorregulación y el aprendizaje entre iguales

Metodologías activas y/o emergentes: La unidad didáctica se sustenta en la gamificación narrativa, que dota de coherencia, motivación y sentido lúdico a todo el proceso de aprendizaje. Mediante un sistema de misiones, retos, recompensas y puntuación (leaderboard), el alumnado se involucra activamente en un proceso formativo con altas dosis de implicación emocional y autonomía.

Se incorpora también el aprendizaje cooperativo, a través de equipos de supervivientes que trabajan juntos para resolver situaciones de emergencia, entrenarse y superar retos. Cada integrante asume un rol, lo que favorece la participación equitativa, el respeto y el aprendizaje entre iguales. La unidad se articula desde un enfoque de aprendizaje basado en retos (ABR), donde las situaciones a resolver (simulacros, role-playing, misiones acuáticas) están contextualizadas y requieren la movilización real de saberes, habilidades y actitudes. Por último, se contempla la aplicación de principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), ofreciendo múltiples vías de acceso a la información, expresión del aprendizaje (bitácora, debate, acción práctica) y participación adaptada al ritmo y capacidades del alumnado.

<p>Distribución grupo – clase:</p> <p>Equipos estables de supervivientes, formados por 4–5 alumnos/as, que se mantienen a lo largo de toda la unidad.</p> <p>Parejas rotativas (role-playing, diagnósticos simulados, arrastres acuáticos).</p> <p>Gran grupo o plenaria (introducciones, debriefings, debates finales)</p>	<p>Participación:</p> <p>Se favorece a través de una narrativa motivadora en la que cada estudiante asume un rol activo como parte de un equipo de supervivientes. La dinámica gamificada, basada en misiones, retos y recompensas, implica al alumnado desde el inicio y refuerza su implicación progresiva. Durante las sesiones, se asegura la participación equitativa mediante la rotación de funciones dentro de los grupos. También se utilizan estrategias como el role-playing, las decisiones cooperativas y la autorregulación mediante bitácora, lo que permite a cada alumno/a aportar desde sus propias fortalezas.</p> <p>El sistema de puntuación (leaderboard) visibiliza el esfuerzo colectivo y reconoce tanto los logros individuales como las actitudes solidarias, favoreciendo así una participación activa, sostenida y con sentido.</p>
<p>Posición del profesor:</p> <p>Sesiones teóricas o introductorias: frente al grupo</p> <p>Prácticas grupales se desplaza entre los equipos</p> <p>En las misiones evaluativas, adopta una posición periférica u observadora</p>	<p>Feedback:</p> <p>Concurrente</p> <p>Inmediato</p> <p>Prescriptivo</p> <p>Afectivo</p>

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Principios DUA aplicados a priori:

Formas de implicación (Principio III): Se capta la atención a través del planteamiento inicial del apocalipsis zombie como narrativa gamificada que interpela directamente al alumnado y les sitúa en una misión ficticia de alto interés. Se introduce de forma sorpresiva, con lenguaje cercano y elementos de juego desde la primera sesión.

Se mantiene el esfuerzo y la persistencia mediante un sistema de puntuación progresivo (leaderboard), el trabajo por equipos estables con objetivos compartidos, y la división de la unidad en misiones secuenciadas que permiten avanzar gradualmente hacia retos más

complejos. Se mantiene la motivación mediante el uso de recompensas simbólicas (logros, diplomas), reconocimiento social dentro del grupo, feedback positivo frecuente, y se otorga cierto grado de elección al alumnado (por ejemplo, en cómo diagnostican una emergencia o qué rol asumen). La bitácora del superviviente, la autoevaluación mediante rúbrica y el role-playing fomentan la reflexión individual sobre el propio aprendizaje. El alumnado aprende a regular su conducta, corregirse, cooperar y anticipar decisiones sin intervención constante del docente.

Diferentes medios de representación (Principio I): Se combinan vídeos, explicaciones orales, esquemas, demostraciones prácticas, documentos escritos (manual de supervivencia zombie), materiales digitales (tests, leaderboard en Clickedu) y observación directa de ejemplos. En la primera sesión se realiza una evaluación oral inicial centrada en el protocolo PAS, primeros auxilios y seguridad, lo que permite conectar nuevos aprendizajes con experiencias anteriores y situar al alumnado en el contexto real del que parte. El diseño secuencial de la unidad permite aplicar habilidades aprendidas en tierra (RCP, traslado, diagnóstico) al contexto acuático. También se fomenta la conexión entre contenidos teóricos (manual, vídeos) y su puesta en práctica en simulaciones y misiones, promoviendo una transferencia funcional del aprendizaje.

Diferentes formas de acción y expresión (Principio II): Durante las prácticas en piscina se emplean materiales de apoyo como tablas, flotadores, maniqués y elementos improvisados (camisetas, churros de piscina) para adaptar los ejercicios según el nivel del alumnado. En tierra, se permite el uso de sillas, bancos y esterillas para realizar traslados y simulaciones de forma segura. El alumnado puede demostrar su aprendizaje mediante role-playing, explicación oral, práctica física, anotaciones en la bitácora o a través de test interactivos. Esta variedad garantiza que todos puedan expresarse en función de sus fortalezas. La información se puede consultar en distintos formatos: vídeos (PAS, DEA, Heimlich...), infografías del manual de supervivencia, esquemas o demostraciones guiadas. Además, se permite el uso del manual impreso o digital en el role-playing, facilitando el acceso al contenido según la preferencia del alumno/a.

Actividades de Refuerzo para alumnos de bajo nivel	Actividades de Ampliación para alumnos alto nivel
Apoyo visual y simplificado del manual de supervivencia Entrenamiento técnico previo en parejas tutorizadas Simulaciones a ritmo controlado Vídeos de repaso por sesión Checklists simplificadas Apoyo directo del docente o ayudante	Asunción de roles de liderazgo técnico Diseño de nuevas misiones Diagnóstico sin apoyo del manual Autoevaluación detallada y coevaluación técnica Simulacros con carga física añadida Creación de recursos didácticos para otros

Posibles adaptaciones individualizadas (con alumnos con NEE muy concretas y específicas):

TEA: agendas visuales con pictogramas para anticipar la estructura de la sesión, reducción de estímulos visuales o auditivos en momentos de alta carga sensorial, instrucciones simples, claras y repetidas si es necesario, acompañadas de apoyos visuales, asignación de un rol estable y estructurado en el grupo, Posibilidad de retirarse brevemente del grupo si hay sobrecarga sensorial.

Hemiparesia leve o afectación en movilidad: Adaptación de las tareas físicas según su capacidad funcional: por ejemplo, practicar el traslado de heridos sin peso real o sin entrar al agua, asistencia de un compañero/a en tareas cooperativas o uso de material adaptado, inclusión en la toma de decisiones del grupo y en roles organizativos, evaluación basada en la participación activa y la aplicación del protocolo, no en la ejecución física perfecta, supervisión estrecha en sesiones prácticas para evitar riesgos

Material didáctico:

Material físico:

Maniqués de RCP (adulto y bebé) - DEA simulado (desfibrilador de entrenamiento) - Camillas, mantas, tablas y materiales improvisados para rescate - Flotadores, churros, tablas, camisetas y cuerdas (sesiones acuáticas) - Materiales de apoyo para estaciones (sillas, bancos, esterillas...) - Carteles, tablón de misiones, diplomas y medallas temáticas

Material digital:

Plataforma Clickedu (para test, leaderboard, materiales de lectura) - Vídeos tutoriales sobre PAS, RCP, Heimlich, DEA y situaciones clínicas - Kahoots o formularios interactivos para repasar contenidos - Bitácora digital o en papel (según preferencia del alumnado) - Manual de supervivencia zombie (PDF o impreso, con pictogramas y esquemas)

Material adaptado (para NEE o atención a la diversidad):

Rúbricas simplificadas o ampliadas - Esquemas visuales paso a paso - Pictogramas o versiones con lectura fácil del manual - Vídeos subtitrados o con refuerzo visual

Instalaciones/Espacios:

Pabellón/pista multideporte y Piscina cubierta de 25 m con cuatro calles.

Herramientas TIC-TAC-TEP:

TIC Plataforma Clickedu, videotutoriales y formularios digitales
TAC Sensores conectados a maniqués de RCP
TEP Leaderboard

Interdisciplinariedad: Biología: comprensión del funcionamiento del cuerpo humano, sistemas implicados en la reanimación, síntomas de emergencias clínicas

Otros:

Hilo conductor narrativo: toda la unidad se articula en torno a una narrativa gamificada basada en un escenario de apocalipsis zombie, donde el alumnado asume el rol de cadetes en formación para formar parte de un cuerpo de rescate nacional. Gamificación estructurada: sistema de puntuación mediante leaderboard, logros desbloqueables, misiones progresivas, roles dentro de los equipos, diplomas temáticos y recompensas simbólicas (título de "Salvavidas", "Rescatista", etc.). Proyectos integrados: elaboración del Manual de Supervivencia Zombie, creación de protocolos de actuación, y plan de supervivencia final como cierre de la unidad. ODS vinculados:
ODS 3 (Salud y bienestar: fomento de hábitos saludables, prevención de riesgos, primeros auxilios) ODS 4 – (Educación de calidad: aprendizaje inclusivo, uso del DUA, desarrollo de competencias clave) ODS 17 – Alianzas para lograr objetivos: trabajo cooperativo y sentido de corresponsabilidad en el grupo.
Mecánicas innovadoras: estaciones prácticas por rotación, role-playing clínico, simulacros cooperativos con múltiples víctimas, feedback gamificado, aprendizaje por retos y uso de TIC con finalidad pedagógica.
Imágenes y diseño visual: uso de carteles, tableros de puntos, escudos de equipo, materiales visuales y ambientación narrativa coherente (bitácoras, diplomas, decorado temático...).

Bibliografía/Webgrafía:

- Alba Pastor, C. (2018). Diseño Universal para el Aprendizaje: un modelo didáctico para proporcionar oportunidades de aprender a todos los estudiantes. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 374, 21–27. <https://doi.org/10.14422/pym.i374.y2018.003>
- Alba Pastor, C. (2019). Diseño Universal para el Aprendizaje: un modelo teórico-práctico para una educación inclusiva de calidad. *Participación Educativa*, 6(9), 55–68. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7449797>
- Avellán Zambrano, M., & Alcívar Pincay, G. A. (2024). Diseño universal para el aprendizaje: percepciones, desafíos y necesidades formativas de los docentes. *Arandu UTIC*, 11(2), 49–70. <https://doi.org/10.69639/arandu.v11i2.251>
- CAST. (s.f.). *Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)*. EducaDUA. https://www.educadua.es/doc/dua/dua_pautas_intro_cv.pdf
- Dicheva, D., Dichev, C., Agre, G., & Angelova, G. (2015). Gamification in education: A systematic mapping study. *Educational Technology & Society*, 18(3), 75–88. <https://ojs.docentes20.com/index.php/revista-docentes20/article/view/5>
- Gaitán, V. (2021). Gamificación: el aprendizaje divertido. *Educativa*. <https://www.educativa.com/blog-articulos/gamificacion-el-aprendizaje-divertido/>
- Marín, D. (2015). Gamificación en la educación: una panorámica sobre el estado de la cuestión. *Educación y Pedagogía*, 27(69), 11–30. <https://www.scielo.br/j/ep/a/5JC89F5LfbgvtH5DJJQ9HZS/>
- Muñoz Murillo, P. J., Cesen Paccha, J. E., Guamán Fernández, R. M., & Cuenca Tinoco, Y. A. (2023). La importancia del diseño universal para el aprendizaje en la inclusión educativa. *Revista Imaginario Social*, 7(3). <https://doi.org/10.59155/is.v7i3.216>
- Navarro Mateos, C., Pérez López, I. J., & Marzo, P. F. (2021). La gamificación en el ámbito educativo español: revisión sistemática. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 41, 774–781. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/87384>
- Organización de las Naciones Unidas. (s.f.). *Educación y los Objetivos de Desarrollo Sostenible*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/education/>
- UNESCO. (2016). *Declaración de Incheon y Marco de Acción ODS 4 – Educación 2030*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245656_spa

b) Sesiones de la Unidad didáctica

Título Unidad de Programación: Proyecto Zombie AID			
Sesión n°: 1 / 10	Curso: 1º BACH	Trimestre: Tercero	
Nombre de la Sesión: Inicio del apocalipsis. Formación de escuadras y protocolo PAS	Duración: 55	Tipo	
Sesión: Introdutoria			
Instalaciones: Aula			
Material:			
Ficha de equipos o bitácora del superviviente (plantilla impresa o digital)			
Pizarra o proyector digital para presentación del escenario narrativo			
Vídeo explicativo breve sobre el protocolo PAS			
Cronómetro o reloj visible			
Espacio amplio para juego de calentamiento (“huida de zombis”)			
Plantilla de registro del docente para observación inicial			
Nº Alumnos/as: todos			
Objetivos didácticos de la sesión:			

1. Comprender el marco narrativo de la unidad didáctica como elemento motivador y estructurador del aprendizaje.
2. Familiarizarse con la estructura gamificada (sistema de puntos, leaderboard, roles y misiones) para participar activamente en el desarrollo de la unidad.
3. Reconocer los pasos básicos del protocolo PAS (Proteger, Avisar, Socorrer) como eje inicial de actuación en situaciones de emergencia.
4. Establecer normas de funcionamiento y cooperación dentro de los equipos de supervivencia, promoviendo la participación equitativa.
5. Realizar una autoexploración de conocimientos previos sobre primeros auxilios y seguridad, como base para ajustar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Saberes básicos desarrollados:

Bloque 1 – Condición física y salud

Relación entre actividad física, salud y bienestar.

