



Facultat d'educació

**Universitat de les  
Illes Balears**

**Memòria del Treball de Fi de Grau**

# Estudi del clima motivacional a 6è de primària a l'àrea d'educació física

José Ramon Revert Melero

**Grau d'Educació Primària**

Any acadèmic 2017-18

DNI de l'alumne: 41524899D

Treball tutelat per Josep Vidal Conti  
Departament d'Educació Física

S'autoritza la Universitat a incloure aquest treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació	Autor		Tutor	
	Sí	No	Sí	No
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Paraules clau del treball:

Motivació, educació física, aprenentatge, ensenyament i variables motivadores.



## RESUM

El present treball final de grau fa un anàlisi de diversos factors motivacionals que poden influir en el procés d'ensenyament-aprenentatge, fent especial menció al curs de sisè a l'àrea d'educació física. Per aquest anàlisi, ens endinsarem dins l'amplia temàtica de la motivació, més concretament a l'àmbit educatiu, tenint en compte autors especialitzats en el tema i diferents teories i corrents motivacionals pedagògiques.

L'estudi es focalitzarà en els interessos o rebutjos dels alumnes a l'hora de realitzar les diferents sessions d'educació física, amb la finalitat de poder detectar-los, potenciar els beneficiosos i/o substituir els contraproductius.

La investigació consistirà en la realització de dues unitats didàctiques, de quatre sessions cada una, en les que s'aniran introduint diferents variables motivadores o desmotivadores pels alumnes. Una vegada realitzades les unitats didàctiques s'avaluaran els diferents aspectes motivacionals a partir d'un qüestionari. A través d'aquest qüestionari, es donaran a conèixer la influència dels diferents factors en la motivació dels alumnes en el moment de realitzar les classes d'educació física.

**Paraules clau:** motivació, educació física, aprenentatge, ensenyament i variables motivadores.

## ABSTRACT

This final degree dissertation analyses different motivational factors that can influence the teaching and learning process, more specifically for the year six in the area of physical education. For this analysis, we will dive into the broad motivational subject, more specifically in the educational field, taking into account specialised authors in the subject and different theories and pedagogical motivational movements.

The study will focus on the interests or rejections of the students when practising the different P.E. sessions, the goal being to detect them, boost the beneficial ones and/or replace the counterproductive ones.

The research will consist on the completion of two didactic units, of four sessions each, in which we will be introducing different motivational or demotivational variables for the students. Once we have completed the didactic units, we will evaluate the different motivational aspects through a questionnaire. Through this questionnaire, we will find the influence of the different factors at the time of taking the P.E. classes.

**Keywords:** Motivation, physical education, learning, education and motivational variables.

# ÍNDIX

<b>1. INTRODUCCIÓ .....</b>	<b>6</b>
<b>2. JUSTIFICACIÓ DEL TEMA.....</b>	<b>7</b>
<b>3. OBJECTIUS .....</b>	<b>8</b>
3.1. OBJECTIUS GENERALS .....	8
3.2. OBJECTIUS ESPECÍFICS .....	9
<b>4. MARC TEÒRIC .....</b>	<b>9</b>
4.1. CONCEPTE MOTIVACIÓ.....	9
4.2. PERSPECTIVES SOBRE LA MOTIVACIÓ.....	11
4.3. TIPOLOGIES DE MOTIVACIÓ.....	16
4.4. MOTIVACIÓ ACADÈMICA EN ELS CENTRES EDUCATIUS .....	18
4.4.1. <i>Aspectes motivadors a l'àmbit escolar</i> .....	20
4.4.2. <i>Actuacions motivacionals del docent dins l'aula</i> .....	21
<b>5. L'ÀREA D'EDUCACIÓ FÍSICA.....</b>	<b>23</b>
5.1. LA IMPORTÀNCIA DE LA MOTIVACIÓ EN L'EDUCACIÓ FÍSICA .....	25
<b>6. PROPOSTA D'INTERVENCIÓ.....</b>	<b>27</b>
6.1. INTRODUCCIÓ I JUSTIFICACIÓ .....	27
6.2. PARTICIPANTS .....	27
6.3. OBJECTIUS .....	28
6.4. DIFERENCIACIÓ ENTRE MESTRES TRADICIONALS I INNOVADORS .....	29
6.5. DESCRIPCIÓ DE L'ESTUDI .....	30
6.6. INSTRUMENTS DE RECOLLIDA I ANÀLISI DE DADES .....	31
6.7. UNITATS DIDÀCTIQUES .....	34
<b>7. ANÀLISI DE DADES.....</b>	<b>42</b>
7.1. LA VALORACIÓ DE L'ÀREA D'EDUCACIÓ FÍSICA I DEL MESTRE .....	43
7.2. LA DIFICULTAT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA.....	44
7.3. LA UTILITAT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA .....	45
7.4. L'EMPATIA AMB EL MESTRE I L'ASSIGNATURA .....	47
7.5. LA CONCORDANÇA AMB L'ORGANITZACIÓ DE L'ASSIGNATURA .....	48
7.6. LA PREFERÈNCIA PER L'EDUCACIÓ FÍSICA I L'ESPORT .....	49
7.7. L'EDUCACIÓ FÍSICA COM ESPORT .....	51
7.8. PREFERÈNCIES DE LES SESSIONS DE LES UNITATS DIDÀCTIQUES .....	52
<b>8. CONCLUSIONS .....</b>	<b>53</b>
<b>9. REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES .....</b>	<b>55</b>
<b>10. ANNEXOS .....</b>	<b>61</b>

**NOTA AL VOCABULARI DE REDACCIÓ DEL TFG:** per dur a terme una lectura més dinàmica s'ha optat per la utilització del gènere masculí per englobar alumna/alumne i mestra/mestre; tenint en compte durant les sessions pràctiques d'educació física, l'ús oral d'ambdós sexes de forma simultània o alternativa.

## 1. Introducció

A les Illes Balears trobem una gran problemàtica en quant educació. Aquesta incertesa educativa fa referència al gran percentatge d'alumnes que abandonen el sistema escolar abans d'hora. Segons el Ministeri d'Educació, Cultura i Esport (primer trimestre del 2017), a l'Enquesta de Població Activa (EPA) sobre l'abandonament escolar conclou que les Illes Balears segueixen presentant l'índex d'abandonament escolar més alt de l'estat espanyol, amb una taxa del 27%. En comparació amb la mitjana espanyola del 18,5% d'abandonament escolar, trobem a les Illes Balears més de vuit punts per damunt.

Segons alguns autors especialitzats en el tema, com Mateo (2010), unes de les principals causes d'aquest abandonament dels estudis radica a causes afectives i emocionals com: la perseverança davant una tasca determinada, la voluntat de cada un dels alumnes, el nivell d'aspiració de cada un dels alumnes determinada per la confiança i l'autoestima i la motivació personal. Dins aquests causes d'abandonament escolar que marca l'autor esmentat anteriorment, l'estudi es centrarà en la motivació personal dels alumnes a l'hora de realitzar activitat física.

La motivació no és un aspecte aliè al context educatiu, i més concretament, dins l'àmbit de l'educació física. La falta de motivació és un problema bàsic dins l'àmbit educatiu, ja que és un dels motius pel que es condiciona l'aprenentatge. Actualment, l'aprenentatge no depèn tan sols de l'atenció dels docents dels aspectes intel·lectuals dels alumnes sinó també, dels aspectes emocionals i motivacionals. Aquesta incidència dels docents els permet reconèixer i controlar les emocions, el grau de motivació i la voluntat de l'alumnat (Rodríguez, Valles, González i Núñez, 2010).

L'estudi de camp presentarà dues perspectives ben diferenciades. En primer lloc, es centrarà en una recerca teòrica basada en la motivació dins l'àmbit escolar, focalitzant el tema fins arribar a l'àrea de l'educació física. La segona perspectiva de l'estudi és una proposta de intervenció pràctica realitzada a diferents alumnes i centres educatius.

A l'estudi teòric es farà un recorregut per: el concepte de motivació segons diversos autors, les teories motivacionals més rellevants, com intervé la motivació a l'escola, els aspectes motivadors pels alumnes, la importància que té la motivació a l'àrea d'educació física i quines

estratègies o tècniques motivadores poden fer servir els docents a l'hora de impartir les seves sessions.

Pel que fa a la perspectiva en referència a la proposta de intervenció pràctica, cal esmentar que anirà dirigida als alumnes de sisè de primària a l'àrea d'educació física. En aquesta proposta de intervenció, s'analitzarà: els aspectes, estratègies i tècniques de motivació que utilitzen els diferents mestres basant-se en la seva metodologia d'ensenyament.

Finalment, a cada un dels apartats que consoliden aquest treball s'aniran adherint aportacions pròpies, conseqüents de la recerca teòrica del tema i dels resultats obtinguts a la proposta pràctica que fa referència l'estudi.

## **2. Justificació del tema**

A dia d'avui es pot observar una societat que es troba en un canvi constant, on es té a l'abast un ampli ventall de possibilitats per ocupar el temps d'oci. Per aquest motiu es vol potenciar l'interès per l'activitat física dins l'àmbit escolar, i traslladar-ho a la llarga al dia a dia d'aquests nins. Aquesta potenciació per l'interès i el gaudiment per l'activitat física als centres educatius serà l'aportació personal que es realitzarà en quant a la concepció de l'esport com un benefici i per establir hàbits saludables en la seva vida quotidiana.

La falta de motivació en els alumnes a l'hora de realitzar esport o alguna activitat física suposa una problemàtica que afecta a altres aspectes de la vida quotidiana d'aquests nins i nines de forma indirecta. Si aquests alumnes no presenten una bona motivació cap a l'activitat física de cada vegada es veurà un decreixement en el desig de realitzar algun esport o activitat física, provocant a la llarga un augment de les probabilitats d'obtenir conseqüències negatives per a la seva salut. Cal destacar un estudi realitzat per la OMS (2010), on s'estableix que la inactivitat física és el quart factor de risc de mortalitat més important en tot el món.

A nivell personal vaig decantar-me per aquesta investigació relacionada amb la temàtica de la motivació, pel fet que, durant les meves experiències pràctiques als centres educatius vaig poder detectar una falta d'interès dels alumnes per les sessions d'educació física i per l'activitat física en general. Durant aquests períodes de pràctiques vaig poder observar que els mestres

d'educació física tenien un paper molt rellevant en quant a la motivació dels alumnes, independentment de l'interès intrínsec que mostrava cada alumne davant l'activitat física.

El punt de partida d'aquest estudi va ser pensar quins serien els aspectes que afecten a la motivació dels alumnes. Una vegada detectats aquests aspectes motivadors es farà èmfasi en quins són els que puguin motivar o no als alumnes, amb l'objectiu de potenciar els beneficiosos i suprimir-ne els que són contraproductius. És una realitat que si disposem d'una bona motivació d'aquests alumnes, l'interès, la diversió i les ganes d'aprendre seria la barreja perfecta d'aquest còctel d'ensenyament-aprenentatge.

La proposta de l'estudi repercutirà sobre les diferents metodologies dels docents a l'hora de realitzar les sessions d'educació física, on podran observar les valoracions proporcionades pels seus alumnes en quant a la influència dels aspectes motivacionals a les seves classes.

### **3. Objectius**

#### **3.1. Objectius generals**

Per determinar els objectius d'aquest treball de investigació, en primer lloc, es farà referència a l'objectiu primordial d'aquest estudi: aconseguir que es millori la motivació dels alumnes de sisè de primària a l'hora de realitzar activitat física o esport. Aquesta motivació fomentarà que els alumnes incorporin hàbits relacionats amb l'activitat física a la seva vida quotidiana. A més, en el treball també s'ha establert un segon objectiu general: analitzar com intervenen els diferents aspectes motivacionals dins l'àrea d'educació física al curs de sisè de primària. Aquest objectiu serà l'eix central de l'estudi de investigació, mitjançant el qual s'obtindran els resultats i conclusions per arribar a aconseguir el primer objectiu general esmentat anteriorment.

Unes de les finalitats d'aquest estudi és aconseguir que els nins i nines a partir de les sessions d'educació física es trobin motivats a l'hora de realitzar esport. Aquells alumnes que ja gaudeixen una bona motivació intrínseca se'ls ajudarà a millorar el seu al·licient. En contraposició, aquells alumnes que presenten una motivació intrínseca baixa tindrem per objectiu motivar-los, despertar-los interès i curiositat. Tot això, s'aconseguirà a partir de les



interaccions motivacionals extrínseques per millorar la perspectiva de l'alumnat i les ganes de realitzar activitat física.

### **3.2. Objectius específics**

Una vegada establerts els objectius generals del treball de investigació s'enumeraran els següents objectius específics:

- Justificar la importància de la motivació en el procés ensenyament-aprenentatge.
- Analitzar els indicadors que poden influenciar en la motivació dels alumnes.
- Establir estratègies per millorar la motivació dels alumnes.
- Dissenyar un protocol d'actuació pels docents d'educació física amb la finalitat de millorar i estimular la motivació dels alumnes.

## **4. Marc teòric**

### **4.1. Concepte motivació**

La motivació és un aspecte psicològic d'una gran rellevància a les diverses àrees del nostre dia a dia, entre les que es destacaria l'àrea educativa. Dins l'àmbit de la psicologia s'han realitzat una gran varietat d'estudis relacionats amb la motivació des de diferents perspectives d'influència en els més petits de la nostra societat. En qualsevol dels estudis relacionats amb la motivació presenten un nexa comú que és: la motivació explica el per què s'ha dut a terme una determinada conducta, o per què estava en disposició de realitzar-se.

En quant a l'etimologia de la paraula motivació, es pot observar que prové del llatí *motus*: moviment; motivació: el que es mou. Després de l'incís sobre la seva procedència llatina del terme motivació, es podria definir com una representació del que originàriament determina que una persona iniciï una acció (activació), es posicioni cap un objectiu (direcció) i persisteixi en assolir-lo (manteniment), segons Herrera, Ramírez, Roa i Herrera (2004).

A més de les tres dimensions esmentades per Herrera, Ramírez, Roa i Herrera (2004); altres autors com Vilchez (2007) afegeix altres dimensions i proposa una sèrie de variables que intervenen en la motivació, més concretament incideixen en la implicació o abandonament de l'activitat física, en l'esforç i en les conductes de perseverança d'un alumne en una activitat.

Les variables plantejades per Vilchez són les següents:

- Variables biològiques: presenten relació amb el sistema nerviós, l'ambient i el desenvolupament de les motivacions.
- Variables externes: les expectatives d'altres persones, el reforçament de la societat, els valors culturals, etc.
- Variables personals: es troben relacionades amb els aspectes personals de l'individu com podrien ser la introversió o la extraversió.
- Variables cognitives: fan referència a les metes, als incentius, etc.
- Variables emocionals: són els estats emocionals que pot presentar l'individu i la seva intensitat.

El terme motivació és un terme que engloba una gran complexitat d'àmbits, per tant, cal esmentar a un autor rellevant en la matèria com és Littman (1958), qui defineix el terme de motivació amb gran precisió: "La motivació es refereix al procés o condició que pot ser fisiològic o psicològic, innat o adquirit, intern o extern a l'organisme el qual determina o descriu per què o respecte a què, s'inicia la conducta, es manté, es guia, es selecciona o finalitza; aquest fenomen també es refereix a l'estat pel qual determinada conducta freqüentment s'aconsegueix o es desitja; també es refereix al fet que un individu aprendrà, recordarà o oblidarà cert material d'acord amb la importància i el significat que el subjecte doni a la situació..."(pàg. 136-137).

Una altra definició, que troba una gran relació amb l'activitat física és la de Sage (1977), qui la defineix com: "La motivació és la direcció i intensitat de l'esforç". A partir d'aquesta definició és necessari destacar dos components primordials en la motivació: per una banda, es troba la direcció de l'esforç, presenta una gran relació amb el que l'individu cerca realment amb les seves conductes; per altra banda, cal esmentar la intensitat de l'esforç, fa referència a l'activació de l'alumne i a les ganes de la consecució de l'objectiu.

En definitiva, un recorregut des de la conceptualització del terme motivació que pot englobar i ser aplicada a molts d'àmbits. Es pot concloure, que un dels camps amb el que es

podria relacionar la motivació seria l'educació, i més concretament amb l'educació física i així ho han fet molts d'autors al llarg de la història.

## 4.2. Perspectives sobre la motivació

Al llarg de la història s'ha anat plantejant diferents perspectives teòriques sobre la motivació. Per això, les teories de la motivació s'han d'entendre com una evolució de la psicologia de forma continua, ja que amb els anys ha hagut un canvi en les diferents concepcions de les diferents perspectives, com per exemple les teories conductistes conceben l'individu amb un rol passiu, en contraposició amb les teories cognitives que entenen que les persones tenen un rol actiu.

En base a les aportacions teòriques i de recerca de Santrock (2002), podem determinar un total de tres perspectives referents a la motivació:

### 1. Perspectiva conductista

Segons Santrock (2002), aquest punt de vista de la motivació emfatitza que les recompenses externes i els càstigs són l'eix central en la determinació de la motivació en les persones. Per arribar aconseguir un canvi en la conducta es podrien fixar diferents mètodes d'intervenció propis d'autors conductistes com Pavlov, Skinner o Watson, entre d'altres. Entre la gran varietat de mètodes conductistes destacarien els següents: els reforçaments i/o càstigs tant positius com negatius i el procés d'extinció de conductes.

Resulta important ressaltar les tècniques basades en reforçaments o càstigs que poden determinar canvis en quant a la disminució o augment d'una determinada conducta. A continuació, es pot observar una graella explicativa:

	Augment de la conducta	Disminució de la conducta
Es presenta un estímul	Reforçament positiu	Càstig positiu
Es suprimeix un estímul	Reforçament negatiu	Càstig negatiu

Taula 1. Font: Condicionament operant. Taula de creació pròpia basat en Skinner (2014)

Cal destacar que tant els reforçaments com els càstigs poden produir un augment o una disminució de la conducta, depenent de si el seu ús és positiu o negatiu.

Si focalitzem l'atenció en el procés d'extinció, s'ha de fer èmfasi en un procés caracteritzat per deixar de reforçar una conducta. Segons Valdés (2005) la combinació entre el càstig amb l'extinció provoca una desaparició més pronunciada de la conducta.

## 2. Perspectiva humanista

Aquesta perspectiva humanista es centra en la capacitat de la persona per aconseguir els seu creixement, les seves característiques positives i la llibertat per elegir el seu destí.

Segons Anton i Rodríguez (2012), Abraham M. Maslow formulà una de les teories més importants en la perspectiva humanista de la motivació. Aquesta teoria defensa que totes les persones desitgen satisfer cinc classes de necessitats. Maslow, per establir aquestes necessitats les presenta de forma jerarquizada creixent i ascendent, segons la seva importància (veure figura I). L'autor estableix els següents tipus de necessitats:

- Necessitats fisiològiques: aquestes necessitats són biològiques i es troben associades a la supervivència de l'individu, és a dir, a les necessitats bàsiques de la vida (menjar, beure, dormir, respirar...).
- Necessitats de seguretat: quan es troben satisfetes les necessitats fisiològiques apareix un segon esglaió de necessitats basades en la protecció i en cercar un grau d'estabilitat en la vida (seguretat física, de feina, de salut...).
- Necessitats socials: aquestes necessitats es troben orientades a superar el sentiments de soledat de l'individu (amistat, afecte, amor, interacció amb altres persones...)
- Necessitats d'estima: aquestes necessitats sorgeixen en aspectes d'autoestima, el reconeixement cap a la persona, l'èxit particular i el respecte cap als altres.

- Necessitats d'autorealització: són les més elevades en la piràmide jeràrquica de Maslow. Aquestes necessitats consisteixen en realitzar allò pel que cada persona es troba especialment capacitada.

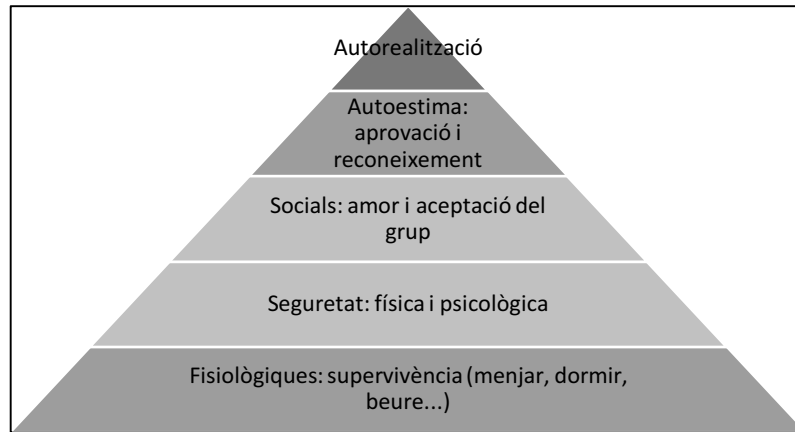


Figura 1. Piràmide de Maslow. Font: Creació pròpia basat en Anton i Rodríguez (2012)

### 3. Perspectiva cognitiva

La perspectiva cognitiva és de totes les teories, la més actual. Rodríguez i de Tena (2001) afirmen que actualment, s'han anat substituint les teories no cognitives per les cognitives on les creences, les expectatives, les metes o els valors són els components principals. A més, exposen que la conducta humana no es troba motivada tan sols per la reducció d'algunes necessitats humanes sinó que es declina cap a la satisfacció de necessitats d'ordre superior com són: la curiositat, el rendiment, el poder, l'afiliació i l'autodeterminació.

En aquest tipus de teories cognitives consideren a l'individu com actiu i curiós, cercador d'informació per resoldre els seus problemes personals greus, i que fins i tot, és capaç d'ignorar necessitats més bàsiques per tal de satisfer altres necessitats més complexes.

Dins l'enfocament cognitiu de la motivació cal destacar les tres teories més rellevants, com són: el locus de control, la teoria de l'atribució i la motivació per l'assoliment.

### *3.1. El locus de control*

Aquesta teoria defensa que l'individu pensa que els esdeveniments que regeixen la seva vida poden estar baix el seu propi control o no (De Grande, 2013). D'acord amb això, les persones que posseeixen un locus de control intern tendeixen a percebre els esdeveniments que els succeeixen a la seva vida com a resultants de la seva pròpia conducta. En contraposició trobem aquelles persones amb un locus de control extern, qui solen deduir que totes les coses que els succeeix a la seva vida són fruit de l'atzar, la sort o el destí.

### *3.2. La teoria de l'atribució*

D'acord amb López (2006), Weiner és l'autor que més a contribuït al desenvolupament d'aquesta teoria cognitiva. Weiner exposa que les persones són un organisme racional, que actuen formulant hipòtesis en relació al seu entorn que l'envolta.

Segons Weiner, les atribucions poden ser caracteritzades en tres dimensions:

- Localització: pot ser interna o externa. Per exemple, la capacitat, l'esforç, l'habilitat i les estratègies són internes, i per altra banda, la sort o l'atzar i la dificultat de la tasca són externes.
- L'estabilitat: les causes en el temps poden ser constants (estables) o variables (inestables).
- Capacitat de control: aquesta tercera dimensió distingeix les causes més específiques controlables (l'esforç) i de no controlables (l'estat d'ànim d'una persona).

Rodríguez i de Tena (2001), afirmen que les tres dimensions en les que es poden classificar les atribucions poden establir infinitats de combinacions possibles.

### *3.3. La motivació per l'assoliment*

La motivació per l'assoliment fa referència a les conductes relacionades amb la tendència per esforçar-se per aconseguir l'èxit, en relació a un determinat nivell d'excel·lència (Romero, 1981). Quan es fa referència a la motivació per l'assoliment és imprescindible anomenar el model d'Atkinson.

Padron, Gladys i Sánchez (2010) estableixen la següent definició de la motivació per l'assoliment basant-se en el model d'Atkinson: la motivació per l'assoliment és un conjunt de conductes relacionades amb la tendència a esforçar-se per aconseguir l'èxit amb un determinat grau d'excel·lència. A més, afegeix que la motivació per l'assoliment és una forma de motivació intrínseca, és a dir, la recompensa en el mateix assoliment.

Segons Romero (1981), per Atkinson el motiu cap a l'èxit i el motiu cap a l'evitació del fracàs són diferents. Per una banda, la tendència cap a l'èxit es troba constituïda pels següents elements principals: la probabilitat de l'èxit, el motiu cap a l'èxit i per l'incentiu de l'èxit.

Per altra banda, la tendència cap a l'evitació del fracàs es troba formada per tres factors combinats de forma multiplicativa: la probabilitat del fracàs, el motiu cap a l'evitació del fracàs i el valor incentiu del fracàs.

Una vegada finalitzada la classificació de Macias anteriorment esmentada, caldria afegir una teoria molt rellevant a les darreres tres dècades, la teoria de l'autodeterminació. Aquesta teoria pot anar íntimament relacionada amb l'educació física i presenta una perspectiva socio-cognitiva, ja que combina elements personals i del context social.

### *3.4. Teoria d'autodeterminació*

Arévalo (2017) es basa en el promulgat per Ryan i Deci (1985) on defineix la macro-teoria d'autodeterminació com una teoria empírica de la motivació humana i de la personalitat en els contextos socials. L'objectiu primordial d'aquesta teoria és explicar en quin grau les persones actuen de forma voluntària o per la pròpia elecció. Arévalo esmenta que Ryan i Deci (2007) proposen certs motius pels quals les persones poden determinar la seva motivació intrínseca o extrínseca. Els motius intrínsecs de les persones s'associarien amb un compromís alt amb una activitat en concret, pel contrari, un motiu extrínsec presentaria un compromís baix amb l'activitat, ja que els resultats són externs a la persona.

Al llarg de la història, dins aquesta macroteoria han sorgit altres teories per abordar diferents qüestions, com per exemple: els efectes dels factors socials en la motivació intrínseca; el desenvolupament de la motivació extrínseca autodeterminada i l'autoregulació a través de la interiorització i la integració; les diferències individuals en les orientacions motivacionals; el funcionament de les necessitats psicològiques bàsiques universals que són essencials pel creixement, la integració i el benestar; i els efectes dels diferents continguts de meta en el benestar i el rendiment (Arévalo, 2017).

Aquesta teoria s'ha utilitzat al llarg de l'evolució per explicar la motivació en diferents contextos, entre els que destaquen: l'àmbit educatiu, el laboral o del benestar.

És rellevant destacar que en aquesta teoria les persones tenen un rol actiu pel seu desenvolupament personal i del benestar, gràcies a la satisfacció de les necessitats bàsiques, a més de l'entorn i les persones que pertanyen a ell (Ryan i Deci, 2000). Moreno (2006) estableix que les persones són organismes actius que tenen tendències innates i que es troben contínuament esforçant-se per dominar desafiaments i experiències coherents amb la seva voluntat.

En conclusió, al llarg dels anys ha hagut una evolució de les teories psicopedagògiques en quant a la motivació i ha anat cobrant rellevància la perspectiva sociocognitiva, ja que podria ser aplicable a molts dels àmbits de la nostra vida. A més, aquesta perspectiva no només té present la part cognitiva individual de cada un, sinó també té en compte la influència del context i de l'entorn social sobre l'individu.

### **4.3. Tipologies de motivació**

La motivació dels alumnes es troba influenciada tant per factors externs com interns. Rodríguez i de Tena (2001) estableixen una diferenciació entre els factors externs i interns que influeixen en la motivació. La diferència essencial entre aquests factors motivacionals és el "locus de causalitat", és a dir, si les causes que mouen a l'alumne parteixen de si mateix o depenen d'altres factors externs.

Al moment d'establir una classificació de les diferents tipologies motivacionals trobem infinitats d'organitzacions i estudis relacionats amb el tema. Per tant, una vegada contrastades



diverses teories i aportacions teòriques sobre el tema s'establirà la següent classificació basades en les teories cognitives i socials (Macias, 2011) i (Ryan i Deci, 2000):

- **La motivació intrínseca**

Si fem referència a la motivació influenciada pels factors interns a l'alumne es podria afirmar que: la conducta motivada de forma intrínseca es troba conduïda per la satisfacció que li suposa la realització d'aquesta acció als alumnes i pels seus propis motius personals. La motivació internament motivada es troba canalitzada per reforçaments interns i normalment genera una motivació creixent per continuar desenvolupant aquesta acció, ja que es considera recompensada en si mateixa.

- **La motivació extrínseca**

La conducta motivada de forma extrínseca es troba presidida i controlada per reforçadors externs a l'alumne. El focus d'importància en aquest tipus de motivació no es centra en la conducta en si mateixa, sinó en les conseqüències que deriven d'ella. Autors com Pozo Municio (1996) afirma que el motiu de l'aprenentatge no és el que s'aprèn sinó les conseqüències d'haver-ho après. Bàsicament, els alumnes realitzen les diferents accions amb la finalitat fonamental de rebre una recompensa o evitar un càstig i assumeixen l'aprenentatge en funció dels beneficis que els suposarà

- **La motivació relacionada amb el "jo"**

Aquest tipus de motivació es troba relacionada amb els termes d'autoconcepte i d'autoestima. Els alumnes a l'hora de dur a terme el seu aprenentatge van interaccionant a partir de les seves pròpies experiències formant progressivament el seu propi autoconcepte i la seva autoestima.

La formació sòlida del seu propi autoconcepte establirà una conscienciació de l'alumne de: qui som jo, la consciència que tinc de mi mateix i la identitat que em diferencia dels altres. Per altra banda, l'autoestima estableix la valoració que fa l'alumne del seu propi autoconcepte.

- **Motivació social**

La motivació social fa referència a la relació de dependència entre l'alumne i aquelles persones que considera superiors a ell o ella, com podrien ser els seus pares, mestres o fins i tot, els seus propis companys de classe. Bandura i Walters (1963) varen comprovar que els nins

volien i podien imitar accions amb grau de dificultat elevat d'altres persones que estimaven o respectaven.

Tots aquests tipus de motivacions esmentades anteriorment, presenten una gran influència en les diferents conductes de les persones. Per tant, per evitar el fracàs i aconseguir l'èxit és indispensable mantenir un equilibri entre els diferents tipus de motivació.

#### **4.4. Motivació acadèmica en els centres educatius**

La motivació és un dels factors que més influeixen en el rendiment acadèmic i en el benestar dels alumnes als centres educatius. Segons Rodríguez i de Tena (2001), la motivació aplicada en el context educatiu presenta una gran importància tant des d'una perspectiva quantitativa com des d'una qualitativa. La perspectiva quantitativa fa referència al rendiment acadèmica dels alumnes, i en contraposició, la perspectiva qualitativa fa èmfasi en aspectes relacionats amb el desig d'aprendre i amb el manteniment de l'interès d'aprendre al llarg de la seva vida.

En el procés d'ensenyament-aprenentatge s'ha demostrat que a més de les variables cognitives intervenen variables afectives (Tsiplakides i Keramida, 2010). És tan important la motivació per part dels docents com per part dels alumnes, ja que són dos elements que van fortament relacionats i mostren un gran vincle afectiu entre ells. Tant els alumnes com els docents són essencials en el procés d'ensenyament-aprenentatge i mostren un gran recíprocament, ja que si un dels dos no mostra una bona motivació, pot influir damunt l'altre de forma negativa, o en contraposició, si un mostra una bona motivació contribuirà positivament damunt l'altre. A més, altres autors com López (2004) tenen una visió determinista en la qual incideixen en la millora de l'aprenentatge basant-se en l'equilibri entre la implicació de l'educador en la seva tasca i l'autoconcepte del propi alumne.

Elegant de referència els treballs relacionats amb la motivació acadèmica realitzats per Pintrich i De Groot (1990), es poden diferenciar tres components essencials en la motivació acadèmica (veure figura 2):

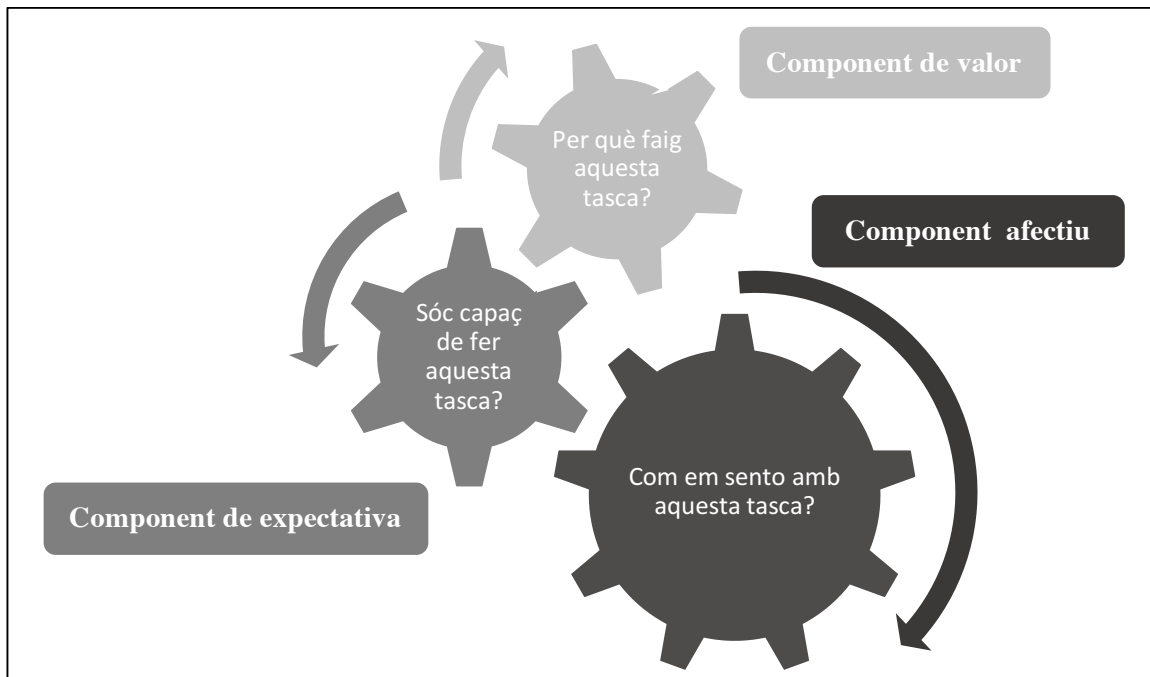


Figura 2. Font: Creació pròpia basat en Núñez, 2009

- **Component de valor:** aquest primer component de la motivació acadèmica fa referència als motius, propòsits i raons per implicar-se en la realització d'una activitat en concret. Aquests aspectes es troben englobats dins el component de valor perquè depenent de la importància que l'individu doni a la realització d'una activitat, determinarà si la durà a terme o no.
- **Component d'expectativa:** aquest component engloba les percepcions i creences individuals sobre la capacitat per realitzar una activitat. Els pilars fonamentals del component d'expectativa són tan les creences sobre un mateix com les que es refereixen a la pròpia capacitat per realitzar una tasca.
- **Component afectiu:** aquest component comprèn els sentiments i emocions de l'individu que produeixen la realització d'una tasca. Aquestes conductes destinades a la consecució de les metes desitjables donen sentit a les accions realitzades.

La implicació en les activitats per part dels alumnes dependrà del mode d'interacció entre els tres components anomenats anteriorment i serà imprescindible un perfecte engranatge entre ells.

#### 4.4.1 Aspectes motivadors a l'àmbit escolar

Una de les dificultats que es poden trobar a dia d'avui els docents a l'aula és com despertar l'interès dels alumnes per aprendre i obstaculitzar la desmotivació i la frustració en el seu procés d'aprenentatge.

Dins l'àmbit escolar es poden detectar diferents aspectes motivadors, els quals es troben constituïts per un conjunt d'elements, circumstàncies o factors que desperten en l'alumne alguna atracció o interès. Segons Bernardo (1991) els principals aspectes motivadors dels alumnes són els següents:

- La personalitat del mestre, fa referència a la seva presència física, dinamisme, entusiasme...
- El material didàctic emprat, essent més concret, intuïtiu i interessant.
- La metodologia emprada pel mestre a l'hora d'impartir les seves classes.
- Impartir la pròpia matèria d'ensenyament des d'un enfocament significatiu i amb una utilitat pràctica.
- Les necessitats de l'alumne, ja sigui, de naturalesa biològica, psicològica o social.
- El desig d'esser eficient i evitar fracassos o càstigs.
- La curiositat natural de l'esser humà i la tendència a l'experimentació.
- L'aprovació social.
- Els esdeveniments d'actualitat i les referències sobrenaturals.
- L'afany de distingir-se dels altres.
- Les aspiracions i la competició.

Bernardo (1991), enumera els principals aspectes motivadors dels alumnes, els quals els mestres han de treballar-los de forma simultània i han de tenir en compte a l'hora de realitzar les seves programacions i dur-les a la pràctica a les seves sessions.