Conocimiento y prevención de riesgos durante la práctica físico-deportiva.

Aplicación de normas básicas de seguridad.

Bloque 2 – Habilidades motrices

Toma de decisiones en situaciones de acción física.

Iniciación al uso funcional del cuerpo ante situaciones simuladas (primer contacto con PAS).

Organización motriz a través del juego dirigido (dinámica “huida de zombis”).

(Activación transversal)

Conocimiento de roles dentro de la dinámica cooperativa. Inicio del desarrollo de actitudes de respeto, corresponsabilidad y cooperación en contextos motrices.

Justificación de la Metodología:

aprendizaje experiencial, inductivo y cooperativo, enmarcada dentro de la gamificación narrativa. Se introduce al alumnado en un contexto lúdico-motivador (apocalipsis zombie) que da sentido a toda la unidad, y se crean los equipos estables que actuarán como grupos cooperativos.

Se utiliza un enfoque global, donde los contenidos se presentan de forma funcional e interconectada. La dinámica práctica inicial (juego “huida de zombis”) permite generar implicación y recoger información diagnóstica de forma natural. Por su parte, la introducción del protocolo PAS en formato breve, participativo y con apoyo visual responde a los principios del DUA, asegurando la accesibilidad del contenido desde el primer momento.

Se prioriza el uso de la palabra, el movimiento y la interacción como vehículos para activar conocimientos previos, iniciar el aprendizaje de contenidos clave y establecer un clima positivo y participativo

Estilo Enseñanza: Asignación de tareas + Descubrimiento guiado.

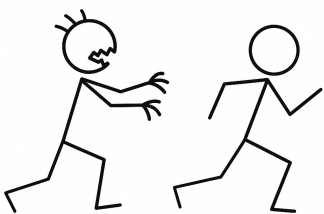
Modelo pedagógico, metodología activa: Gamificación narrativa + Aprendizaje cooperativo + Principios DUA

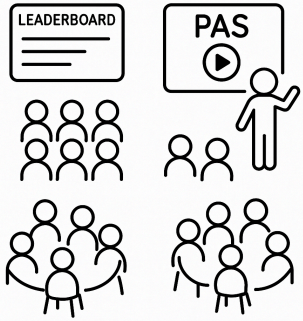
Estrategia: Global

Agrupación de los alumnos/as: Gran grupo → Equipos cooperativos estables (4-5 alumnos/as).

Posición Profesor: Al frente

Tipo Feedback: Verbal, inmediato y motivacional

Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	Introducción narrativa: se explica al alumnado que ha estallado un apocalipsis zombi y han sido seleccionados como cadetes para formar parte de un equipo de rescate nacional.		5 min
	Juego “Huida de zombis”: dinámica física inicial donde el docente simula zombis y el alumnado debe huir con desplazamientos variados. Sirve como activación motriz y emocional.		10 min

Parte principal	Formación de equipos estables (escuadras de supervivencia). Explicación de la dinámica gamificada: misiones, sistema de puntos, leaderboard, logros. Activación oral de conocimientos previos: preguntas sobre primeros auxilios y seguridad. Introducción participativa al protocolo PAS: explicación breve apoyada por vídeo. Relleno inicial de la bitácora del superviviente (nombre del equipo, miembros, primeras impresiones).		5 min 10 min 10 min 10 min 10 min
V. Calma	No se contempla en esta sesión, ya que se trata de una sesión introductoria con carga física moderada. El cierre se realiza mediante una breve reflexión grupal en plenaria.		0 min

Actividades de Refuerzo:

Ficha visual simplificada del protocolo PAS: se entrega a los alumnos con más dificultades una ficha con pictogramas o esquemas paso a paso para reforzar la comprensión básica del procedimiento.

Apoyo verbal individualizado durante la explicación: el docente supervisa de cerca a los alumnos con menor iniciativa o comprensión, repitiendo las ideas clave de forma más sencilla y pausada.

Participación guiada en la dinámica oral: si algún alumno tiene dificultades para expresarse en grupo, puede realizar su aportación escrita en la bitácora o de forma individual con el docente.

Actividades de Ampliación:

Propuesta de nombres y emblemas para el equipo: los alumnos con mayor iniciativa pueden diseñar un logotipo o lema de su escuadra de supervivencia como parte del componente narrativo y cooperativo.

Reformulación del PAS con lenguaje propio: se les propone explicar oralmente el protocolo PAS con sus propias palabras o inventarse una versión “zombi” (ej. Proteger al grupo, Avisar por radio, Socorrer al civil).

Papel de “mentores” en el juego y la organización del equipo: los alumnos con alto nivel pueden guiar a sus compañeros en el juego inicial o coordinar el reparto de roles dentro del grupo cooperativo.

Observaciones:




La participación inicial es clave para enganchar al alumnado con la narrativa y motivar al grupo desde el primer día.


Es posible que algunos alumnos se muestren reticentes al componente lúdico; conviene reforzar el sentido y la coherencia del escenario gamificado desde el inicio.

Durante la dinámica oral sobre conocimientos previos, se recomienda registrar impresiones clave que sirvan para ajustar los contenidos siguientes. El reparto equilibrado de los equipos (nivel, actitud, confianza) puede marcar el tono del trabajo cooperativo para toda la unidad.

Si la clase se retrasa (ej. por imprevistos), es preferible reducir la actividad física antes que recortar la explicación de la gamificación o del PAS.

Título Unidad de Programación: Proyecto Zombie AID	
Sesión nº: 2 / 10	Curso: 1º BACH Trimestre: Tercero
Nombre de la Sesión: Formación teórica. Bitácora del cadete y test de supervivencia	
Duración: 55	Tipo Sesión: Introductoria
Instalaciones: Aula	
Material:	
Dispositivo con acceso a Clickedu o proyector para mostrar los vídeos (PAS, RCP, OVACE, PLS, DEA)	
Bitácora del superviviente (formato papel o digital)	
Ficha resumen de primeros auxilios (opcional, como refuerzo)	
Acceso al test o quiz online (Kahoot, formulario o documento en Clickedu)	
Plantilla de observación del docente para recoger participación y cooperación	

Nº Alumnos/as: todos			
Objetivos didácticos de la sesión:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las maniobras básicas de primeros auxilios (RCP, Heimlich, OVACE, DEA, posición lateral de seguridad) a través de recursos audiovisuales. 2. Anotar la información esencial en la bitácora del superviviente, desarrollando autonomía en la organización de los saberes adquiridos. 3. Trabajar de forma cooperativa para compartir, contrastar y aclarar dudas sobre los contenidos visualizados. 4. Consolidar los conocimientos iniciales mediante una prueba lúdica (quiz o test), fomentando la participación activa y el aprendizaje entre iguales. 5. Utilizar las TIC como medio de aprendizaje, accediendo a recursos digitales (vídeos, test en Clickedu) 			
Saberes básicos desarrollados:			
<i>Bloque 1 – Condición física y salud</i>			
Conocimiento de situaciones de riesgo vital y actuación básica (RCP, OVACE, DEA, PLS, etc.).			
Hábitos y conductas preventivas vinculadas a la seguridad y la atención inmediata.			
Relación entre salud, autocuidado y primeros auxilios.			
<i>Bloque 2 – Habilidades motrices</i>			
Anticipación y toma de decisiones en contextos de emergencia simulada.			
Observación y análisis de gestos técnicos y respuestas adecuadas.			
<i>Bloque 3 – Conductas activas y saludables</i>			
Uso de recursos digitales como medio de aprendizaje.			
Desarrollo de actitudes de corresponsabilidad, cooperación, organización del propio aprendizaje			
Justificación de la Metodología:			
Metodología activa y centrada en la autonomía del alumnado, que accede a los contenidos a través de recursos digitales (vídeos) y registra la información en su bitácora del superviviente, fortaleciendo su capacidad de organización y síntesis. El trabajo se estructura en pequeños grupos cooperativos, donde los alumnos contrastan y aclaran dudas, desarrollando así habilidades sociales y cognitivas. Se fomenta la autorregulación del aprendizaje mediante el uso guiado de TIC (Clickedu), y se introduce una evaluación lúdica tipo test o quiz para consolidar conocimientos previos a la práctica. La sesión responde a los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) al ofrecer múltiples formas de acceso a la información (vídeos, esquemas, debate) y expresión del conocimiento (bitácora, test, exposición oral).			
Estilo Enseñanza: Asignación de tareas + Enseñanza recíproca			
Modelo pedagógico, metodología activa: Gamificación narrativa + Aprendizaje cooperativo + DUA			
Estrategia: Mixta			
Agrupación de los alumnos/as: Equipos cooperativos estables (4–5 alumnos/as)			
Posición Profesor: Al frente		Tipo Feedback: Verbal, inmediato, entre iguales y autorregulado	
Parte	Descripción	Descripción gráfica	<u>Min.</u>
Calentamiento	Recordatorio del contexto narrativo: los cadetes se preparan para la fase práctica. Activación cognitiva: preguntas rápidas al grupo sobre lo visto en la sesión anterior (PAS)	<p>PROYECTO ZOMBIE AID</p> 	5 min
Parte principal	Visionado de vídeos sobre RCP, OVACE, Heimlich, DEA, posición lateral de seguridad (en grupo o por estaciones digitales). Relleno individual de la bitácora del superviviente con información clave (resumida, esquemática). Test tipo quiz cooperativo (Kahoot, formulario, o test autoevaluativo en Clickedu).		35 min
			10 min

V. Calma	Puesta en común de los aprendizajes: cada equipo comenta qué conceptos ha reforzado o qué dudas mantiene. Anticipación de la sesión 3 (práctica con maniqués): “Pronto se pondrá a prueba vuestra destreza física. Preparad vuestras manos.”		5 min
-----------------	--	---	-------

Actividades de Refuerzo:

Ficha con esquema simplificado de cada maniobra (PAS, RCP, Heimlich, PLS, etc.), con imágenes o pictogramas, para alumnos con dificultades de comprensión.

Trabajo en pareja tutora: un alumno guía al otro durante el visionado, haciendo pausas y explicaciones si es necesario.

Bitácora guiada: hoja con frases incompletas o preguntas directas que estructuran lo esencial para rellenar más fácilmente.

Actividades de Ampliación:

Elaboración de un resumen visual o infografía: los alumnos con mayor nivel pueden representar los pasos del PAS o de una maniobra concreta en formato esquemático.

Preguntas abiertas al finalizar el test: por ejemplo, “¿Qué maniobra crees que es más útil en una situación real y por qué?”.

Rol de “capitán de equipo”: coordinar el trabajo de bitácora, proponer un reparto de tareas y revisar que toda la información clave esté cubierta.

Observaciones:

Es clave controlar los tiempos de visionado y test para evitar saturación o dispersión.

Puede ser útil asignar un moderador por equipo para organizar el trabajo de bitácora.

Si hay problemas de conexión, conviene tener vídeos descargados o listos para proyectar.

La sesión requiere una actitud activa pero reflexiva, conviene recordar la importancia de la concentración y la cooperación.

En alumnado con necesidades específicas, puede adelantarse el material visual para que lo trabajen previamente.

Título Unidad de Programación: Proyecto Zombie AID

Sesión nº: 3/10 **Curso:** 1º BACH **Trimestre:** tercero

Nombre de la Sesión: Entrenamiento en RCP. Maniobra salvavidas y sensores de precisión

Duración: 55 **Tipo Sesión:** Desarrollo

Instalaciones: Aula

Material:

Maniqués de RCP (preferiblemente con sensores conectados por Bluetooth o similares)

Dispositivo móvil o tableta con app de feedback (para consultar datos de la maniobra)

Bitácora del superviviente (papel o digital)

Rúbrica simplificada de observación por pares

Reloj o cronómetro

Cartel o guía visual del protocolo RCP para repaso rápido

Espacio amplio para permitir práctica simultánea por equipos


Hoja de logros especiales o sistema de puntos para el leaderboard

Nº Alumnos/as: Todos

Objetivos didácticos de la sesión:

1. Aplicar correctamente la secuencia de RCP en adultos sobre maniqués, respetando los pasos fundamentales y protocolos de seguridad.
2. Valorar la importancia de la actuación inmediata y coordinada ante una situación de parada cardiorrespiratoria.
3. Analizar la calidad de la maniobra de RCP mediante recursos digitales que permiten visualizar la eficacia de la técnica.
4. Trabajar en equipo de forma organizada y responsable para entrenar y evaluar la reanimación cardiopulmonar.
5. Reflexionar sobre el proceso de aprendizaje y el rol desempeñado, a través de la bitácora del superviviente.

<p>Saberes básicos desarrollados: <i>Bloque 1 – Condición física y salud</i> Maniobras básicas de reanimación cardiopulmonar (RCP) en adultos. Conductas preventivas y seguras en situaciones de emergencia. Coordinación y control postural durante la ejecución de primeros auxilios. <i>Bloque 2 – Habilidades motrices</i> Control del cuerpo y técnica precisa en acciones motrices específicas. Coordinación fina y ritmo en la ejecución de compresiones torácicas. Análisis y mejora de la propia ejecución mediante feedback. <i>Bloque 3 – Conductas activas y saludables</i> Trabajo cooperativo y toma de decisiones en grupo ante una situación de urgencia simulada. Responsabilidad individual en la aplicación de maniobras que pueden salvar vidas. Uso de herramientas tecnológicas como apoyo al aprendizaje y a la autorregulación técnica.</p>			
<p>Justificación de la Metodología: Aprendizaje experiencial, cooperativo y autorregulado. Los alumnos entrenan la maniobra de RCP en adultos con maniqués, lo que permite vivenciar el contenido y desarrollar la competencia desde la práctica realista. Se aplica el principio de “aprender haciendo”, donde el alumnado interioriza el procedimiento a través de la repetición, el análisis de su ejecución y la reflexión posterior. El uso de sensores digitales conectados al maniquí aporta un feedback objetivo e inmediato, que favorece la mejora técnica y la toma de conciencia de la propia actuación. El trabajo en equipos cooperativos favorece la observación mutua, la rotación de roles y el refuerzo entre iguales. El uso de la bitácora del superviviente como registro permite reflexionar sobre el aprendizaje y su utilidad en situaciones reales. Esta sesión responde al Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) al ofrecer diferentes modos de participación (práctica, observación, análisis) y distintos apoyos (tecnológicos, cooperativos, visuales).</p>			
<p>Estilo Enseñanza: Resolución de problemas + Asignación de tareas Modelo pedagógico, metodología activa: Aprendizaje basado en retos + Aprendizaje cooperativo + Gamificación Estrategia: Global–analítica Agrupación de los alumnos/as: Equipos cooperativos estables de 4–5 alumnos/as</p>			
<p>Posición Profesor: cerca de los grupos Tipo Feedback: Verbal, inmediato, técnico y digital.</p>			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	Repaso oral rápido del protocolo RCP (preguntas tipo “¿Qué se hace primero?”, “¿Qué ritmo tienen las compresiones?”). Activación ligera: movilidad articular de brazos y muñecas para prevenir fatiga durante la práctica.		5 min
Parte principal	Demostración guiada por el docente: ejecución completa del RCP en adulto, con correcciones clave. Práctica por equipos con maniqués y sensores: cada alumno realiza la maniobra mientras los compañeros observan, anotan y rotan. Revisión del feedback técnico (sensor o app) + anotaciones en la bitácora + breve reflexión cooperativa sobre errores comunes y mejoras.		10 min 25 min 10 min

<p>V. Calma</p>	<p>Estiramientos suaves de brazos y espalda. Cierre narrativo: el instructor militar felicita a los cadetes que lograron puntuaciones altas y anuncia que pronto entrarán en contacto con “víctimas reales”.</p>		<p>5 min</p>
----------------------------	--	---	--------------

Actividades de Refuerzo:

Guía paso a paso visual (ficha de apoyo): resumen esquemático del protocolo RCP con imágenes para alumnos que necesiten apoyo estructurado.

Práctica asistida en pareja: el alumno con más dificultades ejecuta la maniobra guiado por un compañero/a que va verbalizando los pasos.

Más repeticiones con feedback individualizado del docente: se prioriza el acompañamiento cercano en vez del uso de sensor si genera bloqueo.

Bitácora dirigida: hoja con frases incompletas para ayudar a registrar correctamente el procedimiento

Actividades de Ampliación:

Desafío de precisión: alumnos con mayor nivel técnico usan los sensores para intentar mejorar su puntuación con cada intento.

Corrección técnica entre iguales: actúan como observadores expertos, completando una rúbrica más detallada para sus compañeros.

Explicación oral del procedimiento: exponen los pasos del RCP con justificación (qué se hace y por qué), reforzando el aprendizaje significativo.

Propuesta de mejora para la maniobra: inventan un lema, esquema o regla mnemotécnica para facilitar el aprendizaje de la técnica a otros equipos.

Observaciones:

Es importante ajustar el tiempo de práctica para que todos los alumnos/as puedan repetir la maniobra al menos dos veces. El docente debe estar especialmente atento a errores de seguridad o técnica (posición de las manos, ritmo, profundidad). Si los sensores no funcionan correctamente o hay pocos dispositivos, puede sustituirse por una rúbrica de observación visual.

La retroalimentación debe reforzar la confianza, ya que es una maniobra que puede generar ansiedad o miedo a “hacerlo mal”.

Se recomienda tomar nota del rendimiento de cada alumno/a para ajustar las sesiones siguientes o realizar agrupamientos estratégicos.

Título Unidad de Programación: Proyecto Zombie AID

Sesión nº: 4/10 **Curso:** 1º BACH **Trimestre:** Tercero

Nombre de la Sesión: Entrenamiento por estaciones. Maniobras esenciales de rescate

Duración: 55 **Tipo Sesión:**

Instalaciones: Pabellón

Material:

Estación 1: Maniqués de bebé para RCP infantil

Estación 2: DEA de entrenamiento (al menos uno por grupo o por rotación)

Estación 3: Mantas, camillas, sillas o materiales para practicar traslado de heridos

Estación 4: Vendas, pañuelos triangulares, camisetas para improvisar cabestrillos

Manual de Supervivencia Zombie (impreso o digital)

Carteles indicativos para cada estación con instrucciones básicas

Cronómetro o reloj visible para controlar los tiempos

Rúbricas o fichas de observación sencilla por estación

Hoja de puntuación para el leaderboard gamificado

Nº Alumnos/as: Todos

Objetivos didácticos de la sesión:

1. Aplicar correctamente distintas técnicas básicas de primeros auxilios: RCP en bebés, manejo del DEA, traslado seguro y colocación de cabestrillos.
2. Adaptar la intervención a diferentes perfiles de víctimas (bebé, adulto, herido consciente o inconsciente), respetando criterios de seguridad y eficacia.
3. Organizarse en equipo para cumplir tareas por estaciones, favoreciendo la rotación de roles y la autorregulación del aprendizaje.
4. Utilizar recursos técnicos y materiales básicos de forma adecuada durante la ejecución de maniobras.
5. Consultar e interpretar el Manual de Supervivencia Zombie como herramienta de apoyo antes de los simulacros.

Saberes básicos desarrollados:

Bloque 1 – Condición física y salud

Maniobras de primeros auxilios aplicadas a diferentes situaciones: RCP en bebé, colocación de cabestrillo, uso del DEA, traslado de heridos. Conductas preventivas y seguras ante diferentes tipos de emergencia. Uso de materiales básicos de forma segura y responsable.

Bloque 2 – Habilidades motrices

Coordinación motriz y técnica en la ejecución de maniobras asistenciales. Trabajo por tareas específicas en situaciones de emergencia simulada. Resolución de problemas técnicos con autonomía creciente.

Bloque 3 – Conductas activas y saludables

Colaboración eficaz en la práctica cooperativa por estaciones. Uso funcional del manual como fuente de consulta ante tareas prácticas. Actitud activa, respetuosa y reflexiva en contextos de ayuda.

Justificación de la Metodología:

Metodología práctica, rotativa y cooperativa, basada en el trabajo por estaciones, lo que permite al alumnado experimentar diferentes técnicas de primeros auxilios en situaciones específicas y variadas.

Cada estación se enfoca en una maniobra concreta (RCP en bebé, DEA, traslado de heridos, cabestrillos), lo que facilita el aprendizaje segmentado, el refuerzo técnico y la repetición con corrección inmediata. La rotación de roles dentro de los equipos promueve la implicación de todo el alumnado y la comprensión desde distintas perspectivas (ejecutante, observador, ayudante...).

Se emplean recursos visuales, materiales reales y el Manual de Supervivencia Zombie como herramienta de consulta, lo que activa la autonomía y la responsabilidad del alumnado. Además, se integra el principio de gamificación mediante la asignación de puntos en cada estación según la ejecución técnica, actitud y colaboración.

La sesión responde al Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) al ofrecer distintas formas de participación, apoyos visuales y flexibilidad en la ejecución según el nivel del alumnado.

Estilo Enseñanza: Asignación de tareas + Estilo en estaciones

Modelo pedagógico, metodología activa: Aprendizaje basado en tareas + Gamificación + Aprendizaje cooperativo

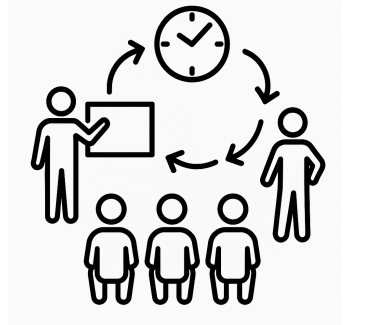
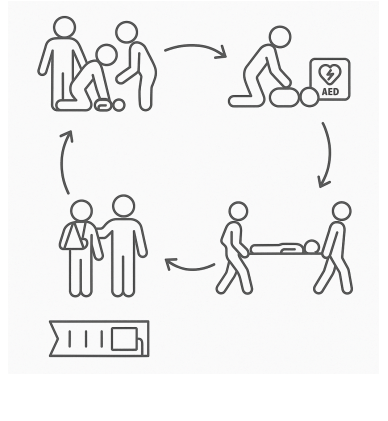

Estrategia: Analítica por estaciones

Agrupación de los alumnos/as: Equipos cooperativos estables de 4-5 alumnos/as

Posición Profesor: Uno por estación

Tipo Feedback: Verbal, inmediato, entre iguales y técnico-observacional.