Aquests aspectes motivadors són de caire general, però tots i cada un d'ells s'han de tenir en compte a l'àrea d'educació física, ja que els docents a més de voler aconseguir que els seus

alumnes assoleixin els continguts establerts al currículum, s'han de treballar aquests aspectes motivadors transversals.

Segons Howe (2000) la mesura en que les persones desitgen treballar correctament, influeix conseqüentment sobre el seu grau d'èxit. La motivació destinada a aconseguir l'èxit en un context escolar presenta tres components essencials (Ausubel, 1976):

El primer és l'impuls cognoscitiu. Aquest impuls és derivat als efectes motivants que presenta el fet que l'alumne trobi interessant una tasca o la necessitat individual d'assolir una determinada competència. L'impuls cognitiu intervé des d'una perspectiva motivacional intrínseca, ja que és l'alumne qui mostra el seu propi interès.

El segon component primordial és l'exaltació del jo. Els factors que reforcen l'ego són els que es refereixen als que senten els alumnes en quant a l'estatus, l'autoestima, l'adaptació i l'èxit. Aquests factors solen influir positivament en l'aprenentatge de forma indirecta, a partir d'altres causes externes a la tasca d'aprenentatge. Els alumnes que focalitzen la seva motivació en aquest component en concret presenten una mancança d'independència com estudiant i una falta d'autocontrol com subjecte d'aprenentatge.

El tercer component fa referència als elements afiliatius de la motivació de l'èxit. Aquest component es centra en donar l'aprovació dels altres, és a dir, la visió que tenen els altres de nosaltres.

La combinació d'aquests tres components elementals són essencials per la consecució de l'èxit i la motivació dins l'àmbit escolar.

#### **4.4.2. Actuacions motivacionals del docent dins l'aula**

A les aules dels centres educatius trobem una gran varietats d'agents influenciadors en la motivació dels alumnes, però en el nostre estudi ens centrarem amb el tres més rellevants, com són: el docent, els alumnes i la metodologia (Rivas, 1997).

Garcia i Doménech (1997) deixen constància que aquestes actuacions o estratègies de motivació es poden dur a terme en diferents moments duran el procés d'ensenyament-

aprenentatge, per tant, els tres moments en que es treballarà la motivació serà: abans, durant i després de les intervencions motivacionals.

- Actuacions a realitzar abans d'impartir la classe

Aquest període seria el primer abans de dur a terme les sessions. En primer lloc, el docent hauria de realitzar una investigació prèvia, amb la finalitat de conèixer les expectatives, necessitats, les limitacions i les possibilitats dels seus alumnes.

Les programacions de les sessions augmenten les probabilitats de l'èxit, tal com afirma Garcia i Doménech (1997), el docent ha d'oferir i facilitar l'èxit dels seus alumnes, amb la finalitat de que puguin aprendre a partir de l'èxit i no de la frustració.

Com afirma Coll i Solé (1989), per aconseguir una motivació intrínseca i una implicació activa dels alumnes és indispensable que el docent tingui present els següents factors: els continguts que s'ensenyaran, els objectius que es voldran assolir, les competències dels alumnes i els diferents enfocaments metodològics que es poden optar per donar significat i sentit a les activitats realitzades.

- Actuacions a realitzar durant la classe

El clima afectiu, estimulants i de respecte seran els eixos fonamentals en la millora de la motivació dels alumnes durant les classes (Garcia i Musitu, 1993). La creació d'aquest clima afectiu entre docent-alumne suposa la creació d'una connexió empàtica amb els alumnes. Per l'afavoriment d'aquesta connexió entre mestre i alumnes es poden fer servir algunes d'aquestes estratègies de comportament com: dirigir-se als alumnes pel seu nom, tracte proper als alumnes, utilització del sentit de l'humor, reconèixer errors, etc.

Una de les tasques del docent ha de ser fomentar i estimular la motivació dels alumnes en el seu aprenentatge, abandonant la monotonia de les sessions, relacionant els continguts treballats amb les seves pròpies experiències, augmentar el ventall de possibilitats i varietats de les activitats realitzades i utilitzar material didàctic atractiu i divers.

- Actuacions a realitzar una vegada finalitzada la classe

A la finalització de la classe és molt interessant dur a terme autoavaluacions conjuntes entre docents i alumnes. Amb aquestes autoavaluacions s'aconseguiran saber les emocions i sentiments experimentats a la sessió i el reconeixement dels errors realitzats. La metodologia d'ensenyament de resolució de problemes és molt adient en aquest moment del procés d'ensenyament-aprenentatge, ja que és convenient proposar nous interrogants o problemes després de cada sessió, amb la finalitat d'estimular el desig de seguir aprenent dels alumnes.

En molts casos el fracassos són simplement el resultat de les baixes expectatives d'èxit i la baixa implicació en les tasques, per tant, el docent dirigirà les seves actuacions cap a aspectes relacionats amb la motivació i deixant en un segon pla les aptituds dels alumnes, amb la finalitat principal de millorar el seu rendiment acadèmic.

## **5. L'àrea d'educació física**

Segons la Llei Orgànica 8/2013, del 9 de desembre, per la millora de la qualitat educativa (LOMCE), l'àrea d'educació física té com finalitat principal:

“Desenvolupar en les persones la seva competència motriu, entesa com la integració de coneixements, procediments, actituds i sentiments vinculats a la conducta motora. Per l'obtenció d'aquesta competència serà necessària la duta a la pràctica, a més d'un anàlisi crític que estableixi com a base actituds i valors referenciats amb el cos, amb el moviment i amb la relació amb l'entorn. L'educació física ajudarà a adquirir habilitats transversal per la vida quotidiana com: la cooperació, el treball en equip, el joc net, el respecte per les normes i l'acceptació de les diferències entre persones, etc.”.

Tradicionalment l'educació física s'ha considerat una matèria motivant pels alumnes (Gallardo, 2017). Aquesta àrea de coneixement ja de per si mostra un alt component motivador, pels següents motius:

- Els alumnes tenen l'oportunitat de poder sortir de les aules convencionals.
- Normalment solen fer ús de materials atractius i diversos, que a les altres assignatures no en fan.
- Tenen la sensació de que estan jugant o passant-s'ho bé, enlloc, de que estan aprenent.
- Solen realitzar activitats més dinàmiques i treballen en equip.

- És una forma d'aprendre diferent a les altres àrees de coneixement i poden desenvolupar altres habilitats.
- A les classes d'educació física a més de realitzar activitat física serveixen per poder desinhibir-se i millorar la seva autoestima.

El conjunt d'aquestes motius fan que els alumnes presentin una motivació extrínseca cap a l'activitat física, però a més d'aquesta motivació és necessària la tasca del docent, per tal de despertar l'interès intrínsec dels alumnes.

L'educació física és una de les àrees encarregades de promoure i millorar els hàbits saludables en els alumnes. És important fer referència a un estudi elaborat pel British Heart Foundation National Center, on s'estableix que la participació regular en l'activitat física en els nins es troba associada als beneficis fisiològics (millores cardiovasculars, reducció de probabilitat del risc d'infermetats coronàries, descens del risc de sofrir diabetis tipus II, millora de la salut òssia, reducció de la grassa corporal i un sistema muscular més fort) i psicològics on es troben aspectes relacionats amb la millora de l'autoconfiança i l'autoestima, de les habilitats socials i la reducció de l'ansietat (Frago, 2014).

Segons una guia per pares i mares realitzada pel Ministeri de Sanitat Serveis Socials i Igualtat de l'estat espanyol sobre l'activitat física i salut, al llarg dels anys s'ha pogut observar com els nins i nines es van tornant de cada vegada més sedentaris. Algunes de les raons per les quals els alumnes es tornen més inactius són:

1. Les ofertes d'activitats físiques són limitades i poc motivadores.
2. Aparició de noves formes d'ocupació de temps d'oci sedentàries.
3. Influència familiar, evitant que els nins i nines s'inscriguin en activitats físiques i esportives per a que tinguin més temps per estudiar.
4. Falta de consciència social de la importància de l'activitat física en els més petits de la societat.

Per aquest conjunt de causes esmentades anteriorment, resulta realment necessari que l'escola, i més concretament el departament d'educació física, adopti certes mesures o plans d'acció amb la finalitat d'acabar amb la problemàtica sedentària.



Autors com Delgado i Tercedor (2002), consideren que el paper del mestre d'educació física és molt important per tal d'afermar una actitud positiva cap a la pràctica esportiva. Aquests autors, estableixen unes consideracions pels mestres d'educació física a l'hora de dur a terme les seves classes: en primer lloc, incloure objectius i continguts coherents a l'edat i nivell dels alumnes, en segon lloc, promoure la participació de tots els alumnes per igual, a més, potenciar la motivació, autoestima i autonomia dels alumnes, seguidament, avaluar de forma continua i formativa; i finalment ser conscient de la nostra influència com a mestres davant als alumnes, referent a conductes, valors o actituds del docent.

L'educació física actualment té un paper que va més enllà de l'educació del propi cos ja que té una finalitat d'educar a la persona en la seva totalitat, per aquest motiu els aspectes motivadors que afecten als alumnes són essencials pel seu futur benestar.

### **5.1. La importància de la motivació en l'educació física**

La motivació és un dels factors més importants que condiciona l'educació física, juntament amb els procediments que possibiliten als alumnes esforçar-se per complir les seves accions dins de l'aula.

Una gran quantitat d'estudis han demostrat que a les aules no tots els alumnes presenten les mateixes motivacions a l'hora de realitzar esport o més concretament a les classes d'educació física. Alguns alumnes perceben les sessions d'educació física d'una forma insatisfactòria i poc agradable, i per altra banda, trobem alumnes que per ells són experiències i maneres d'aprendre d'una forma agradable i lúdica (Canyabate, Torralba, Cachon, Zagalaz, 2014). La motivació per part dels alumnes a l'hora de dur a terme el seu aprenentatge és essencial.

Segons Arévalo (2017) un punt important a destacar dels aspectes motivadors a l'àmbit de l'educació física és el paper que té el docent dins aquesta àrea. Entre una de les seves funcions seria aconseguir la màxima motivació dels seus alumnes i fer-los partícips d'un bon estat d'ànim al llarg de les sessions, unitats didàctiques i de tot el curs. El mestre hauria de treballar en elements de caràcter motivant com per exemple, un bon clima de diàleg o tenir un espai idoni per dur a terme les sessions.

Fent referència a les teories motivacionals, les més adients per aconseguir climes favorables a les classes d'educació física són les cognitives, més concretament la teoria de les metes i l'assoliment i la teoria de l'autodeterminació (Nadal, Foguet i Balcells, 2015).

A l'àrea d'educació física, la teoria de les metes i l'assoliment es basa en el desig d'aconseguir l'èxit, creant així, un impuls als alumnes cap a la realització de diferents activitats o tasques motrius per factors tant personals (ego), del context, com del clima motivacional.

La teoria de l'autodeterminació es centra en la voluntat de les accions condicionades per la competència, les relacions socials i l'autonomia. En aquesta teoria es poden apreciar diferents graus de motivació, que van des de la motivació intrínseca en l'activitat física, la motivació extrínseca en el premi fins arribar a la desmotivació completa de l'alumne (González-Cutre, Sicilia i Fernández, 2010).

Sáenz, Gimeno, Gutiérrez i Garay, B. (2012). afirmen que la motivació dels alumnes és la peça fonamental per aconseguir l'atracció dels alumnes cap a l'activitat física. La motivació que mostren els alumnes cap a l'educació física influeix en els següents aspectes: l'actitud que presenten els alumnes, la forma de realitzar les tasques o el nivell d'implicació i esforç que necessiten per realitzar una activitat.

En definitiva, tot mestre d'educació física ha d'aconseguir que els seus alumnes disposin d'una bona motivació cap a les tasques que duen a terme. El docent contínuament ha d'anar cercant alternatives que atorguin als alumnes un plaer intern en la realització de les activitats, despertant l'interès per les noves experiències en les classes d'educació física.

## **6. Proposta d'intervenció**

### **6.1. Introducció i justificació**

El punt de partida real d'aquesta investigació de camp, va sorgir durant el meu període de Pràcticum del grau. Durant aquest termini de pràctiques ens centrarem més concretament a les sessions d'educació física que vaig poder ser testimoni.

A les sessions d'educació física, personalment tenia un bon record com alumne, però al moment de participar a les classes com observador i com mestre que impartia les classes, vaig poder percebre que no tots els alumnes tenien una bona predisposició i motivació cap a l'àrea d'educació física.

A les pràctiques vaig poder gaudir de tenir dos tutors de pràctiques, un que era molt tradicional a les seves classes i un mestre que era totalment innovador en tots els aspectes. L'aspecte que més em va cridar l'atenció va ser que hi havia molts d'alumnes que malgrat l'estil d'ensenyament del seu mestre d'educació fos tradicional o innovador presentaven diferents curiositats, interessos i motivacions a l'hora de realitzar les activitats.

Per tant, l'actuació primordial que es durà a terme en aquest estudi serà determinar quins són els aspectes motivacionals que realment afecten a l'aprenentatge i a la satisfacció dels alumnes, avaluant diversos factors, a més del tipus de metodologia que utilitzen els mestres en diferents escoles.

### **6.2. Participants**

A l'estudi han participat un total de 146 alumnes de sisè de primària de 6 centres educatius diferents, a l'àrea d'educació física. L'edat dels alumnes analitzats fluctua entre els 11 i 13 anys, dels quals es troben 19 repetidors.

La mostra de l'estudi es troba constituïda per un total de 79 nens i 67 nines, representant el 54,1% i el 45,9% respectivament.

La següent taula resumeix les característiques principals i la distribució de la mostra objecte de estudi:

### Característiques i distribució de la mostra (N=146)

Categories	Freqüències	Percentatges
Sexe	Nins = 79	54,1%
	Nines = 67	45,9%
Edat	11 anys = 32	21,9%
	12 anys = 87	59,6%
	13 anys = 27	18,5%
Repetidors	19	13%

*Taula 2. Font: Taula de creació pròpia*

A més, s'ha tingut en compte la metodologia d'ensenyament dels mestres per triar els centres educatius, 3 mestres eren innovadors i 3 tradicionals. La metodologia d'ensenyament tan sols s'ha tingut en compte com una variable més a l'estudi, no s'ha agafat com a mostra de l'anàlisi.

### 6.3. Objectius

La investigació presenta dos objectius principals, per una banda, es voldrà aconseguir que es millori la motivació i es desperti l'interès de l'alumnat a l'hora de realitzar activitat física o esport. Per altra banda, s'analitzaran diferents aspectes motivacionals que afecten als alumnes a l'àrea d'educació física.

Aquest segon objectiu, serà l'eix central de l'estudi i en el que ens endinsarem per establir els diferents tipus de motivacions que poden afectar durant el procés d'aprenentatge dels alumnes.

Per examinar aquests objectius s'elaborarà un qüestionari que respondran els alumnes. Per una major comprensió dels resultats, es treballarà amb un conjunt de taules i diagrames, per poder dur a terme un anàlisi òptim i descriptiu dels resultats obtinguts.

#### 6.4. Diferenciació entre mestres tradicionals i innovadors

Dins l'àmbit educatiu es poden trobar dues tipologies de mestres: els tradicionals i els innovadors. Les desigualtats en el procés d'ensenyament-aprenentatge són prou significatives depenent del tipus de mestre, per tant és necessari observar la següent taula per poder identificar els ítems analitzats per establir la diferenciació de mestres a l'estudi:

**Taula comparativa entre mestres tradicionals i innovadors**

	MESTRES TRADICIONALS	MESTRES INNOVADORS
<b>Activitat a l'aula</b>	“Ensenyament”, desenvolupament d'aptituds en l'alumne.	“Aprenentatge”; desenvolupament d'aptitud en el mestre.
<b>Mètodes</b>	Lògics, deductius, imitatius, passius i expositius.	Psicològics, inductius, creatius i actius.
<b>Règim</b>	Importa el que diu el mestre.	Importa el que pensa l'alumne.
<b>Finalitat</b>	Externa, llunyana i desconeguda per l'alumne.	Compresa per l'alumne i propera.
<b>Objectius</b>	Amplis, generals i difícils de comprovar.	Precisos, operatius i verificables.
<b>Continguts</b>	Fixos i estàtics.	Canviants i dinàmics.
<b>Relació mestre-alumne</b>	Escassa, diàleg ocasional i preval la matèria. El mestre decideix què, com i quan.	Dialogant, tècniques grupals i l'alumne importa. Mestre estimulador i facilitador de l'aprenentatge.
<b>Alumne</b>	Objecte, dependència i immadura.	Persona, independència i madura.
<b>Presentació</b>	Desconnexió de la realitat i enciclopedista.	Relacionada amb la realitat i integració del saber.

Taula 3 . Taula comparativa entre mestres tradicionals i innovadors. Font: Taula de creació pròpia basat en López (1978).

Durant l'assistència a les sessions dels diferents mestres es varen analitzar cada un dels apartats de la taula anterior, amb la finalitat de determinar la tipologia de mestre de cada centre.

## 6.5. Descripció de l'estudi

L'estudi es va realitzar des d'una perspectiva descriptiva, tenint en compte aspectes motivacionals dels alumnes durant el seu procés d'ensenyament-aprenentatge.

En un primer moment, es desconeixia quina tipologia de professors hauria a les escoles. Per aquest motiu, i per poder triar els professors necessaris per l'estudi, es va elegir a un total de 9 professors. En primer lloc, es va contactar amb l'equip directiu dels diferents centres educatius. Seguidament, es va assistir a una sessió d'educació física del curs de 6 de primària. Després de l'observació directa, i a partir de saber quines eren les principals característiques dels docents, es va fer un triatge i s'elegiren un total de 6, 3 innovadors i 3 tradicionals.

Una vegada elegits, s'informà als mestres d'educació física de tot el procediment que es duria a terme a les seves sessions.

L'estudi es va dur a terme a dues unitats didàctiques: a una d'expressió corporal i a una de treball cooperatiu. Les unitats didàctiques es troben constituïdes per 4 sessions cada una d'elles. Aquestes dues unitats didàctiques s'han elaborat a partir dels objectius, continguts, competències bàsiques i criteris d'avaluació del Decret 32/2014 de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'Educació Primària a les Illes Balears.

Les sessions es varen dur a terme durant dues sessions setmanals amb una duració d'uns 50 minuts. El moment d'intervenció en els centres va ser durant el període del primer trimestre.

Cada una de les sessions de les unitats didàctiques es varen impartir segons el criteri de cada mestre d'educació física, explicant al mestre que tan sols es valorarà l'opinió dels alumnes, no la seva tasca com a docent.