Parte	Descripción	Descripción gráfica	<u>Min.</u>
-------	-------------	---------------------	-------------

Calentamiento	<p>Explicación breve de la dinámica por estaciones: tiempos, rotación, roles.</p> <p>Introducción narrativa: “Estáis a punto de entrar en la zona de entrenamiento técnico. Cada estación os prepara para afrontar misiones reales.”</p> <p>Movilidad articular general para preparar brazos, cuello y zona dorsal.</p>		5 min
Parte principal	<p>4 estaciones de 10 minutos cada una → práctica y rotación entre:</p> <ul style="list-style-type: none"> RCP en bebé Uso del DEA Traslado de heridos Colocación de cabestrillos <p>Entrega del Manual de Supervivencia Zombie, explicación de su uso, anotación inicial en la bitácora sobre lo aprendido.</p>		40 min 5 min
V. Calma	<p>Recogida y valoración grupal de la sesión: qué maniobra costó más, cuál gustó más, para qué sirve cada una.</p> <p>Anticipación de la sesión 5: “El próximo día empieza vuestra primera misión real: tendréis que actuar ante víctimas en estado crítico.”</p>	 <p>Recogida y valoración grupal</p>	5 min
<p>Actividades de Refuerzo:</p> <p>Carteles de apoyo visual en cada estación: con imágenes paso a paso o pictogramas simplificados de la maniobra correspondiente.</p> <p>Apoyo entre iguales: los alumnos con mayor destreza asumen rol de guía o ayudante para compañeros con dificultades.</p> <p>Ficha estructurada de observación: con casillas simples para marcar si el compañero ha realizado correctamente cada fase.</p> <p>Práctica con adaptación: en caso necesario, permitir repetir solo una parte de la maniobra (ej. solo colocación de manos en RCP bebé, sin compresiones).</p> <p>Actividades de Ampliación:</p> <p>Reto de tiempo y precisión: en cada estación, se otorgan puntos extra a quienes completen correctamente la maniobra en menos tiempo, sin sacrificar calidad.</p> <p>Evaluación cruzada por equipos: cada grupo observa y valora la ejecución de otro grupo en una estación, usando rúbrica detallada.</p> <p>Ampliación del manual: algunos alumnos pueden proponer mejoras o nuevas secciones prácticas para el Manual de Supervivencia Zombie.</p> <p>Coordinación de estación: un alumno actúa como “líder de estación”, leyendo las instrucciones, controlando tiempos y registrando observaciones.</p> <p>Observaciones:</p> <p>Es posible hacer esta clase con varios grupos simultáneamente para garantizar profesores en las estaciones.</p> <p>Es importante controlar los tiempos con precisión para que todos los equipos pasen por las 4 estaciones sin prisas.</p> <p>Algunas maniobras (como el uso del DEA o traslado de heridos) requieren más espacio o supervisión activa del docente.</p>			

Conviene reforzar verbalmente los criterios de seguridad en cada estación antes de iniciar la práctica.
 Si algún alumno/a presenta dificultades motoras, puede mantenerse como observador con funciones activas (cronometrar, anotar, guiar).
 Entregar el manual al final refuerza la sensación de avance en el proceso narrativo y permite preparar mejor la sesión 5 (misión).

Título Unidad de Programación: Proyecto Zombie AID

Sesión nº: 5 /10 **Curso:** 1º BACH **Trimestre:** Tercero

Nombre de la Sesión: Primera misión. Simulacro de campo y diagnóstico de emergencias

Duración: 55 **Tipo Sesión:** Evaluativa

Instalaciones: Pabellón

Material:

Manual de Supervivencia Zombie (impreso o digital)
 Tarjetas o fichas de situaciones simuladas (ej. golpe de calor, ictus, OVACE, infarto...)
 Cronómetro o reloj visible para medir tiempo de intervención
 Vendajes, mantas, camisetas, pañuelos u otros elementos para improvisar asistencia
 Bitácora del superviviente
 Hoja de puntuación o rúbrica simplificada (para observadores o docente)
 Espacio amplio dividido en zonas (cada pareja actúa en su “escenario”)
 Sistema de puntuación o “logros” para reforzar el componente gamificado

Nº Alumnos/as: Todos

Objetivos didácticos de la sesión:

1. Aplicar los conocimientos adquiridos en un contexto simulado, diagnosticando correctamente una emergencia y ejecutando los primeros auxilios adecuados.
2. Desarrollar la autonomía y la capacidad de toma de decisiones rápidas, utilizando como guía el Manual de Supervivencia Zombie.
3. Participar activamente en un simulacro cooperativo, respetando los roles asignados (víctima-rescatador) y colaborando en el diagnóstico y la actuación.
4. Demostrar actitudes de responsabilidad, respeto y empatía, tanto durante el juego de roles como en la intervención técnica.
5. Registrar la experiencia vivida en la bitácora, reflexionando sobre aciertos, errores y aprendizajes personales.

Saberes básicos desarrollados:

Bloque 1 – Condición física y salud

Aplicación funcional de primeros auxilios: identificación de síntomas, actuación segura y eficaz.

Toma de decisiones autónoma ante situaciones de emergencia simulada.

Uso del Manual como herramienta de consulta en intervención asistencial.

Bloque 2 – Habilidades motrices

Coordinación y control del cuerpo en situaciones de tensión simulada.

Resolución de tareas físicas relacionadas con la asistencia a la víctima (posición, estabilización, control postural).

Adaptación técnica al tipo de víctima y situación.

Bloque 3 – Conductas activas y saludables

Participación activa, responsable y cooperativa.

Desarrollo de la empatía en el juego de roles.


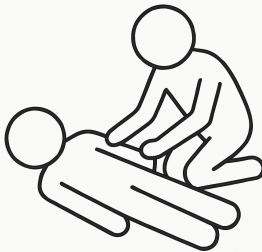

Reflexión crítica sobre la actuación realizada (bitácora como herramienta metacognitiva).

Justificación de la Metodología:

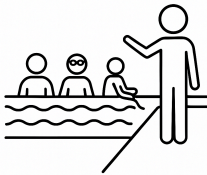


Aprendizaje experiencial mediante la simulación de una situación realista. A través de un role-playing cooperativo, el alumnado asume el doble rol de víctima y rescatador, aplicando lo aprendido en contextos funcionales que imitan la realidad con elementos narrativos.

Se trata de una metodología activa basada en el reto, donde se les plantea un escenario inesperado al que deben responder aplicando conocimientos previos, habilidades motrices y actitudes personales. La intervención se realiza con el Manual de Supervivencia Zombie como apoyo, lo que promueve la toma de decisiones autónoma y el uso de recursos externos.

La actividad se organiza en parejas dentro de un entorno controlado, con supervisión docente. El DUA se aplica facilitando diferentes formas de participar (acción directa, apoyo, guía visual), permitiendo que cada alumno/a acceda y exprese sus aprendizajes según sus capacidades.

El componente gamificado continúa presente: los grupos pueden ganar puntos en el leaderboard en función de su desempeño, cooperación y calidad de la intervención.			
Estilo Enseñanza: Simulación + Enseñanza recíproca			
Modelo pedagógico, metodología activa: Aprendizaje basado en retos + Role-playing + Gamificación narrativa			
Estrategia: Global–funcional			
Agrupación de los alumnos/as: Trabajo en parejas rotativas dentro del equipo			
Posición Profesor: Libre Tipo Feedback: Verbal, inmediato, reflexivo y entre iguales.			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	<u>Min.</u>
Calentamiento	Presentación narrativa del escenario: “El ejército ha despejado la zona. Os toca intervenir y salvar a los civiles heridos.” Revisión rápida en pareja del Manual de Supervivencia Zombie para recordar síntomas clave.		5 min
Parte principal	Entrega de tarjetas con situaciones de emergencia (cada pareja recibe una al azar y se organiza). Desarrollo del simulacro: una pareja actúa (víctima–rescatador), el resto del grupo observa o espera su turno rotando. Puesta en común rápida: cada pareja explica cómo actuó, qué síntomas identificó y cómo resolvió la situación.		10 min 25 min 10 min
V. Calma	Reflexión guiada en gran grupo: qué han aprendido, qué fue difícil, cómo se sintieron en los roles. Anotación individual en la bitácora: qué harían diferente la próxima vez, valoración de su desempeño.	REFLEXIÓN GUIADA 	5 min
Actividades de Refuerzo: Guía de actuación rápida con síntomas clave y actuación recomendada en cada caso, a contrastar durante la intervención. Parejas heterogéneas: los alumnos con más dificultades trabajan con compañeros más experimentados que los apoyen durante el diagnóstico. Simulación simplificada: si una situación es muy compleja, se puede acotar el número de síntomas o pasos a ejecutar. Bitácora guiada: plantilla con preguntas concretas para ayudar a registrar la experiencia (¿Qué ocurrió? ¿Qué hiciste? ¿Qué cambiarías?).			
Actividades de Ampliación: Creación de una nueva situación simulada: los alumnos con mayor dominio inventan un nuevo caso de emergencia, lo redactan y lo representan. Explicación técnica oral al grupo: tras su intervención, explican los pasos seguidos y el porqué de cada decisión. Autoevaluación crítica: usan una rúbrica detallada para valorar su actuación, más allá de lo básico. Toma de decisiones bajo presión: se introduce una condición extra (ej. “sólo tienes 1 minuto para actuar”) para añadir dificultad.			
Observaciones: Conviene establecer normas claras antes de empezar para que los simulacros se desarrollen con realismo pero sin teatralizar en exceso. El docente debe rotar entre parejas observando su actuación, apoyando a los que se bloqueen y moderando la intensidad emocional. Si el grupo es numeroso, puede hacerse el simulacro en paralelo (varias parejas actuando a la vez en distintas zonas). Esta sesión permite detectar quién necesita reforzar contenidos antes de pasar a la parte acuática de la unidad. Es clave que la evaluación se centre no solo en la técnica, sino también en la actitud, comunicación y toma de decisiones.			

Título Unidad de Programación: Proyecto Zombie AID Sesión nº: 6 / 10 Curso: 1º BACH Trimestre: Tercero
Nombre de la Sesión: Misión acuática I. Rescate en el lago Duración: 55 Tipo Sesión: Desarrollo
Instalaciones: Piscina Material: Piscina cubierta (mínimo 25 m) Maniqués flotantes o compañeros que simulan ser víctimas Paneles visuales con instrucciones básicas (entrada, flotación, aproximación) Reloj o cronómetro visible Fichas de observación entre iguales o del docente (opcional) Material de flotación auxiliar (tablas, churros, si se considera necesario para adaptar la práctica) Bitácora del superviviente (registro tras la sesión o en aula) Nº Alumnos/as: todos
Objetivos didácticos de la sesión: <ol style="list-style-type: none"> 1. ejecutar de forma segura la entrada al agua y la flotación básica, siguiendo normas establecidas para contextos de salvamento. 2. Realizar aproximaciones a una víctima consciente en superficie, utilizando las técnicas de acercamiento sin contacto. 3. Respetar las normas de seguridad en entorno acuático controlado, reconociendo riesgos y actuando con prudencia. 4. Colaborar en equipo para organizar las intervenciones, asumiendo roles específicos dentro del grupo. 5. Vincular el escenario narrativo al trabajo físico, comprendiendo la utilidad de las técnicas dentro de la narrativa zombie.
Saberes básicos desarrollados: <i>Bloque 1 – Condición física y salud</i> Conductas seguras en medios acuáticos. Normas de entrada al agua y flotación. Identificación de riesgos en entorno acuático simulado. Prevención de accidentes en contexto recreativo y asistencial. <i>Bloque 2 – Habilidades motrices</i> Control corporal en el agua: flotación, equilibrio y desplazamiento. Aproximación sin contacto a víctima consciente en superficie. Coordinación en desplazamientos acuáticos con autocontrol. <i>Bloque 3 – Conductas activas y saludables</i> Trabajo cooperativo en medios acuáticos. Asunción de normas y roles en situaciones prácticas Relación entre actividad física, salud y seguridad en el agua.
Justificación de la Metodología: Metodología vivencial y funcional, enmarcada en el contexto narrativo del apocalipsis zombie. El alumnado aplica conocimientos previos en un medio nuevo (acuático), desarrollando habilidades motrices específicas relacionadas con el salvamento y la seguridad. Se utiliza una aproximación inductiva: primero se introduce el contexto ficticio (zona contaminada, lago con posibles víctimas), y después se entrena la flotación, entrada al agua y acercamiento a víctimas en superficie. Estas prácticas se organizan en equipos, lo que permite reforzar la cooperación, el trabajo por turnos, la observación entre iguales y la rotación de roles. Se respeta el enfoque del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) mediante apoyos visuales, instrucciones verbales claras, demostraciones prácticas y opciones para participar en función del nivel. La narrativa refuerza la motivación y da coherencia a la progresión didáctica.
Estilo Enseñanza: Asignación de tareas + Enseñanza mediante la práctica guiada Modelo pedagógico, metodología activa: Aprendizaje experiencial + Gamificación + Aprendizaje cooperativo Estrategia: Global-funcional Agrupación de los alumnos/as: Equipos cooperativos estables (4–5 alumnos/as)
Posición Profesor: Borde de la piscina Tipo Feedback: Verbal, inmediato, visual

Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	Narrativa inicial: “La central nuclear cercana ha estallado. Debéis explorar el lago en busca de posibles supervivientes.” Breve repaso de normas de seguridad en la piscina.		5 min
Parte principal	Entrada al agua: desde el borde, con técnica segura y sin salpicaduras. Ejercicio de flotación básica: individual y en parejas (en posición dorsal). Aproximación a víctima consciente: ensayo de técnicas por delante, de costado y por detrás sin contacto directo. Rotación de roles: ejecutante, víctima simulada y observador.		25-30
V. Calma	Salida del agua y breve estiramiento en seco. Cierre narrativo: “Habéis superado vuestra primera incursión. Pronto llegarán nuevas misiones.” Anotación en la bitácora posterior, al volver al aula o mediante Clickedu		5 min

Actividades de Refuerzo:

Apoyo visual desde el borde: carteles con imágenes secuenciadas de las técnicas básicas (entrada, flotación, aproximación).

Demostración individualizada: el docente repite la técnica para los alumnos que lo necesiten antes de ejecutarla.

Uso de material auxiliar: tablas o churros para facilitar la flotación a quienes tienen inseguridad en el agua.

Rol de observador activo: si un alumno no puede entrar al agua (por motivos médicos o ansiedad), puede asumir el rol de cronometraje y análisis técnico.

Actividades de Ampliación:

Práctica sin material de ayuda: alumnos con mayor control ejecutan las técnicas con mayor fluidez y sin flotadores.

Aproximación bajo condiciones cambiantes: el docente introduce variantes narrativas (“la víctima se mueve”, “cambia de posición”) para adaptar la actuación.

Evaluación técnica entre iguales: usando una rúbrica breve, los alumnos observan y valoran a sus compañeros.

Propuesta de mejora colectiva: al final, el grupo propone entre todos una “técnica zombie” propia para añadir a futuras misiones (creación gamificada).

Observaciones:

Nótese que de los 55 min de la clase, los primeros 10 son para cambiarse, y se deben dejar otros 10 al final para ducharse y cambiarse, por lo que el tiempo efectivo es de apenas 25 min.

Es esencial controlar el tiempo en vestuarios y acceso a piscina para garantizar al menos 25 minutos efectivos de práctica. Algunos alumnos pueden mostrar inseguridad al entrar al agua: es clave reforzar la confianza y ofrecer material de apoyo si lo requieren.




La seguridad en el entorno acuático debe ser prioritaria: el docente debe vigilar constantemente y tener un silbato o señal clara de aviso.

Esta sesión marca el inicio del bloque de salvamento: conviene reforzar la narrativa para mantener alta la motivación.


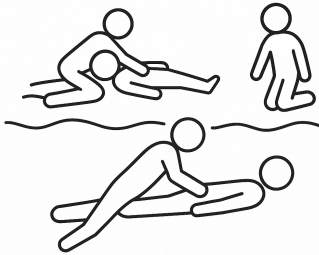

Al finalizar, se recomienda registrar observaciones del docente sobre participación, autonomía en el medio y cooperación.

Título Unidad de Programación:	Proyecto Zombie AID
Sesión nº: 7/10	Curso: Trimestre: Tercero
Nombre de la Sesión: Misión acuática II. Rescate contrarreloj y Heimlich bajo presión	
Duración: 55	Tipo Sesión: Desarrollo


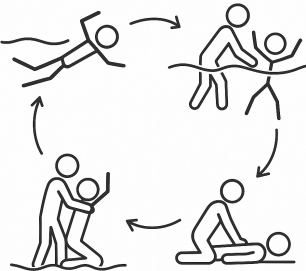

Instalaciones: Piscina Material: Piscina cubierta con al menos 25 m de largo Maniqués flotantes o compañeros/as como víctimas simuladas Obstáculos flotantes (tablas, churros, conos, cuerdas) colocados en el agua para el reto Cronómetro o reloj visible (para medir el tiempo de rescate) Carteles visuales con técnica de tracción y Heimlich acuático Silbato o señal sonora para marcar el inicio/fin de la misión Bitácora del superviviente (anotaciones al final) Rúbrica de observación técnica (docente u observador) Nº Alumnos/as:			
Objetivos didácticos de la sesión: <ol style="list-style-type: none"> 1. Ejecutar correctamente técnicas de sujeción, transporte y tracción al borde con víctima consciente o inconsciente en entorno acuático. 2. Realizar la maniobra de Heimlich acuática en situaciones simuladas, respetando las normas de seguridad. 3. Aplicar la técnica de salvamento acuático superando obstáculos, desarrollando control postural y coordinación. 4. Colaborar con el equipo para ejecutar un rescate en tiempo limitado, reforzando la cooperación bajo presión. 5. Mantener el enfoque narrativo y la motivación, integrando el componente lúdico-zombie como contexto de reto. 			
Saberes básicos desarrollados: <i>Bloque 1 – Condición física y salud</i> Técnicas de sujeción y transporte en el agua. Maniobra de Heimlich en entorno acuático. Reglas de seguridad en rescates acuáticos bajo presión. Reconocimiento de señales de atragantamiento y actuación urgente. <i>Bloque 2 – Habilidades motrices</i> Control corporal en agua profunda con carga (arrastre de víctima). Coordinación y fuerza para la tracción al borde. Adaptación motriz a obstáculos y situaciones cambiantes. <i>Bloque 3 – Conductas activas y saludables</i> Trabajo cooperativo en medio acuático. Gestión emocional en contextos simulados de presión. Actitud de ayuda, implicación y esfuerzo en misiones cooperativas.			
Justificación de la Metodología: Metodología activa y experiencial, donde el alumnado vivencia una situación de salvamento acuático con dificultad creciente. Se introducen técnicas más exigentes (tracción al borde, Heimlich en agua, obstáculos) que requieren concentración, control corporal y cooperación. La sesión mantiene el enfoque de aprendizaje basado en retos, ya que los alumnos deben realizar las tareas bajo condiciones simuladas de presión (competencia contra el tiempo o con obstáculos/zombis), lo que incrementa la motivación y reproduce situaciones próximas a la realidad. Se mantiene la lógica de la gamificación narrativa, ya que la situación se presenta como una misión contrarreloj en un entorno amenazante (zombis cruzando la piscina). Esto refuerza el compromiso y la implicación del alumnado, dándole sentido a la acción motriz. El enfoque cooperativo continúa presente mediante la rotación de roles y la responsabilidad compartida. Se aplica el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) ofreciendo apoyos visuales, opciones de participación según el nivel, y retroalimentación adaptada.			
Estilo Enseñanza: Resolución de problemas + Práctica guiada + Estilo recíproco Modelo pedagógico, metodología activa: Aprendizaje basado en retos + Gamificación narrativa + Aprendizaje cooperativo Estrategia: Global–funcional Agrupación de los alumnos/as: Trabajo en parejas o tríos dentro del equipo cooperativo			
Posición Profesor: Borde de la piscina Tipo Feedback: Verbal, inmediato, entre iguales y con cronometraje como indicador de desempeño.			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.

Calentamiento	Narrativa: “Los zombis han invadido el otro extremo del canal. Debéis llegar antes que ellos y salvar a los civiles atrapados.” Breve explicación técnica con demostración (tracción, Heimlich, obstáculos). Movilidad articular en seco (hombros, brazos, cuello).		5
Parte principal	Circuito gamificado en piscina (25 m): Entrada al agua → aproximación rápida → sujeción → tracción al borde → Heimlich (si procede). Obstáculos colocados en el agua para añadir dificultad. Reto contrarreloj: los zombis (otros compañeros) avanzan desde el otro lado de la piscina. Rotación de roles en cada intento (socorrista, víctima, observador). El docente cronometra y otorga puntos según técnica, seguridad y cooperación.		25
V. Calma	Salida del agua, estiramientos suaves en seco. Reflexión guiada en círculo o recogida de impresiones: “¿Qué técnica costó más? ¿Cómo os habéis sentido bajo presión?” Bitácora: anotación de la experiencia y autovaloración en Clickedu o papel.		5
<p>Actividades de Refuerzo: Demostración técnica previa extra: para alumnos con dificultades, se repiten los pasos clave antes de entrar al agua (tracción, Heimlich). Eliminación parcial de obstáculos: si la carga técnica es alta, se reduce el número de elementos en el circuito. Uso de material de apoyo: churros o tablas para ayudar en el transporte si hay inseguridad en el agua. Refuerzo verbal continuo: indicaciones directas desde el borde por parte del docente u observador durante la ejecución.</p> <p>Actividades de Ampliación: Rescate en parejas coordinadas: dos socorristas cooperan para llevar una víctima, repartiendo tareas (sujeción, dirección, seguridad). Mayor presión narrativa: reducción de tiempo disponible o aparición sorpresa de nuevos “zombis”. Evaluación avanzada entre iguales: uso de rúbrica detallada para observar ejecución técnica, calma y coordinación. Diseño de variantes del reto: los alumnos proponen cambios en el circuito o en el rol de los zombis que aumenten la dificultad o realismo.</p>			
<p>Observaciones: Nótese que de los 55 min de la clase, los primeros 10 son para cambiarse, y se deben dejar otros 10 al final para ducharse y cambiarse, por lo que el tiempo efectivo es de apenas 25 min. Es fundamental garantizar la seguridad durante las maniobras: evitar saltos bruscos, golpes y sobreesfuerzos. El docente debe controlar el ritmo del circuito y ajustar la presión narrativa según el grupo (puede motivar o bloquear). La rotación de roles debe organizarse con claridad para que todos practiquen y colaboren. En grupos con menor habilidad acuática, puede priorizarse la ejecución técnica frente a la velocidad. Esta sesión permite detectar fortalezas y aspectos a reforzar antes del gran simulacro final.</p>			




Título Unidad de Programación:	Proyecto Zombie AID
Sesión nº: 8 / 10	Curso: 1º BACH Trimestre: Tercero
Nombre de la Sesión:	Misión acuática III. Simulacro intermedio con rescate colaborativo
Duración: 55	Tipo Sesión: Evaluativa
Instalaciones:	Piscina
Material:	Piscina cubierta con espacio para varios grupos trabajando en paralelo Materiales improvisados: camisetas, toallas, palos de escoba, tablas, churros, mochilas... Maniqués o compañeros que simulen víctimas Rúbrica de observación para el docente y/o los observadores de cada equipo Silbato o señal sonora para marcar inicios y finales de intervención Bitácora del superviviente Reloj o cronómetro visible Elementos narrativos (audio de alarma, voces de "militares", ambientación sencilla si se desea)
Nº Alumnos/as:	Todos
Objetivos didácticos de la sesión:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar un rescate acuático utilizando materiales no convencionales o improvisados, adaptando la técnica a los recursos disponibles. 2. Organizar y coordinar un rescate grupal mediante rotación de roles (rescatador, delegado de seguridad, controlador de tiempos...). 3. Observar, analizar y mejorar la actuación del equipo, promoviendo la reflexión cooperativa. 4. Actuar con rapidez y eficacia ante una simulación realista, respetando las normas de seguridad y comunicación grupal. 5. Integrar la narrativa lúdica como detonante motivacional, reforzando la implicación y sentido de pertenencia al grupo de "cadetes".
Saberes básicos desarrollados:	<p><i>Bloque 1 – Condición física y salud</i> Técnicas de rescate adaptadas a recursos disponibles. Seguridad en el uso de materiales improvisados en medios acuáticos. Comunicación y actuación en situaciones de emergencia simulada.</p> <p><i>Bloque 2 – Habilidades motrices</i> Control corporal en el agua con carga, flotación asistida, trabajo coordinado. Resolución motriz ante obstáculos y condiciones cambiantes. Uso creativo del material y adaptación técnica.</p> <p><i>Bloque 3 – Conductas activas y saludables</i> Cooperación por roles (rescatador, delegado de seguridad, observador). Gestión emocional en simulacros de presión. Participación inclusiva y corresponsable en la ejecución grupal.</p>
Justificación de la Metodología:	<p>Metodología vivencial, cooperativa y gamificada, con un enfoque centrado en la resolución creativa de problemas reales simulados. El alumnado se enfrenta a un desafío práctico en condiciones poco convencionales, lo que activa tanto habilidades físicas como estratégicas.</p> <p>El uso de materiales improvisados promueve la transferencia del aprendizaje a situaciones reales imprevistas, mientras que la rotación de roles fomenta la inclusión y el desarrollo de competencias diversas. Cada alumno asume una responsabilidad concreta: rescatador, observador, delegado de seguridad o coordinador de tiempo, lo que refuerza la implicación y la autoorganización.</p> <p>La narrativa sigue cumpliendo un papel clave: se simula una intervención urgente en un entorno hostil, lo que eleva el compromiso y genera una conexión emocional con la tarea. El enfoque sigue el modelo de aprendizaje cooperativo + aprendizaje basado en retos, integrando principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) mediante múltiples formas de participación, roles adaptables y evaluación flexible.</p>
Estilo Enseñanza:	Asignación de tareas
Modelo pedagógico, metodología activa:	Aprendizaje basado en retos + Aprendizaje cooperativo + Gamificación
Estrategia:	Global funcional
Agrupación de los alumnos/as:	Trabajo en equipos cooperativos