Una vegada els alumnes hagin realitzat les dues unitats didàctiques realitzaran un qüestionari, en presència de l'investigador i del docent d'educació física. Així com s'anava explicant el qüestionari, es va incidir en la importància de que els alumnes no estaven essent avaluats per les seves respostes, que havien de contestar amb sinceritat i en reservar l'anonimat de les seves contestacions.

En els qüestionaris (veure annex 1) que realitzaran els alumnes s'estudiaran 7 aspectes diferents relacionats amb la motivació, basant-se en els establerts per Moreno, Rodríguez i Gutiérrez (2003):

- La valoració de l'àrea d'educació física i del mestre.
- Dificultat de l'educació física.
- La utilitat de l'educació física.
- L'empatia amb el mestre i l'assignatura.
- La concordança amb l'organització de l'assignatura.
- La preferència per l'educació física i l'esport.
- L'educació física com esport.
- Preferències de les sessions de les unitats didàctiques.

Cada un d'aquests aspectes es valorarà a partir de quatre preguntes de cada apartat, que hauran d'anar contestant amb els qüestionaris els alumnes.

Finalment, per realitzar l'estudi es va decidir crear una autorització prèvia per als pares/mares o tutors i pels mestres d'educació física (veure annex 2) en les que es va detallar el consentiment, la confidencialitat i l'anonimat de les respostes.

## **6.6. Instruments de recollida i anàlisi de dades**

L'instrument per recollir les dades i posteriorment analitzar-les va ser l'ús d'un qüestionari, ja creat per Moreno, Rodríguez i Gutiérrez (2003). La decisió d'elegir un qüestionari predissenyat per altres autors rellevants de la matèria va ser pel motiu de no crear un qüestionari propi sense referències.

El qüestionari original consta d'un seguit de 56 preguntes: 11 preguntes relacionades amb la valoració de l'àrea d'educació física i del mestre; 6 que fan referència a la dificultat de l'educació física; 10 relacionades amb la utilitat de l'educació física; 6 que parlen de l'empatia amb el mestre i l'assignatura; 4 de preferència per l'educació física i l'esport; i 4 relacionades amb l'educació física com esport.

A l'estudi s'ha establert la mateixa estructura d'aspectes a tractar que a l'original, però s'han suprimit algunes preguntes a diversos punts, establint-ne finalment a cada apartat 4 preguntes. A més, s'han inclòs dues preguntes relacionades amb les unitats didàctiques que s'han dut a terme. La decisió de disminuir el qüestionari es degut a que no sigui tan llarg pels alumnes o que vagin perdent l'interès durant el seu transcurs. Cal destacar, que uns dies abans de la realització de l'estudi, l'investigador es va presentar als centres per explicar l'anàlisi que es faria i per atorgar als mestres una còpia del qüestionari que es faria als seus alumnes.

Cada una de les preguntes consta de 4 graus de conformitat (escala tipus Likert), establint la lletra "A" la decisió de menys conformitat i la lletra "D" la de més.

Per dur a terme la recollida de dades no es realitzarà de forma tradicional, amb un paper i un llapis, sinó que es farà a partir d'una innovadora eina web. Aquesta eina online s'anomena "Plickers", la qual permet al mestre captar les respostes dels qüestionaris dels alumnes a temps real, utilitzant qualsevol dispositiu digital. A continuació s'adjunta la web de l'aplicació: [www.plickers.com](http://www.plickers.com)

En primer lloc, s'ha creat un usuari per la investigació on es recopilaran totes les dades de l'estudi, dins la pròpia web s'han dissenyat els diferents grups que corresponen a cada classe, anomenades com: mestres tradicional 1, 2 i 3; i les altres tres classes restants, mestre innovador 1, 2 i 3. A cada una de les classes s'han afegit les mateixes 28 preguntes que formaran cada un dels qüestionaris.

Una vegada creades les classes, s'han afegit els seus alumnes assignant-los un nombre a cada un. La plataforma online crea una targeta que s'assignarà automàticament a cada alumne. Aquestes targetes seran les eines que els alumnes utilitzin per donar les seves respostes a classe.

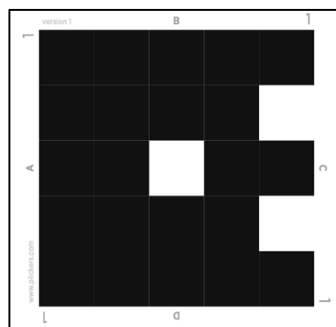


Figura 3. Targeta de respostes dels qüestionaris. Font: Plickers.com



Cada alumne disposarà de la seva targeta identificadora que li predeterminedrà l'aplicació i haurà d'anar donant respostes a les preguntes del qüestionari que l'investigador li presentarà a la pissarra digital de l'aula. Com les preguntes disposen de 4 opcions de resposta possibles (A, B, C o D), l'alumne haurà d'aixecar la seva targeta en posició vertical amb la lletra desitjada de la seva resposta a la part superior. Per exemple, si l'alumne volgués contestar a una pregunta amb l'opció "C", la seva targeta hauria de presentar la següent posició:

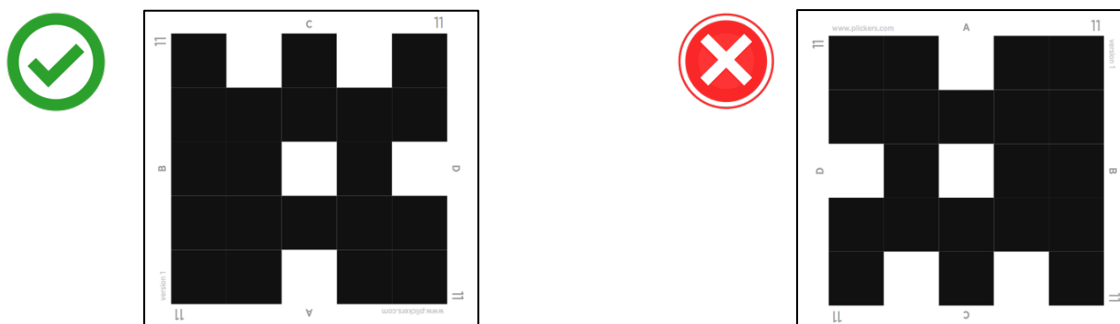


Figura 4. Col·locació correcta de targeta. Font: Plickers.com

Quan tots els alumnes tinguin en alt les targetes amb les seves respostes l'investigador agafarà un dispositiu digital amb la seva sessió iniciada a l'aplicació descarregada, i col·locarà l'opció "Scan". Aquesta opció activa la càmera del dispositiu i escaneja cada una de les respostes de les targetes de cada alumne amb una simple focalització cap a la targeta. Una vegada l'aplicació té totes les respostes del l'alumnat genera uns gràfics a temps real de les respostes que es van escanejant.

S'ha establert aquesta eina com a recull de dades pels següents motius:

- És una eina innovadora i motivant pels alumnes.
- Tan sols es necessiten les targetes, un projector i un dispositiu digital.
- S'estalvia molt paper, ja que tan sols s'han d'imprimir les targetes una vegada.
- No és necessari que els alumnes disposin de dispositiu digital.
- La mateixa aplicació crea gràfics comparatius entre classes creades.
- És molt ràpid a l'hora de fer el recull de dades.

En definitiva, els instruments de recull i anàlisi de dades que s'han elegit es caracteritzen per la seva estructuració i adaptació a les necessitats concretes de l'estudi.

## **6.7. Unitats didàctiques**

### **Justificació de les unitats didàctiques**

La justificació de l'elecció de les temàtiques en les que es centren les unitats didàctiques s'han elegit amb la finalitat d'establir temes molt genèrics, per poder fixar diferents variables a cada sessió i obtenir així, els resultats motivacionals desitjats a l'estudi.

Per una banda, la unitat didàctica de “La unió fa la força”, s'ha creat a partir de la necessitat de treballar la feina en equip a les aules, i així ho reflexa el darrer Informe PISA publicat el 21 de novembre de 2017 per la OCDE, on situa als alumnes de Balears en onzena posició en comparació a la resta d'Espanya. Per tant, amb aquesta unitat didàctica s'analitzaran els aspectes motivacionals a partir de sessions orientades al treball cooperatiu.

Per altra banda, la unitat didàctica de “Expressa't”, s'ha elaborat amb la finalitat de potenciar aspectes motivadors dels alumnes com seria el gaudiment i satisfacció que produeix la creativitat personal i establir una connexió amb la Teoria del flux de Csikszentmihályi, en què es perd la noció del temps, la tasca té una finalitat en si mateix i es considera agradable l'esforç realitzat. A més, cal destacar que amb aquesta unitat es donen a conèixer altres formes d'activitat física, que els alumnes poden posar en pràctica en el seu temps d'oci, ja que ofereixen un nivell immillorable de participació en grup i una gran diversió.

En quant a la justificació curricular de les unitats didàctiques, ve donada pel Decret 32/2014 de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'educació primària a les Illes Balears, i més concretament es focalitzarà a l'annex d'educació física.

A la primera unitat didàctica de “La unió fa la força”, es treballaran temes relacionats amb el treball cooperatiu a les diferents sessions. Aquesta unitat didàctica no es trobaria emmarcada dins un bloc de continguts en concret, sinó que serviria com a treball de continguts transversals que marca el currículum.

La segona unitat didàctica de “Expressa't”, es caracteritza pel treball d'aspectes relacionats amb l'expressió corporal i la desinhibició dels alumnes. Aquesta unitat didàctica si que es pot ubicar dins un bloc de continguts en concret, al “BLOC 3. ACTIVITATS FÍSiques ARTÍSTiques I EXPRESSIVES”, a l'apartat destinat del quart al cinquè curs de primària.

Una de les particularitats que presentaran les sessions que formen les unitats didàctiques és que tindran una gran flexibilitat en quant a la seva estructuració, essent així, modificables i adaptables en funció a les característiques dels alumnes.

## Participants

Les unitats didàctiques han estat dissenyades per ser desenvolupades a l'àrea d'educació física, més concretament, al curs de sisè de primària. Aquestes unitats es duran a terme per 6 mestres a 6 centres educatius diferents. A continuació, es poden observar el ràtio d'alumnes per mestre d'educació física:

**Ràtio d'alumnes per mestre d'educació física (N=146)**

Mestres d'educació física	Alumnes	Percentatges
Mestre tradicional 1	24	16,4%
Mestre tradicional 2	25	17,1%
Mestre tradicional 3	25	17,1%
Mestre innovador 1	25	17,1%
Mestre innovador 2	24	16,4%
Mestre innovador 3	23	15,8%

*Taula 4. Ràtio d'alumnes per mestre d'educació física. Font: Taula de creació pròpia*

En definitiva, les unitats didàctiques aniran destinades a un total de 146 alumnes de diferents centres educatius.

## Objectius

A cada una de les unitats didàctiques s'han establert una sèrie d'objectius que els alumnes han d'anar assolint i treballant durant el transcurs d'aquestes. Els objectius generals per cada una de les unitats didàctiques seran els següents:

### Unitat didàctica “La unió fa la força”

- Millorar les relacions afectives en el grup classe.
- Fomentar la convivència i la cooperació, evitant la discriminació dins l'aula.
- Aprendre a treballar en grup i fomentar el respecte entre companys.

- Respectar les normes establertes i fer un joc net.
- Facilitar la difusió de jocs que facilitin el desenvolupament d'actituds i valors coeducatius.
- Acceptar el rol que li correspon a cada un a les diferents activitats.

En aquesta unitat didàctica es treballarà de forma transversal les competències físiques bàsiques (força, velocitat, resistència i flexibilitat)

### Unitat didàctica “Expressa’t”

- Conèixer les possibilitats i recursos expressius del cos.
- Resoldre problemes que exigeixin el domini de patrons motors bàsics a partir dels estímuls perceptius.
- Identificar i expressar emocions i sentiments a partir de l'expressió corporal.
- Aprendre a utilitzar la comunicació no verbal.
- Representar balls i coreografies.
- Aprendre a escenificar diferents situacions que siguin necessàries l'ús de tècniques d'expressió corporal.
- Desplaçar-se pels espais fent una adaptació del ritme.
- Millorar la confiança i el respecte entre companys i la pròpia autoestima

A més, s'establiran els objectius específics que es voldran assolir a cada una de les sessions que formen les unitats didàctiques.

### **Continguts**

Els continguts que es treballaran a les unitats didàctiques s'establiran segons el Decret 32/2014 de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'educació primària a les Illes Balears, dins l'àrea d'educació física. A continuació, s'anomenaran els continguts que es treballaran a cada una de les unitats didàctiques:

### Unitat didàctica “La unió fa la força”

- Exploració de les capacitats perceptives i la seva relació amb el moviment.

- Realització de tasques que impliquen coordinació dinàmica general i segmentària.
- Aplicació de les habilitats bàsiques en les situacions de joc.
- Descobriments de les estratègies bàsiques de joc relacionades amb la cooperació, l'oposició i la cooperació/oposició.
- Respects, tolerància i col·laboració amb les persones que participen en el joc i rebuig envers els comportaments antisocials.
- Comprensió, acceptació i compliment de les normes de joc i actitud responsable en relació a les estratègies establertes.
- Acceptació del paper que li correspon dins l'equip com a jugador i de la necessitat d'intercanvi de papers perquè tots experimentin diferents responsabilitats.

### Unitat didàctica "Expressa't"

- Exploració i consciència de les possibilitats i els recursos expressius del cos i demostració d'espontaneïtat i creativitat.
- Composició de moviments a partir d'estímuls rítmics i musicals. Elaboració de coreografies simples.
- Coneixement, identificació i pràctica de danses i balls propis de diferents cultures.
- Coneixement, identificació i expressió d'emocions i sentiments individuals a través del cos, el gest i el moviment.
- Comprensió dels missatges corporals i representacions fetes de forma individual i col·lectiva.
- Representacions i improvisacions artístiques amb el llenguatge corporal i amb ajuda d'objectes i materials.
- Escenificació de situacions reals o imaginàries que comportin la utilització de tècniques expressives bàsiques.
- Participació i respecte davant situacions que suposin comunicació corporal i valoració dels recursos expressius propis i dels companys.

Així mateix, a cada una de les sessions es fixaran els continguts en concret que es treballaran.

## Competències bàsiques

A partir del Decret 32/2014 de 18 de juliol, pel qual s'estableix el currículum de l'educació primària a les Illes Balears, a les unitats didàctiques establertes es treballaran les següents competències:

1. Competència en comunicació lingüística. Aquesta competència tindrà presència a les unitats didàctiques en el moment d'assolir el vocabulari específic de cada joc o esport i les seves regles generals.
2. Competència digital. Fa referència a la valoració crítica dels alumnes de la informació que els arriba a través dels mitjans de comunicació sobre els diferents aspectes que s'engloben dins l'educació física.
3. Aprendre a aprendre. Els alumnes desenvoluparan diverses estratègies per dur a terme el seu aprenentatge satisfactòriament.
4. Competències socials i cíviques. Durant el desenvolupament de les unitats didàctiques s'observarà un aprenentatge en la convivència amb els companys. Es fomentarà a partir de l'activitat física les relacions interpersonals entre l'alumnat, tenint en compte l'autonomia personal, la participació i l'atenció a la diversitat.
5. Sentit d'iniciativa i esperit emprenedor. L'alumnat assimilarà aquesta competència en els moments de realitzar la presa de decisions de forma raonada en diverses situacions que se'ls vagin plantejant al llarg de les sessions.

Les activitats que formen cada una de les unitats didàctiques s'han dissenyat amb la finalitat de que els alumnes adquireixin de forma eficaç més d'una competència simultàniament.

## Metodologia

La metodologia que es farà servir en aquestes unitats didàctiques dependrà del mestre d'educació física que la dugui a terme. No s'establirà un estil d'ensenyament en concret a les

sessions, sinó que cada mestre tindrà total llibertat per l'elecció de la seva metodologia a les classes.

La finalitat de no establir una metodologia d'ensenyament unificada es degut a que prèviament s'han establert una classificació entre mestres innovadors i tradicionals, i per tant, cada un farà servir els seu estils d'ensenyament.

Cal destacar, que a les unitats didàctiques si que queden establertes les següents parts de la sessió: activació, activitats principals i teorització.

L'activació es farà a la part inicial, dividint-se en dues parts. A la primera part, es durà a terme una activació teòrica on el mestre explicarà quin es l'objectiu específic d'aquella sessió i de quina forma es treballarà; la segona part, consistirà en realitzar un escalfament o posada en funcionament dels diferents grups musculars a partir d'activitats.

La part principal serà el recull d'activitats que es faran al llarg de la sessió, relacionades amb els objectius establerts.

La part final de la sessió serà la teorització, on es durà a terme una activitat de menor intensitat per tal de tornar a un estat de calma i relaxació. A més, es duran a terme un conjunt de feedbacks, on es farà el balanç d'aquella sessió i es comprovarà si s'han assolit els objectius.

### **Temporització**

Les diferents sessions que formen les unitats didàctiques es duran a terme durant el primer trimestre del curs. Les unitats didàctiques es troben constituïdes per 4 sessions cada una d'elles. Les sessions es duran a terme durant dos dies a la setmana amb una duració de 50 minuts.

Les sessions disposaran de la següent estructura: una activació (10 minuts), un conjunt d'activitats principals (30 minuts ) i finalment, una teorització (10 minuts).

Aquesta planificació és totalment orientativa, ja que el mestre haurà d'adaptar-se al temps que es necessiti per a cada part de la sessió. És necessari establir una flexibilitat a les

sessions ja que hi haurà conceptes teòrics o pràctics que siguin més difícils d'assolir, i per tant, serà imprescindible un temps major. Amb aquesta finalitat, el mestre ha de disposar de recursos per poder solucionar aquests imprevists com: jocs extres, afegir o eliminar variants, etc. És necessari tenir en compte que sempre s'ha d'intentar garantir la transmissió dels objectius a un nivell òptim.

### **Atenció a la diversitat**

Per acabar de programar les unitats didàctiques l'investigador va presentar-se personalment als centres educatius uns dies abans de la realització de l'estudi. Els dies anteriors a l'estudi, l'investigador va mantenir una petita entrevista amb els mestres d'educació física. Un dels interessos més rellevants va ser, saber si dins la seva classe de sisè de primària hi havia qualche alumne que necessités alguna adaptació curricular o simplement d'algunes activitats en concret.

De la totalitat d'alumnes analitzats es varen detectar els següents alumnes que caldria fer-ne adaptacions a les sessions d'educació física: 4 alumnes amb dislèxia, 6 amb TDA-H, 2 amb deficiències auditives i 1 amb discapacitat física (absència de la mà dreta).