Posición Profesor: Borde de la piscina Tipo Feedback: Verbal, inmediato, reflexivo			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	Ambientación narrativa: suena una alarma, el profesorado aparece caracterizado como personal militar dando instrucciones de emergencia. Reparto rápido de roles en cada equipo (rescatador, delegado de seguridad, observador, coordinador de tiempo).		5
Parte principal	Simulacro completo de rescate acuático con materiales improvisados. La víctima (compañero o maniquí) se encuentra flotando o semisumergida. El equipo organiza el rescate con los recursos disponibles. Se ejecuta entrada al agua, traslado con material, tracción y asistencia básica. Observadores internos del grupo completan rúbricas simples. Se realiza un rescate por grupo mientras otros observan, rotando por turnos si el tiempo lo permite.		25
V. Calma	Recogida de materiales, estiramientos breves fuera del agua. Cierre narrativo y reflexión rápida: “¿Qué funcionó bien? ¿Qué haríamos diferente en la próxima misión?” Anotación en la bitácora al volver al aula o subida de reflexión breve a Clickedu.		5
<p>Actividades de Refuerzo: Guía visual de apoyo por roles: pequeños carteles plastificados con instrucciones claras para cada rol del grupo. Demostración técnica adaptada: el docente repite la técnica clave (sujeción, flotación, transporte) con alumnos que lo necesiten antes del simulacro. Uso de materiales más estables: se permite emplear churros o tablas si el alumno muestra inseguridad con elementos improvisados. Adaptación de la tarea: si el rescate completo es muy exigente, el alumno puede encargarse solo de una parte (por ejemplo, la observación o el acompañamiento).</p> <p>Actividades de Ampliación: Diseño de rescate alternativo: los alumnos con mayor dominio inventan una nueva forma de usar el material improvisado de forma creativa y eficaz. Liderazgo de equipo: pueden asumir el rol de coordinador completo, gestionando la planificación, tiempos y evaluación del grupo. Desafío de evaluación cruzada: además de observar a su grupo, evalúan a otro equipo y comparan procedimientos. Propuesta de mejora del manual: tras la sesión, redactan una sección nueva para el Manual de Supervivencia Zombie, explicando cómo improvisar un rescate con lo aprendido.</p>			
<p>Observaciones: Es clave definir bien los roles desde el inicio y asegurar que todos los alumnos/as entienden su función antes de entrar al agua. El docente debe controlar de cerca el uso del material improvisado para garantizar la seguridad. Si hay grupos numerosos, puede realizarse el simulacro en turnos o dividir la piscina por zonas. Conviene grabar breves fragmentos en vídeo (si es viable y con consentimiento) para reflexionar después en clase. El componente narrativo (alarma, militares, urgencia) refuerza el clima inmersivo y eleva la implicación del grupo.</p>			

Título Unidad de Programación: Proyecto Zombie AID Sesión nº: 9 /10 Curso: 1º BACH Trimestre: Tercero
Nombre de la Sesión: Misión acuática final. Rescate completo con múltiples víctimas Duración: 55 Tipo Sesión: Evaluativa
Instalaciones: Piscina Material: Piscina cubierta (25 m mínimo) Maniqués o compañeros simulando víctimas (una consciente, otra inconsciente) Cronómetro o reloj visible Rúbricas de evaluación por parte del docente (y opcionalmente del equipo) Bitácora del superviviente Silbato o señal sonora para marcar inicio/fin de la misión Carteles visuales de repaso (protocolo de RCP, secuencia de rescate) Elementos narrativos opcionales: música, luces o voz que simule el cierre de la operación (para potenciar la narrativa) Nº Alumnos/as: todos
Objetivos didácticos de la sesión: <ol style="list-style-type: none"> 1. Aplicar de forma integrada las técnicas acuáticas aprendidas (entrada, aproximación, sujeción, tracción, reanimación en el borde). 2. Resolver situaciones de emergencia con múltiples víctimas, diferenciando la intervención según su estado (consciente/inconsciente). 3. Coordinarse como equipo en un simulacro de alta exigencia técnica y emocional, con reparto de funciones claro. 4. Demostrar seguridad, eficacia y actitud cooperativa en un entorno realista y bajo presión narrativa. 5. Reflexionar sobre la experiencia vivida y reconocer los progresos individuales y colectivos en la bitácora final.
Saberes básicos desarrollados: <i>Bloque 1 – Condición física y salud</i> Aplicación completa de técnicas de salvamento: entrada, flotación, sujeción, tracción, RCP en el borde. Reconocimiento y diferenciación de tipos de víctimas (consciente/inconsciente). Intervención en escenarios complejos, con atención a la seguridad y la priorización. <i>Bloque 2 – Habilidades motrices</i> Coordinación de acciones encadenadas en el medio acuático. Precisión técnica en la ejecución de maniobras bajo presión. Toma de decisiones rápidas y eficaces en situación simulada. <i>Bloque 3 – Conductas activas y saludables</i> Responsabilidad individual y grupal durante la actuación. Cooperación efectiva y comunicación entre compañeros/as. Evaluación personal y del equipo mediante la reflexión final.
Justificación de la Metodología: Esta sesión cierra el bloque acuático mediante una evaluación práctica global que integra todo lo aprendido a lo largo de la unidad. La dinámica se apoya en el aprendizaje basado en retos, presentando una situación límite con múltiples víctimas que requiere coordinación, toma de decisiones y aplicación técnica completa. Se mantiene el enfoque de aprendizaje cooperativo, ya que los alumnos deben organizarse en grupos, repartir funciones y ayudarse mutuamente en la ejecución de la misión. Además, el componente narrativo (última operación antes del fin del apocalipsis) potencia la implicación emocional, el esfuerzo colectivo y la motivación. La evaluación se realiza de forma formativa y sumativa: el profesor observa el desempeño de cada grupo con una rúbrica, se promueve la autorreflexión mediante la bitácora y se valora el proceso tanto como el resultado. También se aplican los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) al ofrecer múltiples formas de participación, apoyo visual y rol adaptado según necesidad.
Estilo Enseñanza: Resolución de problemas + Estilo recíproco con autonomía guiada Modelo pedagógico, metodología activa: Aprendizaje basado en retos + Gamificación narrativa + Evaluación auténtica Estrategia: Global–funcional e integradora Agrupación de los alumnos/as: Grupos cooperativos
Posición Profesor: Borde de la piscina Tipo Feedback: Verbal, inmediato, evaluativo y reflexivo.

Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.
Calentamiento	Ambientación narrativa: “La última operación. El destino de los supervivientes depende de vosotros.” Revisión rápida en equipo del procedimiento completo (entrada, rescate, tracción, RCP).		5
Parte principal	Rescate acuático por grupos: dos víctimas (una consciente, una inconsciente) deben ser salvadas siguiendo el protocolo completo. Entrada al agua → aproximación → sujeción → tracción → aplicación de RCP en el borde si procede. Evaluación por parte del docente con rúbrica. Si el tiempo lo permite, se rota para que cada alumno practique o al menos participe en diferentes funciones.		25
V. Calma	Salida del agua, estiramientos suaves. Cierre narrativo y emocional: “Operación completada. Cadetes, sois oficialmente parte del escuadrón de rescate.” Anotación reflexiva en la bitácora sobre el progreso, lo aprendido y cómo se sintieron.		5
<p>Actividades de Refuerzo: Checklist visual rápida del procedimiento disponible en el borde de la piscina (pasos clave del rescate). Asignación de rol específico menos técnico (ej. cronómetro, narrador o ayudante fuera del agua) si algún alumno necesita apoyo o adaptación. Práctica parcial previa del punto crítico (solo entrada, o solo tracción) antes del simulacro, si hay tiempo. Apoyo verbal individual del docente durante la ejecución para orientar en tiempo real.</p> <p>Actividades de Ampliación: Rescate con variantes inesperadas: el docente modifica la posición o el estado de la víctima a mitad de misión (ej. se vuelve inconsciente). Diseño de su propia misión final: los alumnos de mayor nivel crean un mini-simulacro para otro grupo, actuando como “evaluadores” o instructores. Autoevaluación avanzada con rúbrica extendida, diferenciando aspectos técnicos, actitudinales y de equipo. Coordinación total de equipo: uno de los alumnos dirige toda la operación, distribuye roles y gestiona tiempos sin intervención del docente.</p>			
<p>Observaciones: Es importante asegurar que todos los miembros del grupo participen activamente en algún rol durante el simulacro. El docente debe supervisar con especial atención la ejecución de la RCP en el borde, evitando errores críticos. La narrativa final debe reforzar la emocionalidad y la percepción de logro: sirve como cierre simbólico de la unidad. Esta sesión es ideal para realizar una grabación (si es posible y con permiso) que permita análisis posterior o incluso servir como producto final. La reflexión escrita o digital debe recoger progresos, sensaciones y sugerencias, sirviendo como parte de la evaluación global.</p>			

Título Unidad de Programación: Proyecto Zombie AID			
Sesión nº: 10 10/ Curso: 1ºBACH Trimestre: tercero			
Nombre de la Sesión:	Cierre	Duración:	Tipo Sesión: Final
Instalaciones: aula			
Material:			
Bitácora del superviviente (rellenada durante las sesiones anteriores)			
Rúbrica de autoevaluación (individual)			
Rúbrica de coevaluación o evaluación del equipo (opcional)			
Plantillas o material para diseñar el “Plan de supervivencia” (cartulinas, folios, rotuladores, ordenador o tablet si se hace digital)			
Proyector o pizarra digital para exposiciones (si se presentan digitalmente)			
Diplomas, insignias o reconocimientos simbólicos personalizados (Gamificación)			
Móvil o cámara (si se quiere registrar el momento del cierre)			
Nº Alumnos/as: los que hayan asistido			
Objetivos didácticos de la sesión:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Reflexionar sobre los aprendizajes adquiridos durante la unidad, tanto en lo técnico como en lo actitudinal. 2. Valorar el trabajo cooperativo realizado por el grupo, reconociendo fortalezas, debilidades y progresos. 3. Exponer un “plan de supervivencia” final, presentando lo aprendido de forma creativa y estructurada. 4. Participar en una autoevaluación honesta, reconociendo el propio esfuerzo, implicación y evolución. 5. Culminar el proceso formativo con un cierre lúdico y simbólico, que refuerce la motivación y el sentido de logro. 			
Saberes básicos desarrollados:			
<i>Bloque 1 – Condición física y salud</i>			
Evaluación del aprendizaje adquirido en primeros auxilios y socorrismo.			
Conexión entre actividad física, salud y prevención de riesgos.			
<i>Bloque 2 – Habilidades motrices</i>			
Valoración del progreso técnico y motriz personal a lo largo de la unidad.			
Reconocimiento de la mejora en coordinación, control postural y gestión de situaciones simuladas.			
<i>Bloque 3 – Conductas activas y saludables</i>			
Autoevaluación y coevaluación responsable.			
Participación en dinámicas cooperativas reflexivas.			
Expresión de ideas, emociones y aprendizajes en formato oral o escrito.			
Reconocimiento del trabajo de los demás y actitud constructiva.			
Justificación de la Metodología:			
Cierre reflexivo y evaluativo de toda la unidad didáctica. A través de dinámicas cooperativas, autoevaluación y expresión oral, el alumnado integra los aprendizajes adquiridos desde una perspectiva personal, técnica y emocional.			
Se utiliza una metodología activa basada en la metacognición, promoviendo que los alumnos reconozcan lo que han aprendido, cómo han evolucionado, y qué les ha resultado más significativo. El hilo narrativo continúa presente como herramienta de motivación: se concluye el entrenamiento del escuadrón de rescate y se celebra su éxito.			
Se aplican principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) ofreciendo diversas formas de representación, expresión y participación (presentaciones orales, bitácora, debate, entrega de diplomas). La evaluación final se concibe como un proceso participativo, donde la voz del alumnado tiene un papel protagonista.			
Estilo Enseñanza: Estilo reflexivo + Debate dirigido + Enseñanza mediante presentación			
Modelo pedagógico, metodología activa: Evaluación auténtica + Aprendizaje cooperativo + Gamificación emocional			
Estrategia: Global Reflexiva			
Agrupación de los alumnos/as: Trabajo cooperativo en pequeños grupos + Puesta en común en gran grupo			
Posición Profesor: Al frente			
Tipo Feedback: Reflexivo, emocional, positivo y participativo.			
Parte	Descripción	Descripción gráfica	Min.

Calentamiento	Bienvenida al “acto de clausura” del Proyecto Zombie AID. Breve repaso de lo vivido: recordatorio emocional y narrativo. Explicación de la dinámica: exposición de planes, reflexión final y entrega de reconocimientos.		5-10
Parte principal	Presentación de planes de supervivencia -Cada grupo expone brevemente su “plan” o síntesis de aprendizajes (puede incluir ideas clave, anécdotas, frases o mensajes clave). -Se permite hacerlo en formato oral, visual, cartel, presentación digital o teatralización breve. Debate y reflexión compartida (10–15 min): -¿Qué fue lo más difícil? ¿Y lo más valioso? ¿Cómo nos sentimos durante el proyecto? -El docente plantea preguntas abiertas y recoge opiniones voluntarias. Autoevaluación individual + bitácora final -Cada alumno completa una rúbrica o ficha de reflexión sobre su participación, actitudes y aprendizajes clave. -Se puede complementar con una frase o mensaje personal final en la bitácora.		10-15 10-15 5-10
V. Calma	Entrega de diplomas o medallas gamificadas: “Rescatador legendario”, “Zombi más rápido”, “Equipo de élite”, etc. Agradecimiento por la participación, cierre narrativo: “La misión ha terminado... y habéis salvado a la humanidad.” (Opcional) Foto de grupo, aplauso final, música temática o proyección breve.		5-10

Actividades de Refuerzo:

Guía escrita o visual para estructurar la presentación: con preguntas orientadoras (¿Qué aprendí? ¿Qué me gustó más? ¿Qué me costó?). Participación alternativa no oral: el alumnado con dificultades para hablar en público puede entregar su reflexión por escrito o a través de un póster o viñeta. Apoyo de compañeros: posibilidad de exponer en grupo con roles distribuidos (lector, diseñador, portavoz), para evitar presión individual.

Rúbrica simplificada para la autoevaluación, con lenguaje claro y visual (caritas, iconos, escala Likert).

Actividades de Ampliación:

Exposición creativa libre: los alumnos con más iniciativa pueden presentar su “plan de supervivencia” en formato teatral, audiovisual o mediante storytelling. Propuesta de mejora del proyecto: reflexionan y redactan en grupo sugerencias para mejorar futuras ediciones de la unidad didáctica. Diseño de nuevos retos o mecánicas: los alumnos proponen una nueva misión zombie, un sistema de puntos alternativo o un nuevo rol gamificado. Reflexión intercompetencial: conectan lo aprendido con otras asignaturas (biología, ética, lengua) y explican cómo podrían aplicar esos saberes en otros contextos.

Observaciones:

Es importante crear un ambiente relajado, de confianza y celebración para facilitar la participación.

Se recomienda adaptar los tiempos de exposición según el tamaño del grupo y el formato elegido.

Es aconsejable guardar evidencia del trabajo final (fotos, grabaciones, presentaciones) como memoria del proyecto.

Esta sesión sirve también para observar aspectos actitudinales que complementan la evaluación técnica previa.

Puede proponerse una actividad final opcional vinculada a los ODS o a campañas reales de primeros auxilios, conectando la experiencia con la vida cotidiana.

3.5. Posible/s proyecto/s de innovación educativa realizado/s en el centro y beneficio/s del/de los mismos.

El centro educativo M. Peleteiro, en el que se contextualiza esta propuesta, ha mostrado, en los últimos años, una tendencia creciente hacia la integración de metodologías activas, especialmente aquellas relacionadas con el uso de las TIC, la gamificación y el aprendizaje basado en proyectos. Entre las iniciativas más destacables figuran las siguientes: La implementación de clickedu como plataforma de comunicación y gestión del aprendizaje, que permite una mayor autonomía del alumnado y un seguimiento más personalizado por parte del profesorado; La participación en programas de sostenibilidad y salud, con jornadas temáticas donde se trabajan de forma interdisciplinar contenidos vinculados a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS); El desarrollo de pequeños proyectos cooperativos en distintas materias, especialmente en áreas lingüísticas y científicas, donde el trabajo por competencias es prioritario.

En este contexto, la presente unidad didáctica, Proyecto Zombie AID, se enmarca como una propuesta innovadora que refuerza esta línea pedagógica. Su carácter interdisciplinar, el uso de una narrativa gamificada como eje metodológico, y la integración de contenidos relacionados con los primeros auxilios, el trabajo en equipo y el salvamento acuático, permiten no solo una aplicación significativa del currículo de Educación Física, sino también una conexión real con situaciones prácticas de la vida cotidiana. Además, esta propuesta contribuye a la construcción de una cultura de centro orientada al aprendizaje experiencial, al desarrollo de competencias clave y a la participación activa del alumnado en entornos educativos motivadores y funcionales.

4. CONCLUSIONES

4. CONCLUSIONES, LIMITACIONES, Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA:

a) Conclusiones.

En este apartado se reflexiona sobre el grado de cumplimiento de los objetivos propuestos en el presente Trabajo Fin de Máster, que giran en torno al diseño de una unidad didáctica de primeros auxilios basada en la gamificación, incluyendo el uso de la piscina como espacio educativo.

OG1. Se considera cumplido, dado que se ha presentado una unidad didáctica completa y contextualizada centrada en los primeros auxilios. Proyecto Zombie AID ha permitido integrar aprendizajes relativos a la actuación ante emergencias tanto en el ámbito terrestre como acuático, de forma estructurada, competencial y adaptada al nivel de primero de Bachillerato.

OG2. También se determina alcanzado, al haberse profundizado en la metodología de la gamificación desde una perspectiva práctica y aplicada. El diseño de misiones, el sistema de puntuación, la narrativa lúdica y el uso de insignias y recompensas permiten consolidar este enfoque como motor metodológico de la propuesta.

OE1. Se considera plenamente alcanzado, ya que la unidad didáctica ha integrado de forma sistemática y realista las instalaciones acuáticas del centro. A lo largo de las sesiones prácticas en piscina se han trabajado contenidos de flotación, aproximación, tracción, uso del DEA, y RCP, dentro de un contexto gamificado que respeta los tiempos reales de vestuario y seguridad.

OE2. También se da por cumplido, al haberse abordado en profundidad las principales medidas de actuación en caso de emergencia. Se han tratado contenidos como el protocolo PAS, maniobra de Heimlich, RCP, atención a OVACE, ictus, golpe de calor, intoxicaciones y uso del DEA, tanto en entornos terrestres como acuáticos.

OE3. Se cumple al haberse utilizado la gamificación como metodología central para facilitar la adquisición de conocimientos sobre primeros auxilios. La narrativa del apocalipsis zombie y las dinámicas basadas en misiones y retos han resultado eficaces para motivar al alumnado y fomentar la implicación activa durante todo el proceso de aprendizaje.

OE4. También se considera logrado, en la medida en que se ha superado el enfoque tradicional de enseñanza mediante el uso de metodologías activas, inclusivas y contextualizadas. La propuesta se distancia de la enseñanza transmisiva, ofreciendo al alumnado experiencias prácticas, cooperativas y vinculadas a situaciones reales o verosímiles, lo que favorece un aprendizaje más profundo y funcional.

b) Limitaciones.

A pesar del potencial didáctico de la propuesta, su aplicación práctica puede verse condicionada por diversos factores. Entre las principales limitaciones cabe destacar: La necesidad de disponer de instalaciones específicas como piscina cubierta, así como de materiales (maniqués, obstáculos, DEA simulado), lo cual no siempre está al alcance de todos los centros. La carga organizativa que implica una unidad gamificada de estas características, especialmente si se desea mantener un alto grado de inmersión narrativa y coherencia entre sesiones. La posible reticencia inicial por parte

del alumnado o del profesorado ante una metodología que rompe con el formato tradicional, lo que requiere una fase de adaptación o sensibilización previa.

c) Prospección de Futuro:

Como posibles líneas de continuidad y mejora, se plantea:

Adaptar la propuesta a otros niveles educativos o ciclos, por ejemplo, 4.º ESO, ajustando la dificultad de las misiones y los contenidos técnicos.

Ampliar la interdisciplinariedad del proyecto incorporando materias como Biología (anatomía y funciones vitales), Lengua (diario de bitácora o narrativa), o Educación Digital (creación de contenido audiovisual).

Desarrollar una versión ampliada del Manual de Supervivencia Zombie, incluyendo infografías, vídeos interactivos y material descargable como recurso abierto para otros centros.

Diseñar una propuesta evaluativa más abierta, incorporando autoevaluaciones narrativas, portafolios gamificados y experiencias de aprendizaje-servicio.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

5 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alba Pastor, C. (2018). Diseño Universal para el Aprendizaje: un modelo didáctico para proporcionar oportunidades de aprender a todos los estudiantes. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 374, 21–27.
<https://doi.org/10.14422/pym.i374.y2018.003>
- Alba Pastor, C. (2019). Diseño Universal para el Aprendizaje: un modelo teórico-práctico para una educación inclusiva de calidad. *Participación Educativa*, 6(9), 55–68.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7449797>
- Avellán Zambrano, M., & Alcívar Pincay, G. A. (2024). Diseño universal para el aprendizaje: percepciones, desafíos y necesidades formativas de los docentes. *Arandu UTIC*, 11(2), 49–70. <https://doi.org/10.69639/arandu.v11i2.251>
- Bakke, H. K., Bakke, H. K., & Schwebs, R. (2017). First-aid training in school: amount, content and hindrances. *Acta Anaesthesiologica Scandinavica*, 61(10), 1361–1370. <https://doi.org/10.1111/aas.12958>
- Boada, I., Rodríguez-Benitez, A., García-Galindo, D., & Carreras, V. (2015). Using a serious game to complement CPR instruction in a first aid course for university students. **Computer Methods and Programs in Biomedicine*, 122*(2), 282–291.
<https://doi.org/10.1016/j.cmpb.2015.08.006>
- Boletín Oficial del Estado. (2020, 30 de diciembre). Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3>

Boletín Oficial del Estado. (2022, 6 de abril). Real Decreto 243/2022, de 5 de abril, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas del Bachillerato.

<https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/04/05/243>

CAST. (s.f.). *Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)*. EducaDUA.

https://www.educadua.es/doc/dua/dua_pautas_intro_cv.pdf

Diario Oficial de Galicia. (2022, 26 de septiembre). Decreto 157/2022, de 15 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Galicia.

https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2022/20220926/AnuncioG0655-200922-0002_gl.html

Diario Oficial de Galicia. (2022, 29 de junio). Orden de 21 de junio de 2022 por la que se regula la implantación y el desarrollo del currículo de Bachillerato en Galicia.

https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2022/20220629/AnuncioG0655-210622-0001_gl.html

Diario Oficial de Galicia. (2022, 2 de febrero). Orden de 25 de enero de 2022 por la que se actualiza la normativa de evaluación en las enseñanzas de educación primaria, ESO y Bachillerato en Galicia.

https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2022/20220202/AnuncioG0655-250122-0002_gl.html

Diario Oficial de Galicia. (2023, 3 de julio). Orden de 22 de junio de 2023 por la que se establecen medidas para la convalidación o la exención de materias en la ESO y Bachillerato.

https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2023/20230703/AnuncioG0655-230623-0003_es.html

De Buck, E., Van Remoortel, H., Dieltjens, T., Verstraeten, H., Clarysse, M., Moens, O., & Vandekerckhove, P. (2015). Evidence-based educational pathway for the integration of first aid training in school curricula. *Resuscitation*, 94, 8–22
<https://doi.org/10.1016/j.resuscitation.2015.06.008>

Deterding, S., Dixon, D., Khaled, R., & Nacke, L. (2011). From game design elements to gamefulness: Defining “gamification”. In **Proceedings of the 15th International Academic MindTrek Conference: Envisioning Future Media Environments** (pp. 9–15). <https://doi.org/10.1145/2181037.2181040>

Dicheva, D., Dichev, C., Agre, G., & Angelova, G. (2015). Gamification in education: A systematic mapping study. *Educational Technology & Society*, 18(3), 75–88.
<https://ojs.docentes20.com/index.php/revista-docentes20/article/view/5>

Kapp, K. M. (2012). *The gamification of learning and instruction: Game-based methods and strategies for training and education*. Pfeiffer.