El conjunt de mesures i adaptacions no significatives que s'han realitzat als alumnes amb TDA-H s'han establert a partir de la interpretació de dos documents elaborats per la Conselleria d'Educació i Cultura de les Illes Balears (2017a i b), com són: El trastorn per dèficit d'atenció amb o sense hiperactivitat, guia per a docents i les 10 pautes per ajudar a nins amb TDA-H (2017). Les 5 adaptacions no significatives més rellevants varen ser:

- L'alumne s'ha d'ubicar a prop del mestre i s'han d'evitar elements de distracció.
- Mantenir el contacte visual amb els alumnes
- S'han de donar instruccions molt clares i senzilles.
- Les normes de comportament les ha de tenir sempre present i han de ser molt clares.
- S'ha d'intentar que els alumnes no es sentin diferents.

Els alumnes amb dislèxia han gaudit de les seves adaptacions no significatives a les sessions a partir de les directrius fixades als protocols de detecció i actuació en dislèxia elaborats per la



Conselleria d'Educació i Cultura de les Illes Balears (2017c). Les 5 adaptacions no significatives més destacades varen ser:

- Prevaler els reforços visuals i auditius.
- Exposició de murals i reforços visuals relacionats amb els seus interessos i motivacions al gimnàs.
- Permetre més temps per realitzar les tasques.
- Evitar la correcció sistemàtica dels errors produïts a les activitats.
- El mestre s'ha d'assegurar de la bona comprensió abans realitzar la tasca.

Fent referència als 2 alumnes amb deficiències auditives, tan sols es seguiran un conjunt d'adaptacions no significatives comunes a totes les sessions com són:

- Presentar tota la informació possible de forma visual.
- El mestre exemplificarà cada una de les activitats.
- Les explicacions es faran de front, facilitant el seguiment del suport labial.
- Utilitzar una pissarra per com a suport de les explicacions orals.

Finalment, l'alumne amb discapacitat física no tindrà cap adaptació a les unitats didàctiques, ja que podrà desenvolupar cada una de les sessions de forma autònoma i satisfactòria.

## **Les sessions**

Les unitats didàctiques es troben constituïdes per 4 sessions cada una d'elles. Aquestes sessions que formen cada una de les unitats didàctiques s'han establert amb una intencionalitat en concret. A cada sessió es tindrà l'objectiu d'aconseguir recopilar dades en quant als aspectes motivacionals es refereix de forma indirecta.

Les sessions creades d'ambdues unitats didàctiques s'han elaborat amb la finalitat de ser simplement una guia pels mestres que les duran a terme. Abans que els mestres hagin realitzat les unitats didàctiques varen ser informats que tindrien una gran flexibilitat per dur-les a terme. És important fer aquest incís, ja que malgrat les sessions duguin unes pautes establertes, els mestres que les han realitzat han gaudit d'una gran llibertat a l'hora de interpretar-les i dur-

les a terme. Amb aquesta llibertat d'interpretació s'ha aconseguit obtenir una diferenciació en el resultats referents a les metodologies tant dels mestres tradicionals, com dels innovadors.

En cap cas és vol influenciar en la decisió dels alumnes establint unes unitats didàctiques fixades i tancades.

Cal dir que a cada "sessió guia" s'han establert diferents variables per poder potenciar la consecució de dades rellevants una vegada passats els qüestionaris.

Les variables que s'han fixat a les sessions són:

**Sessió 1:** Utilització de material divers i atractiu.

**Sessió 2:** Realització de diferents agrupaments a les activitats.

**Sessió 3:** Establir totes les activitats amb un component competitiu.

**Sessió 4:** Aprenentatge a través dels jocs.

És necessari fer referència que a les diverses sessions que formen les unitats didàctiques no s'han establert cap tipus de variants a les activitats, amb la finalitat de donar pas a la creativitat i a la personalitat metodològica dels docents d'educació física.

Per poder observar més detalladament les sessions veure annex 3 per la unitat didàctica de treball en equip, i veure annex 4 per la unitat didàctica d'expressió corporal.

## **7. Anàlisi de dades**

Per analitzar i observar gràficament, els diferents aspectes motivacionals que s'han fixat a l'estudi, s'han realitzat diferents diagrames de barres i taules, amb l'objectiu de poder interpretar les dades obtingudes d'una forma més senzilla i visual.

Per estructurar l'anàlisi de dades, s'han estudiat els diferents aspectes motivacionals des d'una perspectiva individualitzada, partint de cada una de les preguntes establertes al qüestionari. A continuació, es poden observar les dades obtingudes a cada apartat:

## 7.1. La valoració de l'àrea d'educació física i del mestre

En aquest apartat es realitza un recull de resultats relacionats amb el primer aspecte que afecta al clima motivacional, amb la finalitat d'obtenir les valoracions dels alumnes sobre l'àrea d'educació física i els seus mestres. Per l'obtenció d'aquestes dades s'han establert els següent 4 ítems de control:

- P1) El meu mestre m'anima a fer activitat física o algun esport fora de l'escola?
- P2) El mestre tracta igual a les nines que als nins?
- P3) T'agrada utilitzar diferents materials (piques, cons, pilotes, etc.)?
- P4) El mestre d'educació física intenta fer divertides les seves classes?

A continuació, es poden observar dos diagrames de barres referent a la valoració de l'àrea d'educació física i el seu mestre, realitzant una comparativa amb els resultats obtinguts dels alumnes amb mestres tradicionals i dels alumnes amb mestres innovadors:

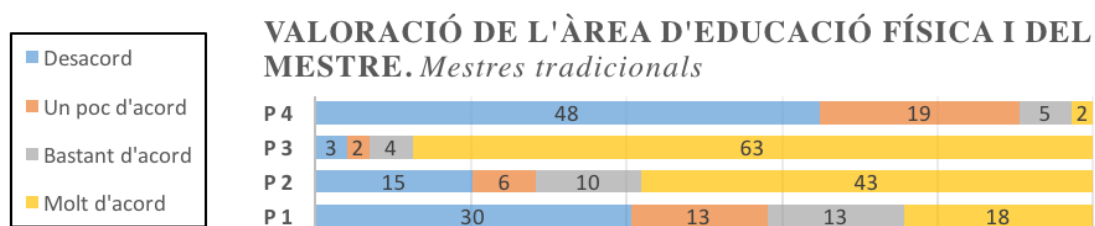


Figura 6. Valoració de l'àrea d'educació física i del mestre. *Mestres tradicionals*. Font: Creació pròpia



Figura 7. Valoració de l'àrea d'educació física i del mestre. *Mestres innovadors*. Font: Creació pròpia

Si es realitza una comparativa entre els gràfics (figures 6 i 7), els resultats obtinguts són oposats entre els mestres innovadors (M.I.) i dels tradicionals (M.T.). En quant al foment de l'activitat física fora del centre, per una banda, els mestres innovadors motiven més als seus alumnes per realitzar-ne fora de l'escola, però per altra banda, es troben els mestres tradicionals

que un 40% del total dels alumnes enquestats creuen que els seus mestres d'educació física no promouen la realització de l'activitat física fora del centre educatiu.

En quant a les dades referides al tractament igualitari dels mestres d'educació física entre nins i nines, independentment de ser innovadors o tradicionals, preval la idea de que es tracta a l'alumnat de forma igualitària independentment del seu sexe.

A la tercera pregunta analitzada, es pot trobar una gran similitud entre els alumnes que tenen mestres innovadors i els que els tenen tradicional. En aquesta pregunta s'analitza el disfruit dels alumnes amb material divers a les sessions, ambdós casos es pot observar que els alumnes gaudeixen realitzant educació física amb diferents materials

Finalment, a la darrera pregunta d'aquest apartat, atenent a la diversió a les classes d'educació física, s'han obtingut uns resultats molt rellevants, on el 64% dels alumnes amb mestres tradicionals troben que els seus docents no intenten realitzar les sessions divertides. En contraposició es troben els alumnes amb mestres innovadors, on tals sols un 1,3% pensa que el seu mestre no intenta fer les seves sessions atractives.

## **7.2. La dificultat de l'educació física**

A aquest segon apartat de l'anàlisi, s'ha dut a terme un estudi de diferents aspectes relacionats amb el grau de dificultat que perceben els alumnes a l'hora de realitzar les classes d'educació física. Els alumnes han valorat la dificultat de les sessions a partir de les següents preguntes de control:

- P1) Les activitats d'educació física són fàcils?
- P2) Aprovar en educació física és més fàcil que en altres assignatures?
- P3) L'assignatura d'educació física és difícil?
- P4) Treure bona nota a educació física és fàcil?

Aquestes preguntes s'han analitzat a partir d'un diagrama de barres, en el que es pot observar una comparativa entre les valoracions dels alumnes amb mestres innovadors i els que tenen mestres tradicionals d'educació física. Seguidament, es poden observar els següents diagrames:

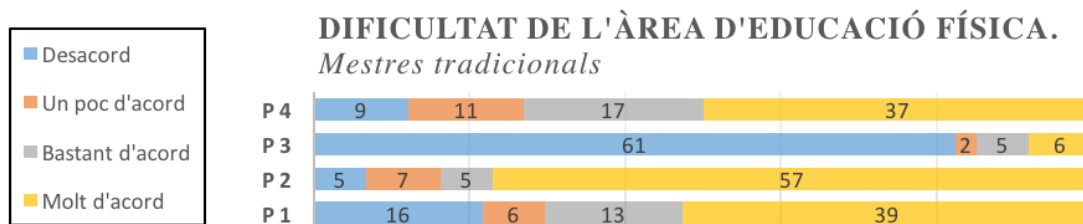


Figura 8. Valoració de la dificultat de l'àrea d'educació física. *Mestres tradicionals*. Font: Creació pròpia

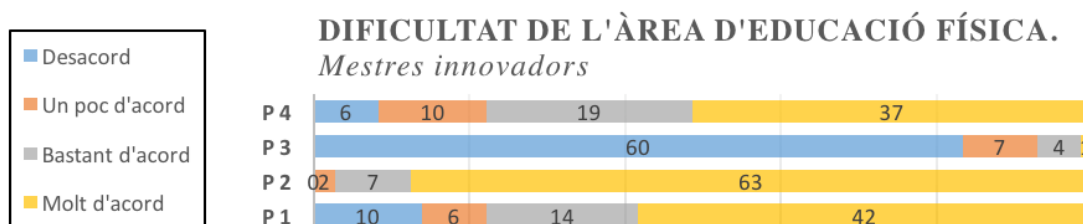


Figura 9. Valoració de la dificultat de l'àrea d'educació física. *Mestres innovadors*. Font: Creació pròpia

La comparativa entre els gràfics valoratius de la dificultat de les sessions d'educació física i de l'àrea en general, proporciona uns resultats molt similars en quant a l'opinió dels alumnes. A partir de l'anàlisi específic de les preguntes 1 i 3, es podria dir que els alumnes independentment del tipus de mestre que tinguin troben que l'assignatura d'educació física és considerada com a "fàcil", en comparació amb les altres assignatures. A més, l'alumnat enquestat en ambdós casos coincideixen considerablement en la freqüència d'opinions (M.T. 50% i M.I. 51,5%), en quant a la facilitat de treure bona nota a l'àrea d'educació física.

### 7.3. La utilitat de l'educació física

En aquest punt analitzat es pot observar la utilitat que li veuen els alumnes a la realització de les classes d'educació física. La utilitat que els alumnes perceben de l'assignatura vindrà en part donada per la motivació o desmotivació que presenten a les sessions. Les preguntes de control que s'han realitzat per comparar els diversos resultats són les que s'anomenaran a continuació:

- P1) L'educació física és avorrida?
- P2) El que aprenc a educació física no em serveix de res?
- P3) Haurien de seguir existint les classes d'educació física a les escoles?
- P4) Em costa fer les activitats que em diu el mestre?

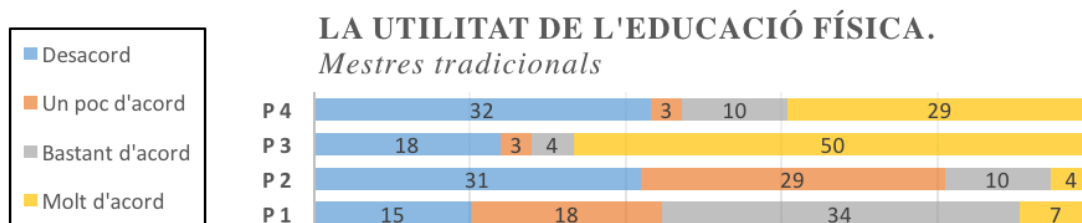


Figura 10. La utilitat de l'educació física. *Mestres tradicionals*. Font: Creació pròpia

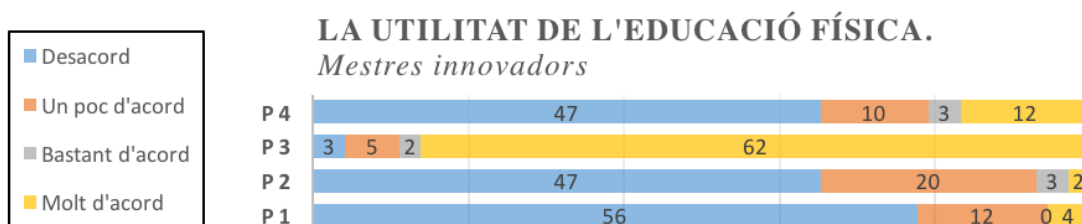


Figura 11. La utilitat de l'educació física. *Mestres innovadors*. Font: Creació pròpia

Els ítems s'analitzaran a partir de les preguntes establertes anteriorment. En primer lloc, a la pregunta 1 s'aprecien diferències significatives, en quant a l'opinió de la diversió a les classes d'educació física. Un 45,9% dels alumnes amb mestres tradicionals opinen que les classes d'educació física són bastant avorrides; pel contrari, el 77,8% dels alumnes amb mestres innovadors no estan d'acord en que les seves sessions d'activitat física siguin poc divertides.

En segon lloc, en quant a la pregunta de la utilitat de l'educació física en el seu dia a dia, es poden apreciar resultats gairebé similars als alumnes amb M.T i M.I., els dos grans grups estudiats es troben en desacord en dir que les seves classes d'educació física “no serveixen per res”. A més, en la interpretació del gràfic es pot deduir que la major part de la totalitat d'alumnes enquestats es decanten per opinar que les classes d'educació físiques sí que són necessàries als centres educatius.

Finalment, en quant a la dificultat que presenten els alumnes en realitzar diverses activitats a educació física, trobem que un 39,1% dels alumnes amb mestres tradicionals sí que presenten dificultats a l'hora de dur a terme algunes activitats, en canvi, tan sols un 16,7% presenten una major facilitat en realitzar-les amb èxit.

## 7.4. L'empatia amb el mestre i l'assignatura

En aquest apartat s'ha realitzat un estudi dels ítems relacionats amb la figura del mestre d'educació física, de l'assignatura i dels sentiments o emocions que els proporciona les sessions. Els ítems avaluats s'han establert a partir de les següents preguntes de control:

- P1) L'educació física és més important que la resta d'assignatures?
- P2) L'educació física és l'assignatura que més m'agrada?
- P3) Les classes d'educació física milloren el meu estat d'ànim?
- P4) De tots els mestres el d'educació física és el més divertit?

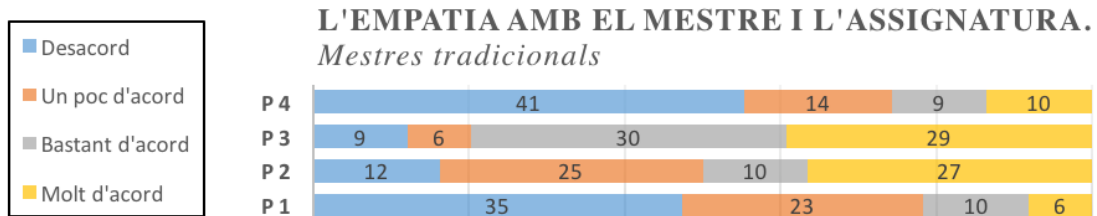


Figura 12. L'empatia amb el mestre i l'assignatura. *Mestres tradicionals*. Font: Creació pròpia

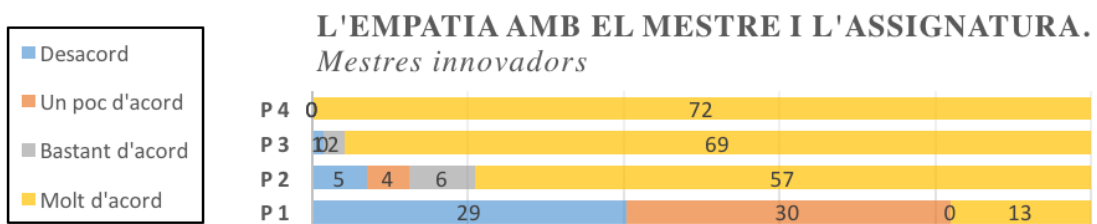


Figura 13. L'empatia amb el mestre i l'assignatura. *Mestres innovadors*. Font: Creació pròpia

Després d'haver realitzat la comparativa entre els dos diagrames de barres es poden extreure un seguit de dades rellevants.

En primer lloc, cal destacar que un nombre considerable d'alumnes del total enquestats troben que l'àrea d'educació física no és una àrea més important que la resta.

Seguidament, es pot apreciar que un 79% dels alumnes amb M.I. coincideixen en que l'àrea d'educació és l'assignatura que més els agrada, front un 36% d'alumnes amb M.T. que opinen que no és l'assignatura més atractiva del seu curs.

És necessari fer un incís important a la pregunta relacionada amb l'estat d'ànim dels alumnes a les sessions d'educació física, ja que un 95,8% dels alumnes enquestats amb M.I. creuen que aquesta assignatura si que els millora el seu estat d'ànim. Al contrari, trobem que tan sols un 39,2% dels alumnes amb M.T. estan totalment d'acord en que el seu estat d'ànim també millora durant les classes d'educació física.

Una altra de les preguntes rellevants en aquest apartat és: l'opinió que tenen els alumnes sobre el seu mestre d'educació física. Els alumnes que tenen a les seves classes mestres innovadors han coincidit amb un 100% en que el seu mestre d'educació física és el més divertit en comparació a la resta de mestres. Si es fa una comparativa amb els alumnes amb mestres tradicionals, tan sols un 13,5% concorden la idea d'estar totalment d'acord amb que el seu mestre d'educació és el més divertit equiparant-los amb els altres del seu centre educatiu.

### 7.5. La concordança amb l'organització de l'assignatura

Aquest apartat fa referència aspectes interns de les sessions d'educació física, que en certa forma poden afectar motivacionalment als alumnes. En aquest punt es farà èmfasi a alguns factors com poden ser: normes a l'àrea d'educació física, formes d'agrupaments a les activitats, metodologies emprades, etc. Per realitzar l'obtenció de dades s'han establert 4 preguntes de control relacionades amb els aspectes anomenats anteriorment, com són:

- P1) El mestre d'educació física ha de treballar amb roba esportiva?
- P2) A educació física em relaciono més amb els companys que a altres assignatures?
- P3) El mestre d'educació física m'obliga anar amb roba esportiva a les classes?
- P4) M'agraden més les classes pràctiques que les de teoria?

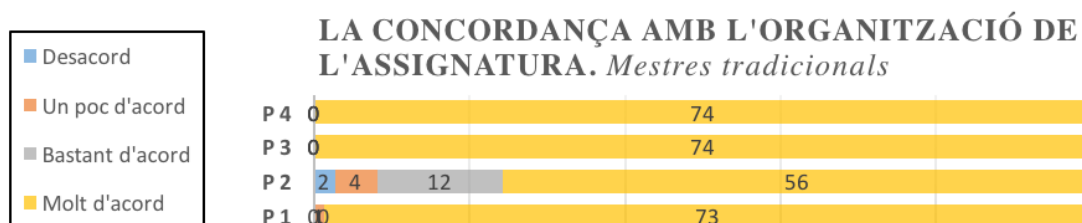


Figura 14. La concordança amb l'organització de l'assignatura. Mestres tradicionals. Font: Creació pròpia





Figura 15. La concordança amb l'organització de l'assignatura. Mestres innovadors. Font: Creació pròpia

Quan els alumnes són demanats per preguntes relacionades amb aspectes organitzatius de l'assignatura, independentment del tipus de mestre que tinguin coincideixen considerablement en les respostes.

Una vegada demanats als alumnes sobre la necessitat de que el seu mestre d'educació física porti roba esportiva per realitzar les classes, les respostes donades s'han declinat per estar totalment d'acord per unanimitat, en que el seu mestre porti roba adequada per realitzar les classes. A més, cal destacar quan se'ls planteja la pregunta relacionada amb l'obligació de l'ús de roba esportiva pels alumnes a educació física, també el 100% d'alumnes enquestats està totalment d'acord en que el seu mestre l'obliga a dur roba esportiva.

Un altre ítem destacat en aquesta part del qüestionari, és que s'han obtingut unes dades molt rellevants en quant a la relació entre companys a l'àrea d'educació física. Els resultats han estat: per una banda, el 75,7% d'alumnes amb M.T. estan totalment d'acord en que en aquesta assignatura es relacionen més amb els companys, i per altra banda, un 94,4% dels alumnes amb M.I. també es decanten per aquesta opció. Per altra banda, un altre ítem que han coincidit per unanimitat tots els alumnes enquestats és que prefereixen les classes pràctiques enfront a les classes teòriques.

## 7.6. La preferència per l'educació física i l'esport

Al qüestionari realitzat s'ha establert un punt a tractar relacionat amb algunes preferències dels alumnes a l'hora de realitzar activitat física o esport. Cal destacar, que els gustos dels alumnes tant a l'escola com a fora, serà un dels eixos centrals de l'estudi realitzat, ja que la motivació va fortament lligada als desitjos dels alumnes.

Per analitzar aquest apartat s'han establert les següents preguntes de control:

- P1) A educació física hauríem de fer més teoria?

- P2) Prefereixo practicar algun esport abans que anar-me amb els amics?
- P3) M'agradaria ser mestre d'educació física?
- P4) M'estimo més fer algun esport abans que mirar la televisió?

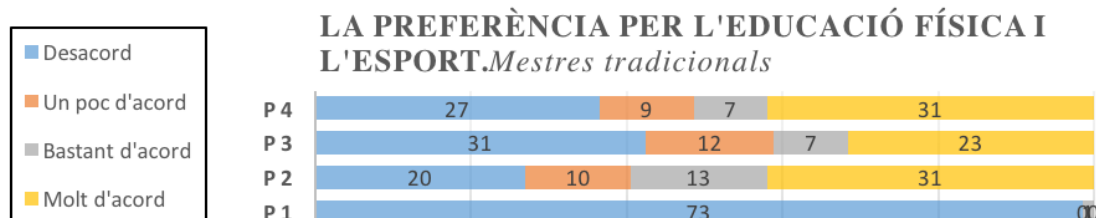


Figura 16. La preferència per l'educació física i l'esport. *Mestres tradicionals*. Font: Creació pròpia

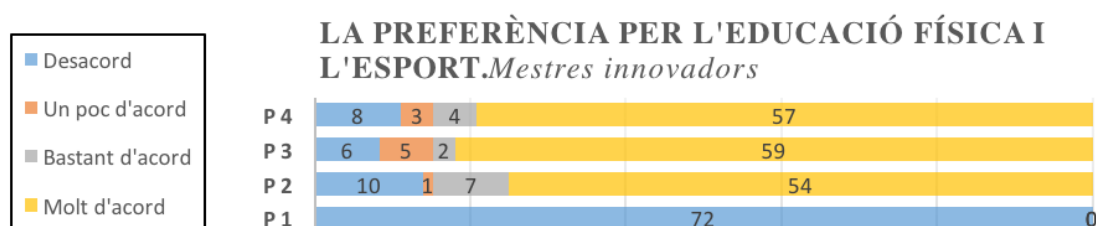


Figura 17. La preferència per l'educació física i l'esport. *Mestres innovadors*. Font: Creació pròpia

En aquest apartat s'ha incidit en tornar a demanar als alumnes per les classes teòriques i els resultats han estat similars als de l'apartat anterior, en aquest cas els alumnes s'han trobat en desacord en realitzar més continguts teòrics a les sessions d'educació física.

En quant a les preferències de realitzar algun esport enfront a altres activitats d'oci fora de l'escola, les opinions dels alumnes han estat les següents: un 41,9% de l'alumnat amb M.T. anteposa la pràctica d'un esport a mirar la televisió o estar amb els amics en el seu temps d'oci. Si s'observa la perspectiva dels alumnes amb M.I. es pot deduir que el 77,1% dels alumnes es declinen per la pràctica d'algun esport a altres activitats d'oci.

En aquest punt s'ha elaborat una pregunta relacionada amb la perspectiva de futur dels alumnes en quant a l'educació física. Amb aquesta pregunta, s'ha volgut aconseguir que els alumnes raonin sobre la importància de l'educació física en el seu futur, i per altra banda, poder saber el que representa per ells la figura dels seus mestres d'educació física. Un 81,9% dels alumnes amb M.I. pensen que en un futur sí que els agradaria ser mestres d'educació física, en contraposició, es pot observar que tan sols un 31,1% dels alumnes amb M.T. coincideix amb els alumnes amb M.I.

## 7.7. L'educació física com esport

Una gran quantitat d'alumnes a dia d'avui no és capaç de diferenciar els termes gimnàstica o esport d'educació física. Per tant, s'han establert dues preguntes relacionades amb aquesta diferenciació per corroborar les hipòtesis sobre aquest fet.

Un altre aspecte que es valorarà en aquest apartat serà el tipus de jocs o esports que realitzen a les sessions d'educació física, fent referència si són: col·laboratius, d'oposició, individuals, etc.

Per realitzar l'estudi corresponent a aquest apartat s'han establert les següents 4 preguntes de control:

- P1) Educació física i gimnàstica és el mateix?
- P2) Educació física i esport és el mateix?
- P3) A educació física sempre competim els uns contra els altres?
- P4) A educació física només fem esports?

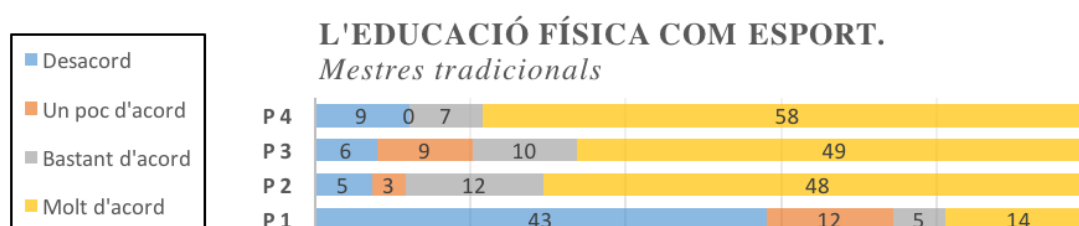


Figura 18. L'educació física com esport. Mestres tradicionals. Font: Creació pròpia

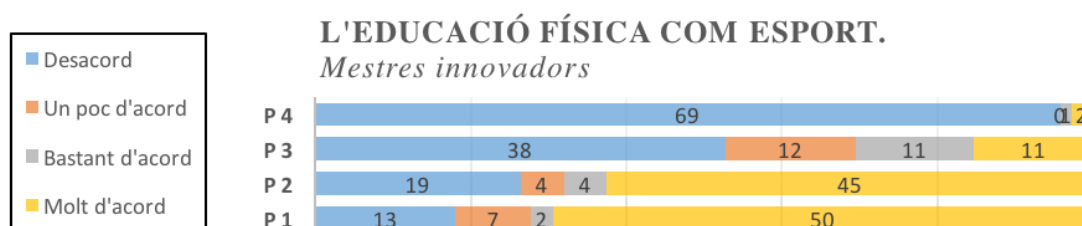


Figura 19. L'educació física com esport. Mestres innovadors. Font: Creació pròpia

A partir dels resultats obtinguts es confirma la hipòtesi de que la gran majoria de la totalitat d'alumnes enquestats té dubtes o pensa que l'àrea d'educació física és el mateix que la gimnàstica o que l'esport.

Un 66,2% dels alumnes amb M.T. troben que a les activitats dels seus mestres d'educació predominen les d'oposició entre ells, i un 52,8% dels alumnes amb M.I. creuen que les activitats d'oposició no són les úniques que el seu mestre proposa a les seves classes.

En quant al tipus d'activitats que realitzen els alumnes a les sessions d'educació física, es pot deduir que els mestres innovadors gaudeixen d'un major ventall de possibilitats a l'hora d'elaborar activitats diferents. En contraposició, els alumnes tradicionals duen a terme activitats més enfocades a realitzar diferents esports.

A partir de totes dades obtingudes s'establiran un conjunt de conclusions personals en les que es podran observar diferents recomanacions, amb la finalitat de millorar alguns aspectes motivacionals a les classes d'educació física.

### 7.8. Preferències de les sessions de les unitats didàctiques.

En aquest apartat s'analitzaran les dues preguntes adherides al qüestionari predissenyat. S'han establert les dues qüestions amb la finalitat de poder obtenir dades d'interès sobre les preferències de les sessions dutes a terme a cada unitat didàctica.

Per realitzar l'estudi que fa referència a aquest apartat s'han formulat les següents preguntes:

- P1) Quina sessió t'ha agradat més de la unitat didàctica "La unió fa la força"?
- P2) Quina sessió t'ha agradat més de la unitat didàctica "Expressa't"?

Cada unitat didàctica consta de 4 sessions, per tant, per a que els alumnes donin les seves respostes es farà un incís en la següent nomenclatura: la "A" correspondrà a la sessió 1, la "B" a la sessió 2, la "C" a la tercera i finalment la lletra "D" correspondrà a la sessió 4.

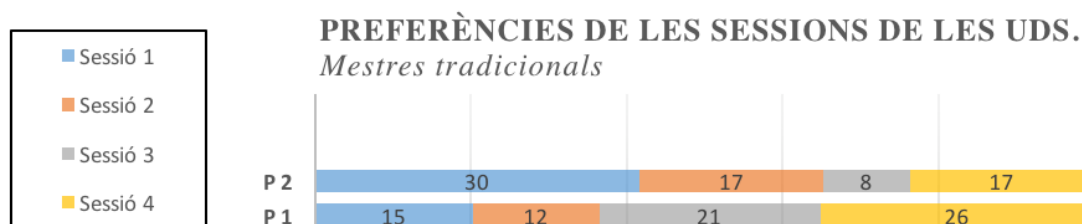


Figura 20. Preferències de les sessions de les unitats didàctiques . *Mestres tradicionals*. Font: Creació pròpia

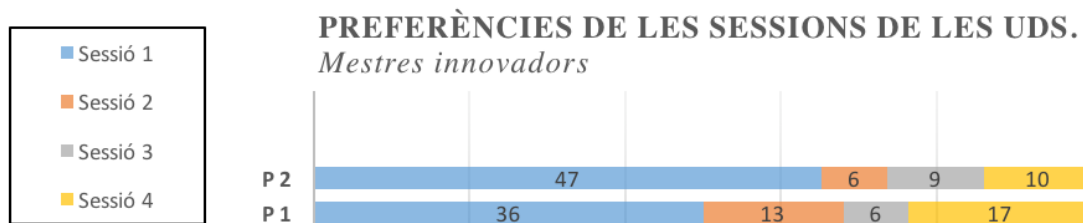


Figura 21. Preferències de les sessions de les unitats didàctiques . *Mestres innovadors*. Font: Creació pròpia

A aquest apartat s'han formulat les dues preguntes de control amb la finalitat d'obtenir resultats relacionats amb les preferències de les sessions que han dut a terme els alumnes. Cal afegir que a les sessions que es treballava el component competitiu, tan sols s'ha volgut introduir una variable més a l'estudi, essent conscient de les desavantatges d'introduir aquest component en edats tan primerenques.

A partir dels resultats obtinguts es veu una clara decantació dels alumnes cap a les sessions d'ús de diferents materials, unes dades rellevants són les de la unitat didàctica d'expressió corporal (M.T. 40,5% i M.I. 41,7%). Per altra banda, les sessions que prevalen en les preferències dels alumnes en segon lloc han estat les que s'han dut a terme les activitats a partir de jocs.

Finalment, els alumnes no es decanten favorablement cap a sessions amb components competitius, ja que amb la introducció d'aquest element en la realització de les activitats es té constantment perdedors i guanyadors, per tant, han rebutjat bastant aquesta forma de realitzar les activitats.

## 8. Conclusions

L'educació física a dia d'avui és una branca de l'educació que engloba infinitats de coneixements, i que conseqüentment presenta una gran importància dins la nostra societat.

S'ha dut a terme aquesta temàtica relacionada amb diferents aspectes motivadors dels alumnes amb la finalitat de conèixer quines són les causes de la desmotivació dels alumnes cap a l'àrea d'educació física o cap a l'activitat física en si.

El que es vol aconseguir a partir d'aquest estudi és rompre amb la monotonia de les classes, evitar que els alumnes rebutgin l'activitat física, que tinguin experiències noves, que acceptin la diversitat tant d'alumnes com d'activitats i sobretot, motivar-los.

Les conclusions més rellevants que es poden extreure una vegada analitzades les respostes dels qüestionaris són:

- En referència als aspectes analitzats, la valoració de l'àrea d'educació física i del mestre i les preferències de les sessions de les unitats didàctiques on s'ha analitzat concretament al disfrut de la utilització del material, tots els alumnes, ja be siguin de M.T. o M.I., coincideixen que els agrada més realitzar les sessions d'educació física utilitzant diversos materials.
- En el segon aspecte, destacar la coincidència dels alumnes d'ambdós mestres en concloure que l'educació física per ells una assignatura fàcil.
- En quant a la utilitat de l'educació física, veiem a les respostes un gran contrast, ja que els alumnes dels mestres innovadors opinen que l'assignatura no és avorrida, pel contrari, els alumnes del mestres tradicionals opinen de manera oposada, és a dir, que sí és avorrida.
- Pel que fa al quart aspecte, ressaltar el contrast d'opinions entre els alumnes, ja que els alumnes del M.I. opinen que l'educació física millora el seu estat d'ànim, en contraposició, els alumnes de M.T. que opinen el contrari.
- Destacar de la concordança amb l'organització de l'assignatura, que tots els alumnes enquestats conclouen que els agrada més quan les classes d'educació física són pràctiques.
- El setè aspecte que fa referència a la preferència per l'educació física i l'esport, per una banda, trobem que els alumnes amb M.I. prefereixen practicar algun esport o activitat física fora de l'escola abans que altres activitats d'oci. Per altra banda, trobem que els alumnes del M.T. elegeixen abans activitats d'oci alternatives.
- Al darrer aspecte analitzat es ratifica que els M.T. només practiquen esports durant educació física, pel contrari, pel que fa als M.I. que duen a terme diversos tipus d'activitats (jocs, jocs preesportius, esports...).

En quant a la comparativa entre les diferents sessions de les unitats didàctiques, es pot concloure que els alumnes independentment del seu mestre o metodologia emprada, la variable

més motivadora ha estat la de la utilització de material divers i atractiu a les sessions. Seguidament, a partir dels resultats obtinguts es pot afirmar que els alumnes prefereixen activitats a través de jocs, a continuació es troben les activitats amb equip o cooperatives i finalment, les activitats que presenten un component competitiu.

Per tot això, es podria afirmar que la motivació és un dels condicionants més importants de l'educació en general, i de l'àrea d'educació física en particular, essent primordial tant la motivació per part de l'alumne com la del mestre.

Seria prou interessant que altres mestres dugessin a terme diferents estudis relacionats amb la motivació i que donessin a conèixer els resultats obtinguts. A més, personalment trobo que el treball cooperatiu entre mestres innovadors i tradicionals podria ser una bona solució als problemes motivacionals que es poden detectar a les aules, ja que uns podran minvar les mancances dels altres i viceversa. Per altra banda, una altra de les accions que es podrien dur a terme a l'hora de programar les sessions d'educació física seria treballar per projectes, ja que si els alumnes duen el seu procés d'aprenentatge a partir de temàtiques motivadores per ells, serà més atractiu i interessant assolir coneixements.

Com a conclusió final de l'estudi, com futur docent d'educació física, no cerco que els alumnes assisteixin a les meves classes perquè les han de fer, sinó perquè gaudeixen en elles, perquè aprenen, perquè els desperten curiositats i perquè els interessa enfrontar-se a nous reptes. Pel conjunt d'aquests motius s'ha elaborat un decàleg (veure annex 5) per mestres o futurs mestres, amb els aspectes motivadors més rellevants a tenir en compte a l'hora de realitzar les seves sessions d'educació física.