Gaitán, V. (2021). Gamificación: el aprendizaje divertido. *Educativa*.
<https://www.educativa.com/blog-articulos/gamificacion-el-aprendizaje-divertido/>

- Marín, D. (2015). Gamificación en la educación: una panorámica sobre el estado de la cuestión. *Educación y Pedagogía*, 27(69), 11–30.
<https://www.scielo.br/j/ep/a/5JC89F5LfbgvtH5DJQQ9HZS/>
- Muñoz Murillo, P. J., Cesen Paccha, J. E., Guamán Fernández, R. M., & Cuenca Tinoco, Y. A. (2023). La importancia del diseño universal para el aprendizaje en la inclusión educativa. *Revista Imaginario Social*, 7(3).
<https://doi.org/10.59155/is.v7i3.216>
- Navarro Mateos, C., Pérez López, I. J., & Marzo, P. F. (2021). La gamificación en el ámbito educativo español: revisión sistemática. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 41, 774–781.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/87384>
- Organización de las Naciones Unidas. (s.f.). *Educación y los Objetivos de Desarrollo Sostenible*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/education/>
- Pérez-López, I. J., & Rivera, E. (2019). Gamificación en primeros auxilios: efectos sobre el aprendizaje y la autoeficacia en educación secundaria. **Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 21*(2), 168–186.
<https://doi.org/10.24197/aefd.2.2019.168-186>
- Sánchez-Mena, A., & Martí-Parreño, J. (2017). Gamification in higher education: A systematic mapping study. **Educational Technology & Society*, 20*(4), 75–88.
- Su, C. H., & Cheng, C. H. (2015). A mobile gamification learning system for improving the learning motivation and achievements. **Journal of Computer Assisted Learning*, 31*(3), 268–286. <https://doi.org/10.1111/jcal.12088>

UNESCO. (2016). *Declaración de Incheon y Marco de Acción ODS 4 – Educación 2030*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000245656_spa

Werbach, K., & Hunter, D. (2012). **For the win: How game thinking can revolutionize your business**. Wharton Digital Press.

6 ANEXOS

ANEXO I. Rúbrica de observación directa (profesorado)

Evaluación del desempeño técnico y actitudinal del alumnado durante simulacros y misiones prácticas.

Indicador	0%	25%	50%	75%	100%
Aplicación del protocolo PAS	No lo aplica.	Aplica solo uno de los pasos correctamente.	Aplica dos pasos correctamente.	Aplica los tres pasos, pero con errores menores.	Aplica los tres pasos con seguridad y sin errores.
Ejecución técnica de la RCP	No realiza la técnica.	Realiza compresiones sin ritmo o con posición incorrecta.	Aplica RCP con ritmo adecuado pero fallos técnicos.	Aplica correctamente con pequeños ajustes necesarios.	Ejecución precisa y eficaz, según estándares.
Uso del DEA	No lo utiliza o lo usa mal.	Reconoce el DEA pero no sabe usarlo.	Sigue parte del protocolo.	Usa el DEA correctamente con mínima ayuda.	Utiliza el DEA de forma autónoma y efectiva.
Resolución en situaciones de emergencia simulada	No sabe actuar.	Actúa de forma errática y sin criterio.	Actúa parcialmente pero requiere ayuda constante.	Actúa con iniciativa pero comete algunos errores.	Actúa con seguridad, lógica y autonomía.
Trabajo cooperativo durante la práctica	No colabora o interfiere.	Participa mínimamente y con pasividad.	Coopera de forma funcional pero poco proactiva.	Colabora activamente con su equipo.	Lidera, colabora y facilita la tarea del grupo.
Actitud y responsabilidad durante la actividad	Actitud negativa o indiferente.	Escasa implicación y responsabilidad.	Actitud aceptable, cumple lo básico.	Responsable, comprometido y constante.	Actitud ejemplar, cuida del grupo y del entorno.

ANEXO II. Rúbrica de actitud y participación / Autoevaluación

Evaluación del compromiso, colaboración, respeto y actitud del alumnado durante el desarrollo de la unidad didáctica.

Indicador	0%	25%	50%	75%	100%
Implicación en las actividades	No participa en las actividades propuestas.	Participa de forma muy esporádica y con desgana.	Participa parcialmente, con actitud pasiva.	Participa con interés y constancia.	Participa activamente, con entusiasmo y motivación.
Responsabilidad individual	No cumple tareas ni respeta normas.	A menudo incumple sus responsabilidades.	Cumple sus funciones con supervisión.	Responsable de su trabajo y conducta.	Se anticipa a las necesidades y muestra responsabilidad plena.
Respeto a las normas y compañeros/as	Muestra conductas irrespetuosas o disruptivas.	Tolera a sus compañeros/as, pero con conflictos.	Respeto las normas y al grupo de forma básica.	Respeto siempre a personas y normas.	Fomenta la convivencia y actúa como ejemplo positivo.
Colaboración en el grupo	No coopera o dificulta el trabajo del equipo.	Coopera muy poco, sin iniciativa.	Coopera si se le solicita o supervisa.	Coopera activamente en el grupo.	Coopera con iniciativa, promueve el éxito colectivo.
Actitud ante la resolución de retos	Se bloquea o evita las tareas difíciles.	Afronta los retos con desgana o dependencia.	Intenta resolverlos, pero duda o se rinde fácilmente.	Afronta los retos con esfuerzo y autonomía.	Enfrenta los retos con creatividad, iniciativa y resiliencia.

ANEXO III. Rúbrica de Evaluación del Simulacro Final (sesión 9)

Evaluación del desempeño del alumnado durante el simulacro gamificado final con víctimas múltiples.

Indicador	0%	25%	50%	75%	100%
Organización y reparto de roles en el equipo	No hay organización ni asignación de roles.	Roles mal definidos o ineficaces.	Organización básica, algunos roles mal ejecutados.	Buena organización con reparto funcional.	Organización excelente, cada rol ejecutado con eficacia.
Intervención técnica con la víctima inconsciente	No interviene o lo hace erróneamente.	Intenta actuar pero comete errores graves.	Aplica algunos pasos del protocolo con ayuda.	Interviene correctamente con pequeños fallos.	Actúa con precisión, autonomía y seguridad.
Intervención técnica con la víctima consciente	No interactúa o genera confusión.	Se comunica mal o sin estrategia.	Establece contacto básico, con apoyo externo.	Buena actuación comunicativa y técnica.	Trato empático, resolutivo y técnicamente adecuado.
Gestión del tiempo y eficacia global del rescate	El equipo no completa la misión o se descoordina totalmente.	Alta desorganización y lentitud.	Cumplen parcialmente los objetivos con retraso.	Buena gestión con pequeños ajustes necesarios.	Completa con éxito, dentro del tiempo, eficaz y fluido.
Actitud en situación de presión simulada	Bloqueo total o actitud negativa.	Nerviosismo que afecta gravemente al equipo.	Supera la presión con ayuda.	Mantiene la calma y ayuda al grupo.	Lidera, motiva y gestiona la presión con eficacia.

ANEXO IV. Rúbrica de evaluación grupal / coevaluación

Para valorar el funcionamiento del grupo y el trabajo cooperativo en el desarrollo de las misiones y retos gamificados.

Indicador	0%	25%	50%	75%	100%
Comunicación dentro del grupo	No hubo comunicación o fue negativa.	Se comunicaron mal, con conflictos.	Comunicación mínima y poco eficaz.	Comunicación adecuada, aunque mejorable.	Comunicación fluida, respetuosa y eficaz en todo momento.
Reparto equilibrado del trabajo	Una o dos personas hicieron todo.	Reparto muy desigual.	Reparto básico pero con desigualdades.	Trabajo bien distribuido, con participación activa.	Todos participaron por igual, con implicación plena.
Resolución de conflictos o diferencias	No resolvieron conflictos; aumentaron.	Se generaron tensiones sin solución.	Tuvieron conflictos que resolvieron con ayuda.	Supieron resolver diferencias con diálogo.	Transformaron conflictos en oportunidades de mejora.
Apoyo mutuo y compañerismo	No se ayudaron en ningún momento.	Se ignoraron o compitieron entre sí.	Ayuda puntual, pero sin compromiso.	Colaboración activa y apoyo constante.	Alta cohesión, solidaridad y cuidado entre los miembros.
Cumplimiento de objetivos comunes	No lograron completar ninguna misión.	Alcanzaron pocos objetivos, con dificultad.	Cumplieron parte de lo previsto.	Cumplieron bien las misiones y metas del equipo.	Cumplieron con excelencia todas las metas, superando lo esperado.

ANEXO V. Rúbrica de ejecución de técnica de RCP

Indicador	0%	25%	50%	75%	100%
Valoración inicial de la víctima	No realiza comprobación.	Detecta conciencia pero no respiración.	Verifica uno de los aspectos (conciencia o respiración).	Valora conciencia y respiración con errores.	Realiza la comprobación “ver, oír y sentir” correctamente.
Llamada de emergencia o activación del sistema PAS	No solicita ayuda.	Lo hace tarde o de forma poco clara.	Solicita ayuda sin indicar situación.	Llama correctamente pero sin seguir orden lógico.	Activa correctamente el sistema de emergencia.
Colocación del cuerpo y manos para RCP	Posición incorrecta o peligrosa.	Posición parcial sin estabilidad.	Posición funcional pero inestable.	Buena colocación, ajustable.	Correcta posición: eje vertical, manos entrelazadas, brazos extendidos.
Calidad de las compresiones (ritmo, profundidad, rebote)	Ritmo inadecuado y compresiones insuficientes.	Ritmo inconstante y presión débil o excesiva.	Ritmo regular, profundidad variable.	Ritmo casi correcto, profundidad buena.	Ritmo 100-120 cpm, profundidad 5-6 cm, con rebote completo.
Cadencia compresión-ventilación	No alterna compresiones y ventilaciones.	Hace solo una parte del ciclo.	Hace ciclos incompletos.	Alterna con cierto desajuste.	Realiza ciclos 30:2 correctamente.

ANEXO VI. Rúbrica de ejecución de la maniobra de Heimlich

Indicador	0%	25%	50%	75%	100%
Identificación de la situación de atragantamiento	No reconoce la emergencia.	Duda o identifica mal la obstrucción.	Identifica con ayuda.	Reconoce signos de OVACE.	Reconoce el atragantamiento total con rapidez y claridad.
Actuación inicial y consentimiento	No actúa o actúa sin avisar.	Actúa sin preguntar ni comunicar.	Intenta actuar pero sin comunicación clara.	Informa y actúa con ayuda.	Pide permiso y actúa de forma segura y protocolizada.
Colocación del cuerpo del rescatador	Posición inadecuada o torpe.	Posición desequilibrada o frontal.	Se coloca lateralmente pero mal ajustado.	Buena posición pero con fallos de ajuste.	Se coloca por detrás, piernas abiertas, apoyo firme.
Ejecución de compresiones abdominales	No realiza compresiones.	Realiza empujes sin técnica adecuada.	Realiza empujes pero sin ritmo ni presión eficaz.	Técnica aceptable con algunos errores.	Aplicación correcta: hacia dentro y arriba, con ritmo y presión segura.
Valoración del resultado final	No comprueba si ha sido eficaz.	Comprueba pero no actúa si no funciona.	Revisa pero sin reiniciar.	Revalora y ajusta con ayuda.	Reevalúa continuamente, mantiene calma y adapta la intervención.