## **9. Referències bibliogràfiques**

Anton, A. M., & Rodríguez, G. S. (2012). *Las teorías sobre la motivación y su aplicación a la actividad física y el deporte. Lecturas: Educación física y deportes*, 164, 8-18. Consultat el 10 de novembre a: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4213508.pdf>

Arévalo, M.A. (2017). *Influencia de los valores y las orientaciones motivacionales del entrenador sobre el compromiso en la práctica deportiva de nadadores con discapacidad física*. Barcelona: Universitat Ramon Llull. Consultat el 25 de novembre a: <http://www.tesisenred.net/handle/10803/403566>

Ausubel, D.P. (1976). *Psicología educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. Trillas, México

Bandura, A. i Walters, R. (1963). *Social Learning and Personality Development*. New York: Holt, Rinehart and Winston. Consultat el 21 de novembre a: <https://archive.org/details/sociallearningpe00bandrich>

Bernardo, J. (1991). *Técnicas y recursos para el desarrollo de las clases*. Rialp. Madrid. Consultat el 16 de novembre de: <https://es.scribd.com/doc/6881553/Carrasco-Jose-Bernardo-Tecnicas-y-Recursos-para-el-desarrollo-de-las-clases>

British Heart Foundation National Centre (BHFNC) for Physical Activity and Health (2015). *Physical Activity for Children and Young People*. Consultat el 12 de novembre a: <https://www.bhf.org.uk/publications/statistics/physical-activity-statistics-2015>

Coll, C. & Solé, I. (1989). *Aprendizaje significativo y ayuda pedagógica*. Cuadernos de Pedagogía, 168, 16-20. Consultat el 29 de novembre a: <http://www.terras.edu.ar/aula/cursos/7/biblio/constructivismo3.pdf>

Conselleria d'Educació i Cultura de les Illes Balears (2017a). *10 Pautas para ayudar a niños con TDAH*. Consultat el 3 de desembre a: <http://www.caib.es/sites/diversitat/f/236772>

Conselleria d'Educació i Cultura de les Illes Balears (2017b). *El trastorn per dèficit d'atenció amb o sense hiperactivitat*. Guia per a docents. Consultat el 7 de desembre a: <http://www.piusxii.es/informaciogeneral/gabinets/TDAH.pdf>

Conselleria d'Educació i Cultura de les Illes Balears (2017c). *Protocolos de detecció i actuació en dislèxia*. Consultat el 3 de desembre a: <http://www.caib.es/sites/diversitat/f/135083>

Csikszentmihalyi, M. (2012). *Fluir: una psicología de la felicidad*. Editorial Kairós. Consultat el 24 de novembre a: <https://goo.gl/Fakqy5>

Deci, E. L. & Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York and London: Plenum.

Deci, E. L. & Ryan, R. M., (2000). *Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions*. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54-67.



Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2007). *Active human nature: Self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise, and health. Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*. 1-19.

De Grande, P. (2013). *Reflexiones sobre la interpretación del concepto de locus de control en investigación social*. Consultat el 23 de novembre a: <https://revistas.ucc.edu.co/index.php/pe/article/view/795/882>

Delgado, M. & Tercedor, P. (2002). Estrategias de intervención en educación física para la salud desde la educación física. Inde. Barcelona. Consultat el 29 de novembre a <https://goo.gl/vA6uNw>

Frago, J.M. (2014). *Niveles de actividad física en escolares de educación primaria: actividad física habitual, clases de educación física y recreos*. (tesis doctoral). Universidad de Zaragoza, España. Consultat el 13 de novembre a: <https://zaguan.unizar.es/record/30642?ln=es>

Gallardo, S. (2017). *Factors contextuais curriculars i metodològics necessaris per a l'assoliment de les competències en educació física a l'ensenyament obligatori*. Universitat de Barcelona: Barcelona. Consultat el 13 de novembre a: <http://www.tesisenred.net/handle/10803/405700>

Garcia, F. J., & Doménech, F. (1997). Motivación, aprendizaje y rendimiento escolar. Consultat el 16 de noviembre a: [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/158952/Garcia%20Bacete\\_Doménech\\_1997\\_Motivacion\\_aprendizaje%20y%20rendimiento%20escolar\\_reme.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/158952/Garcia%20Bacete_Doménech_1997_Motivacion_aprendizaje%20y%20rendimiento%20escolar_reme.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Garcia, F. & Musitu, G. (1993). Un programa de intervención basado en la autoestima: análisis de una experiencia. *Revista de Psicología Universitas Tarraconensis*, vol. XV (1), 57-78. Consultat el 18 de novembre a: <http://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/169686>

García, J. (2002). *Motivación y autoaprendizaje: Elementos clave en el aprendizaje y estudio de los alumnos*. Universidad de Castilla-La Mancha: Escuela Universitaria de Magisterio de Albacete. Consultat el 15 de novembre a: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=2282726>

González-Cutre, D., Sicilia, A. & Fernández, A. (2010). *Hacia una mayor comprensión de la motivación en el ejercicio físico: medición de la regulación integrada en el contexto español*. *Psicothema*, vol. 22(4), pp. 841- 847. Consultat el 28 de novembre a: <http://www.redalyc.org/html/727/72715515047/>

Howe, M.J.A (2000). *Psicología del aprendizaje. Una guía para el profesor*. Oxford University Press.

Llei Orgànica 8/2013, del 9 de desembre, per la millora de la qualitat educativa. Consultat el 10 de novembre a: <http://www.boe.es/boe/dias/2013/12/10/pdfs/BOE-A-2013-12886.pdf>

López, J. A. (1978). *Roles y funciones del profesor*. Morata, Madrid.

López, J. G. (2006). *Aportaciones de la teoría de las atribuciones causales a la comprensión de la motivación para el rendimiento escolar*. *Ensayos: Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, 21, 217-232. Consultat el 24 de novembre a: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2281059>

López, L. (2004). *La motivación en el aula*. Vol 27. Pàgs. 95-107.

Mateo, L. (2010). *El fracaso escolar en Educación Primaria*. Revista digital para profesionales de la enseñanza, 1989-4023. Consultat el 9 de novembre a: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7200.pdf>

Ministeri d'Educació, Cultura i Esport (2017). *Abandonament escolar a l'estat espanyol*. Consultat el 17 de novembre a: <https://www.mecd.gob.es/prensa-mecd/actualidad/2017/07/2017027-abandono.html>

Ministeri de Sanitat, Serveis Socials i Igualtat. *Actividad Física i Salut. Guía para padres y madres*. Consultat el 10 de novembre a: <https://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/motivos.htm>

Macías, M. C. M. (2011). *La Importancia de la Motivación en Educación Infantil*. Consultat el 25 de novembre a: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7914.pdf>

Moreno, J. A., y Martínez, A. (2006). *Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(2), 39-54. Consultat el 22 de novembre a: <http://www.um.es/univefd/TAD.pdf>

Moreno, J. A.; Rodríguez, P. L. y Gutiérrez, M. (2003). *Intereses y actitudes hacia la Educación Física*. *Revista Española de Educación Física*, XI, 2, 14-28. Consultat l'1 de desembre a: <http://www.um.es/univefd/actitu.pdf>

Nadal, A. L., Foguet, O. C., & Balcells, M. C. (2015). *Evaluar la motivación en la educación física, una aplicación con AMPET*. *Tándem: Didáctica de la educación física*, (47), 55-64. Consultat el 26 de novembre a: <http://www.observesport.com/desktop/images/docu/aj85rr9d.pdf>

Núñez, J. C. (2009). *Motivación, aprendizaje y rendimiento académico*. In *Trabajo presentado en el X Congreso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*. Braga, Portugal. Consultat el 15 de novembre a:

<http://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/documentos/congreso/xcongreso/pdfs/cc/cc3.pdf>

OCDE (2017). Pisa 2015 Results. Collaborative Problem Solving. Consultat el 29 de novembre a:

<http://www.oecd-ilibrary.org/docserver/download/9817051e.pdf?expires=1512560888&id=id&accname=guest&checksum=DCFC80848AC12B430AFD3865CC5233BE>

OMS (2010). *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. Ginebra, Suïza: Organització Mundial de la Salut. Consultat l'11 de novembre a:

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es/>

Padron, L., Gladys, A. & Sánchez, M. (2010). *Efecto de la motivación al logro y la inteligencia emocional en el Crecimiento Psicológico*. *Revista Venezolana de Gerencia*, 15(49), 141-158. Consultat el 28 de novembre a:

[http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1315-99842010000100009&lng=es&tlng=e](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-99842010000100009&lng=es&tlng=e)

Pintrich, P. & De Groot, E. (1990). *Motivational and self-regulated learning components of classroom performance*. *Journal of Educational Psychology*, 82, 33-40. Consultat el 28 de novembre a:

<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.315.6253&rep=rep1&type=pdf>

Rivas, F. (1997). *El proceso de Enseñanza/Aprendizaje en la Situación Educativa*. Barcelona: Ariel Planeta.

Rodríguez, S. Valles, A. González, R. & Núñez, J, C. (2010). *Motivar enseñando. La integración de estrategias motivadoras en el currículo escolar*. Madrid: CCS.

Sáenz, A., Gimeno, F., Gutiérrez, H. & Garay, B. (2012). *Prevención de la agresividad y la violencia en el deporte en edad escolar: Un estudio de revisión*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(2), 57-72. Consultat el 29 de novembre a:

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232012000200007&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232012000200007&lng=es&tlng=es)

Sage (1997). *Introduction to motor behavior: A neuropsychological approach* Reading, Ma, Addison-Wesley.

Santrock, J. (2002). *Psicología de la educación*. México: Mc Graw-Hill. Consultat el 20 de novembre a: <https://es.scribd.com/doc/208140068/Psicologia-de-la-Educacion>

Skinner, B. F. (2014). *Science and Human Behavior*. Pearson Education, Inc. Consultat el 19 de Novembre a: [www.bfskinner.org/newtestsite/wp-content/uploads/.../ScienceHumanBehavior.pdf](http://www.bfskinner.org/newtestsite/wp-content/uploads/.../ScienceHumanBehavior.pdf)

Tsiplakides, I. & Ykeramida, A. (2010). *The relationship between Teacher Expectations and Student Achievement in the Teaching of English as A Foreign Language*. English Language teaching. Vol 3. No2. Pàgs. 22-26. Consultat el 7 de novembre a: <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1081569.pdf>

Vílchez, G. (2007). *Adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludables en los escolares de tercer ciclo de Educación Primaria de la comarca granadina de los Montes Orientales y la influencia de la Educación Física sobre ellos*. Consultat el 30 de novembre a: <https://hera.ugr.es/tesisugr/16729158.pdf>

## 10. Annexos

### Annex 1

#### Qüestionari avaluador d'aspectes motivacionals a l'àrea d'educació física

<b>A. En desacord B. Un poc d'acord C. Bastant d'acord D. Totalment d'acord</b>				
1. L'educació física és avorrida	A	B	C	D
2. L'educació física és més important que la resta d'assignatures				
3. Les activitats d'educació física són fàcils				
4. El que aprenc a educació física no em serveix de res				
5. El mestre d'educació física intenta fer divertides les seves classes				
6. L'educació física és l'assignatura que més m'agrada				
7. Les classes d'educació física milloren el meu estat d'ànim				
8. Aprovar en educació física és més fàcil que en altres assignatures				
9. Haurien de seguir existint les classes d'educació física a les escoles?				
10. El mestre d'educació física ha de treballar amb roba esportiva				
11. L'assignatura d'educació física és difícil				
12. A educació física hauríem de fer més teoria				
13. A educació física em relaciono més amb els companys que a altres assignatures				
14. Educació física i gimnàstica és el mateix				
15. Treure bona nota a educació física és fàcil				
16. Prefereixo practicar algun esport abans que anar-me amb els amics?				
17. Em costa fer les activitats que em diu el mestre				
18. M'agradaria ser mestre d'educació física				
19. El meu mestre m'anima a fer activitat física o algun esport fora de l'escola				
20. Educació física i esport és el mateix				
21. A educació física sempre competim els uns contra els altres				
22. De tots els mestres el d'educació física és el més divertit				
23. A educació física només fem esports				
24. M'estimo més fer algun esport que mirar la televisió?				
25. T'agrada utilitzar molt de material (piques, cons, pilotes, etc.)				
26. El mestre d'educació física m'obliga anar amb roba esportiva a les classes				
27. M'agraden més les classes pràctiques que les de teoria				
28. El mestre tracta igual a les nines com als nins				
29. Quina sessió t'ha agradat més de "Expressa't"				
30. Quina sessió t'ha agradat més de "La unió fa la força"				

Annex 2

TREBALL FI DE GRAU D'EDUCACIÓ PRIMÀRIA

Jose Ramon Revert Melero, alumne del Grau d'Educació Primària a la Universitat de les Illes Balears, manifesta – d'acord amb la llei orgànica per la protecció de dades de caràcter personal 15/1999 de 13 de desembre - la intenció de limitar a l'àmbit estrictament acadèmic l'ús de les dades i conservar l'anonimat dels alumnes i mestres que es puguin anotar, amb el propòsit de realitzar un estudi referent al treball de fi de grau.

Així, amb el present escrit em comprometo formalment a la no utilització, reproducció o difusió de les dades obtingudes amb finalitats lucratives, comercials, o qualsevol altre finalitat distinta al estrictament circumscrit a l'elaboració del citat treball acadèmic.

Atentament,

Jose R. Revert Melero

“Una vegada informat sobre l'ús responsable que es farà de les dades de l'estudi, dono el meu consentiment per a que els alumnes realitzin els qüestionaris i s'utilitzin amb fins acadèmics relacionats amb el treball d'investigació emmarcat al treball de fi de Grau d'Educació Primària”.

Mestre d'educació física:

Pare/mare o tutor legal de l'alumne

\_\_\_\_\_, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2017

# UNITAT DIDÀCTICA

LA UNIÓ FA LA FORÇA - 6È PRIMÀRIA

## SESSIÓ 1 - La resistència (Diferents materials)

### OBJECTIUS

- Conèixer el concepte de resistència, tipus i com es desenvolupa.
- Treballar la resistència aeròbica.
- Participar a les activitats i ajudar-se entre companys.
- Enriquir les relacions entre companys.

### CONTINGUTS


- La resistència i tipus.
- La resistència aeròbica.
- Col·laboració amb els companys
- Components competitius

### MATERIAL

Paracaigudes, cons, teles, carros i fitballs

### INSTAL·LACIONS

Poliesportiu

 10 minuts

### ACTIVACIÓ

#### ▶ TEÒRICA

El mestre explicarà el concepte de resistència, tipus i com es desenvolupa. A més, es farà especial rellevància a la importància del treball en equip i la participació activa en aquesta sessió.

#### ▶ PRÀCTICA

**TOC DE SA PADRINA.** Un alumne serà el perseguidor i quan toqui a qualche company haurà de convertir-se en perseguidor però corrent amb la mà a on li ha tocat.



 30 minuts

### PART PRINCIPAL

#### L'ESTORA MÀGICA

La classe es dividirà en 2 grups. Cada grup tindrà un paracaigudes i un fitball. Cada grup haurà d'aconseguir realitzar el major nombre de voltes al circuit marcat amb cons, sense que el fitball caigui.



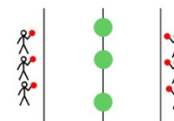
#### FEM LA COMPRA

2 equips amb carro cada un. El mestres dispersarà diferents teles per tot el posiesportiu i quan el mestre digui "JA!", cada equip haurà d'aconseguir agafar el màxim de teles del terra i introduir-les dins el seu carro. En acabar es farà el recompte de teles de cada equip.



#### LA GUERRA DE LES GALÀXIES

2 equips. Es dividirà la pista en dos camps i es deixarà un passadís central on hi haurà 3 fitballs (asteroides). Els alumnes hauran de llançar les pilotes amb les mans als fitball i intentar mouer-los fins al camp contrari. Guanyarà l'equip que tingui els fitballs (asteroides) més llunyans al seu camp.



 10 minuts

### TEORITZACIÓ

#### CONCURS D'ACUDITS

El grup es col·locarà assegut en cercle i els voluntaris contaràn als seus companys un acudit.



#### REFLEXIONS

Es farà una posada en comú amb el grup-classe dels aspectes més rellevants de la sessió, a més es donaran els feedbacks adients i es resoldran els possibles dubtes que hagin pogut sorgir

Sessió d'estudi "Diferents materials": utilització de material divers (paracaigudes, cons, teles, carros i fitballs.)

# UNITAT DIDÀCTICA

LA UNIÓ FA LA FORÇA - 6È PRIMÀRIA

## SESSIÓ 2 - La flexibilitat (*Diferents agrupaments*)

### OBJECTIUS

- Conèixer el concepte de flexibilitat, tipus i com es desenvolupa.
- Millorar postures corporals
- Participar a les activitats i ajudar-se entre companys.
- Enriquir les relacions entre companys.

### CONTINGUTS

- La flexibilitat i tipus.
- Postures corporals.
- Col·laboració amb els companys
- Components competitius

### MATERIAL

Cons xinesos, corda, mocador, matalassos i pilotes de tennis.

### INSTAL·LACIONS

Poliesportiu

### 10 minuts

#### ACTIVACIÓ

##### TEÒRICA

El mestre explicarà les activitats que es realitzaran i promourà la participació activa en aquesta sessió.

##### PRÀCTICA

**STOP!** Dos alumnes la porten. Aquests han d'anar a tocar als altres. Els que fugen han d'intentar que no els agafin: poden fugir corrent o bé poden aturar-se i dir "stop". Quan diuen stop han de quedar aturats amb les cames obertes i els braços en forma de creu fins que algun company els salvi passant-per sota de les cames. Si el que la porta agafa a algú el pillat passa a portar-la i l'altre queda lliure.



### 30 minuts

#### PART PRINCIPAL

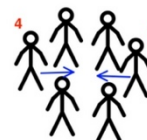
##### EL CUC

Es formaran 3 grups. Cada grup es col·locarà formant una filera en posició decúbit supí amb una pilota als peus. Se l'hauran de fer arribar fins les mans i passar-li al company. Guanyarà l'equip que arribi abans a la línia fixada.



##### AGAFA EL TEU NOMBRE!

El mestre enumerarà a cada alumne, repetint cada número dues vegades i col·locant-los un enfront de l'altre. es trobin en posicions enfrontades. Quan el mestre digui un dels nombres, els alumnes esmentats hauran d'intentar ajuntar-se, mentre que la resta dels alumnes intentaran evitar-ho sense deixar-se anar de les mans.



##### EL LLADRE DE CAPELLS

Els alumnes es col·locaran per parelles asseguts un davant l'altre. Cada alumne tindrà un con xinès al cap i haurà d'intentar llevar-li al company el capell, sense que el seu toqui el terra.



### 10 minuts

#### TEORITZACIÓ

##### ESCAPISME

Tota la classe asseguts en cercle. Un alumne es tapparà els ulls amb un mocador. Un altre alumne, s'amagarà assegut a una cadira i tapat amb un tela, sense que el que té els ulls tapats el vegi. Quan ja estigui amagat, el mestre dirà a l'alumne dels ulls tapats que ja pot mirar i endevinar qui ha escapat de la classe.



##### REFLEXIONS

Es farà una posada en comú amb el grup-classe dels aspectes més rellevants de la sessió, a més es donaran els feedbacks adients i es resoldran els possibles dubtes que hagin pogut sorgir

*Sessió d'estudi "Diferents agrupaments": per parelles, per subgrups i en gran grup.*



# UNITAT DIDÀCTICA

LA UNIÓ FA LA FORÇA - 6È PRIMÀRIA

## SESSIÓ 3 - La velocitat (*Components competius*)

### OBJECTIUS

- Conèixer el concepte de velocitat, tipus i com es desenvolupa.
- Participar a les activitats i ajudar-se entre companys.
- Millorar el posicionament corporal en cada activitat.
- Enriquir les relacions entre companys.

### CONTINGUTS


- La velocitat i tipus.
- Els diferents desplaçaments.
- Control en l'execució de moviments corporals que permetin variar la velocitat en cada moment.
- Col·laboració amb els companys.

### MATERIAL

Pilotes comodí, cons, petos, bancs suecs i cordes.

### INSTAL·LACIONS

Poliesportiu

 10 minuts

### ACTIVACIÓ

#### TEÒRICA

El mestre explicarà el concepte de velocitat, tipus i com es desenvolupa. A més, es farà especial rellevància a la importància del treball en equip i la participació activa en aquesta sessió.

#### PRÀCTICA

**LA CADENA.** Per tota la pista, els alumnes corren lliurement i la duen dos o tres alumnes, els quals han d'agafar als seus companys. El que és agafat s'uneix a ells formant una cadena i així successivament.



 30 minuts

### PART PRINCIPAL

#### DUEL DE TITANS

Es lligaran 1 peu cadascú de la parella, deixant l'altre lliure. 1 parella es col·locarà enfront d'una altra, separades per una línia. Una parella seran els lloros i una altra els tigras. Quan es digui lloros la parella que sigui d'aquest equip haurà de perseguir a l'altra abans que arribin a la línia de fons.



#### CARRERES DE RELLEUS

3 equips. Carreres de relleus. Arribar al con allunyat fer-li una volta i passar el relleu al company.



#### LA BANDERA

Es formaran 2 grups, 1 a cada camp, cada un es col·locarà a la meitat del camp. El joc consisteix en que els jugadors d'un equip agafin la bandera a l'altre, i viceversa. Si un de l'equip és tocat per un adversari en el camp contrari ha de romandre immòbil fins que un dels seus companys ho toqui. Guanya l'equip que aconsegueixi la bandera contrària i la depositi dins el seu camp.

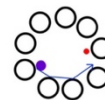


 10 minuts

### TEORITZACIÓ

#### EL MOIX I EL RATOLÍ

Asseguts en cercle, se'ls donarà als alumnes dues pilotes, un d'ells serà el gat i l'altre el ratolí. Hauran de passar-se les pilotes d'uns a uns altres perquè el gat enxampi al ratolí. Podran canviar d'adreça per facilitar el joc.



#### REFLEXIONS

Es farà una posada en comú amb el grup-classe dels aspectes més rellevants de la sessió, a més es donaran els feedbacks adients i es resoldran els possibles dubtes que hagin pogut sorgir

Sessió d'estudi "*Components competius*": totes les activitats presenten un component competitiu, excepte la tornada a la calma.

# UNITAT DIDÀCTICA

LA UNIÓ FA LA FORÇA - 6È PRIMÀRIA

## SESSIÓ 4 - La força (Aprentatge a partir de jocs)

### OBJECTIUS

- Conèixer el concepte de força, tipus i com es desenvolupa.
- Percebre la força del company.
- Participar a les activitats i ajudar-se entre companys.
- Enriquir les relacions entre companys.

### CONTINGUTS

- La força i tipus.
- Percebre la força del company.
- Control de la força en cada moment.
- Col·laboració amb els companys
- Components competitius

### MATERIAL

Cons xinos, corda, mocador, matalassos i pilotes de tennis.

### INSTAL·LACIONS

Poliesportiu

🕒 10 minuts

### ACTIVACIÓ

#### ▶ TEÒRICA

El mestre explicarà el concepte de força, tipus i com es desenvolupa. A més, es farà especial rellevància a la importància del treball en equip i la participació activa en aquesta sessió.

#### ▶ PRÀCTICA

**PACMAN.** La duen 2-3 alumnes amb un con xino a la mà. Tots els alumnes tan sols poden córrer per les línies que delimiten els camps del poliesportiu. Quan pillen a un aquest la porta.



🕒 30 minuts

### PART PRINCIPAL

#### TIRA-TIRA

Equips de 4-5. Els dos equips es col·locaran als dos costats de la línia que delimita els dos camps. Agafats cada equip per un dels extrems, hauran d'estirar de la seva part de la corda fins arribar a traspasar al seu camp el mocador situat al centre de la corda.



#### PASSEM EL RIU

Equips de 4-5. Cada equip tindrà un matalàs, els components del grup hauran de mantenir el matalàs en l'aire i un de l'equip anirà damunt. Una vegada els equips estiguin preparats sortiran corrent fins l'altre extrem sense que el que va a dalt no caigui.



#### EL PÈNDOL

Els alumnes s'ausseran formant un cercle i amb les cames esteses cap al centre, a més d'estar molt propers uns amb els altres. Així, un d'ells es col·locarà dret al centre i, amb rigidesa, ha de deixar-se caure. D'aquesta forma, els que estan asseguts han de rebre-ho amb els braços estesos i anar passant-s'ho d'un a l'altre. Per evitar lesions, important utilitzar un matalàs.



🕒 10 minuts

### TEORITZACIÓ

#### TENNIS MASSATGE

Es col·locaran per parelles i s'aniran fent massatges amb una pilota de tennis. El docent s'encarregarà de tenir una música relaxant de fons.



#### REFLEXIONS

Es farà una posada en comú amb el grup-classe dels aspectes més rellevants de la sessió, a més es donaran els feedbacks adients i es resoldran els possibles dubtes que hagin pogut sorgir

*Sessió d'estudi "Aprentatge a partir de jocs": totes les activitats realitzades es duran a terme mitjançant jocs.*

# UNITAT DIDÀCTICA

EXPRESSA'T - 6È PRIMÀRIA

## SESSIÓ 1 - HA ARRIBAT EL CIRC (Diferents materials)

### OBJECTIUS

- Desenhibir-se ballant i imitant
- Descobrir els recursos expressius del cos a partir del moviment.
- Treballar de forma cooperativa.
- Desenvolupar l'espontaneïtat i creativitat.
- Representar animals

### CONTINGUTS

- Els recursos expressius del cos.
- Els animals.
- Percepció rítmica musical.
- Creativitat.
- Treball en equip.

### MATERIAL

Música, bancs suecs, cercols, xurro de natació, globus i material divers d'E.F.

### INSTAL·LACIONS

Poliesportiu

 10 minuts

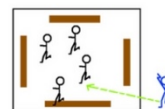
### ACTIVACIÓ

#### ▶ TEÒRICA

El mestre explicarà les activitats que es duran a terme a la sessió i farà especial rellevància a la participació activa en dels alumnes.

#### ▶ PRÀCTICA

**ELS BOUS SALVATGES.** A cada extrem de la pista es col·locaran bancs suecs, simulant una plaça de toros. Dos alumnes agafats a l'atzar seran els bous que hauran de dur les banyes amb es dits i intentar agafar als altres. Per salvar-se es poden pujar als banc durant 5 segons. Si un és pillat passa a ser bou.

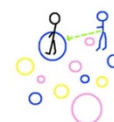


 30 minuts

### PART PRINCIPAL

#### COMENÇA L'ESPECTACLE!

Es col·loquen cercols dispersos per la pista. Es distribuirà sempre un cercol menys que el nombre d'alumnes. Els alumnes es mouren per la pista al ritme de la música i quan el mestre l'aturi hauran d'anar ràpidament a ficar-se dins un cercol. Es van llevant cercols fins arribar a introduir tota la classe dins un.



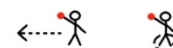
#### EL DOMADOR DE FERES

Els alumnes es dispersaran per la pista i el mestre serà el domador (amb un xurro de natació a la mà) i els alumnes s'aniran movent per la pista mentre canten: "Ja han sortit els lleons, ferosos i enfadats, ja ve el domador i els posa a..." i anirà dient el mestre a: botar, córrer, ballar...



#### ELS GLOBUS MÀGICS

Cada alumne tindrà un globus. Es dispersaran per la pista i hauran d'interactuar amb el globus amb les directrius que doni el mestre. Per exemple: el globus pesa molt, es molt lleuger, té vida, és de foc...



 10 minuts

### TEORITZACIÓ

#### ACOMIADAMENT DELS ESPECTADORS

Els alumnes es col·loquen en cercle i van entrant d'un en un realitzant l'acció més difícil que sàpiquen fer utilitzant algun material que hi haurà a una capsa (diferents materials). Els altres l'aplaudiran molt fort.



#### REFLEXIONS

Es farà una posada en comú amb el grup-classe dels aspectes més rellevants de la sessió, a més es donaran els feedbacks adients i es resoldran les possibles dubtes que hagin pogut sorgir

*Sessió d'estudi "Diferents materials": utilització de diferents materials (material divers d'educació física, globus, música i cercols, xurro de natació.).*

# UNITAT DIDÀCTICA

EXPRESSA'T - 6È PRIMÀRIA

## SESSIÓ 2 - BALLEM JUNTS (*Diferents agrupaments*)

### OBJECTIUS

- Desenhibir-se
- Descobrir els recursos expressius del cos a partir del moviment.
- Treballar de forma cooperativa.
- Desenvolupar l'espontaneïtat i creativitat.
- Representar esports a partir de recursos expressius.

### CONTINGUTS

- Els recursos expressius del cos.
- Els esports.
- Percepció rítmica musical.
- Creativitat.
- Treball en equip.

### MATERIAL

Música, pissarra digital, capsa i targetes d'esports.

### INSTAL·LACIONS

Poliesportiu

🕒 10 minuts

### ACTIVACIÓ

#### ▶ TEÒRICA

El mestre explicarà les activitats que es duran a terme a la sessió i farà especial rellevància a la participació activa en dels alumnes.

#### ▶ PRÀCTICA

**1,2,3... A BALLAR!** El mestre anirà posant música de diferents gèneres musicals i els alumnes hauran de ballar de forma desenhibida pel poliesportiu



🕒 30 minuts

### PART PRINCIPAL

#### MOU EL TEU COS

Els alumnes dispersos per la pista hauran de ballar al ritme de la música tan sols movent la part del cos que el mestre digui. Per exemple: els dits de la mà, els peus, se celles, etc.

#### LA HAKA

Grups de 4-5. Visualitzaran un petit fragment del ball d'una "haka". Seguidament cada grup haurà de realitzar el ball d'una "haka" davant la resta de la classe preparada en 5 minuts.



#### EL MIRALL RÍTMIC

Per parelles. Els alumnes hauran de realitzar el joc del mirall però imitant els balls que faci el seu company. El mestre anirà posant diferents fragments de cançons.



🕒 10 minuts

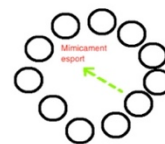
### TEORITZACIÓ

#### LA CAPSA MISTERIOSA DELS ESPORTS

D'un en un hauran d'agafar unes targetes amb el dibuix d'un esport de dins una capsa. Posteriorment, cada alumne l'haurà de representar mímicament i els altres l'hauran d'endevinar.

#### REFLEXIONS

Es farà una posada en comú amb el grup-classe dels aspectes més rellevants de la sessió, a més es donaran els feedbacks adients i es resoldran les possibles dubtes que hagin pogut sorgir



*Sessió d'estudi "Diferents agrupaments": per parelles, per subgrups i en gran grup.*

# UNITAT DIDÀCTICA

EXPRESSA'T - 6È PRIMÀRIA

## SESSIÓ 3 - LES OLIMPÍADES EXPRESSIVES (Components competius)

### OBJECTIUS

- Descobrir els recursos expressius del cos.
- Treballar de forma cooperativa.
- Desenvolupar l'espontaneïtat i creativitat.

### CONTINGUTS

- Els recursos expressius del cos.
- Percepció rítmica musical.
- Creativitat.
- Treball en equip.

### MATERIAL

Música, etiquetes, globus i petos.

### INSTAL·LACIONS

Poliesportiu

 10 minuts

### ACTIVACIÓ

#### ▶ TEÒRICA

El mestre explicarà les activitats que es duran a terme a la sessió i farà especial rellevància a la participació activa en dels alumnes.

#### ▶ PRÀCTICA

**ROBAR COES PER EQUIPS.** Es faran dos equips amb coes (petos) de diferents colors. Els de cada equip hauran de robar les coes de l'equip contrari i posar-se-les. Quan acabi el temps es farà el recompte de coes.

 30 minuts

### PART PRINCIPAL

#### L'ABECEDARI I ELS NOMBRES

2 equips. Quan el mestre doni la senyal, cada grup haurà de formar la paraula que el mestre digui. Les formacions les hauran de fer tombats o asseguts al terra. L'equip que formi abans les paraules s'apuntarà un punt, fins arribar a 5 punts.

#### LES ETIQUETES

2 equips. Cada component de l'equip tindrà una etiqueta referent a un esport aferrada a l'esquena pel mestre. Cada alumne haurà d'endevinar la seva a partir de les representacions per mímica que li faran els seus companys. Cada etiqueta encertada serà un punt. Quan passin 5 minuts s'aturarà el temps i es canviaran les etiquetes.

#### ELS GLOBUS MÀGICS

2 equips. Cada membre de l'equip s'emparellarà amb un de l'altre, amb un globus fermat al turmell. Hauran de ballar junts diferents balls, mentre intenten explotar el globus del contrari. Quan s'aturi la música es farà el recompte de globus, l'equip que tenguí més guanya.

 10 minuts

### TEORITZACIÓ

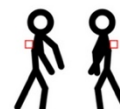
#### POBRE MOIXET

Tots els alumnes estaran asseguts en cercle menys un que es passejarà miolant per davant dels que estan asseguts. Cada alumne li passarà la mà pel cap i haurà de dir 3 vegades sense riure's: "pobre moixet". L'alumne que rigui passarà a ser el moixet.

#### REFLEXIONS

Es farà una posada en comú amb el grup-classe dels aspectes més rellevants de la sessió, a més es donaran els feedbacks adients i es resoldran les possibles dubtes que hagin pogut sorgir

*Sessió d'estudi "Components competius": totes les activitats presenten un component competitiu, excepte la tornada a la calma.*



# UNITAT DIDÀCTICA

EXPRESSA'T - 6È PRIMÀRIA

## SESSIÓ 4 - EL REI DE LA DISCO (Aprentatge a partir de jocs)

### OBJECTIUS

- Desenhibir-se ballant.
- Descobrir els recursos expressius del cos a partir del moviment.
- Treballar de forma cooperativa.
- Desenvolupar l'espontaneïtat i creativitat.
- Millorar l'expressió no verbal

### CONTINGUTS


- Els recursos expressius del cos.
- Expressió no verbal.
- Percepció rítmica musical.
- Creativitat.
- Treball en equip.

### MATERIAL

Música i fotografies.

### INSTAL·LACIONS

Poliesportiu

 10 minuts

### ACTIVACIÓ

#### ▶ TEÒRICA

El mestre explicarà les activitats que es duran a terme a la sessió i farà especial rellevància a la participació activa en dels alumnes.

#### ▶ PRÀCTICA

**EXPRESSA ELS SENTIMENTS.** Els alumnes aniran trotant per la pista i hauran de seguir en moviment en relació als sentiments que el mestre digui (alegria, locura, tristesa, fredor, calor...), variant el ritme i les expressions corporals.

 30 minuts

### PART PRINCIPAL

#### A BALLAR A LA PISTA

Els alumnes es col·locaran en cercle agafats de la mà. Un es situarà al centre i començarà a ballar al ritme de la música i els altres l'hauran d'imitar. Als 10 segons passarà un altre al centre.

#### LES ORDRES DEL DJ

Els alumnes es mouran lliurement per la pista al ritme de la música. El Dj (el mestre) anirà donant directrius de ball dient: tots som de supermans!, tots som de goma, tots som formiguetes... Els alumnes hauran de ballar en relació als personatges que el Dj els diu.

#### FOTOGRAFIES DELS FANS

Per parelles hauran d'imitar les fotografies que els haurà donat el mestre, pels seus fans de la disco. Hauran d'imitar postures i gestos de parelles famoses que apareixeran a les fotografies.

 10 minuts

### TEORITZACIÓ

#### EL TELÈFON TRENCAT

Tots els alumnes asseguts en cercle. Un jugador li a l'orella al company de la dreta una frase. Aquest ha de transmetre-la a la seva dreta tal com l'hagi escoltat. Quan arribi de nou al principi veiem si la frase s'ha modificat.

#### REFLEXIONS

Es farà una posada en comú amb el grup-classe dels aspectes més rellevants de la sessió, a més es donaran els feedbacks adients i es resoldran les possibles dubtes que hagin pogut sorgir

*Sessió d'estudi "Aprentatge a partir del joc": totes les activitats realitzades es duran a terme mitjançant jocs.*





RES GRAN VA SER ACONSEGUIT SENSE  
**entusiasme.**

Ralph Waldo Emerson



REALITZAT PER:

Jose Ramon Revert Melero

TFG: Estudi del clima motivacional a  
6è de primària a l'àrea d'educació  
física



**Decàleg per la  
motivació de  
l'alumnat a  
Educació Física**

# 10 CLAUS PER LA MÀXIMA MOTIVACIÓ DELS ALUMNES A L'ÀREA D'EDUCACIÓ FÍSICA

**1** Ser un bon model (hàbits normes...)

Inculcar els beneficis saludables de l'activitat física

**2**

Utilitzar material divers i atractiu

**7**

**6** Predomini de jocs i activitats cooperatives

**3**

Atendre a la diversitat dins l'aula

**8**

Traslladar continguts teòrics a la pràctica

Fomentar la pràctica de l'educació física fora del centre

**4**

Divertir-se aprenent

**9**

**5**

Investigar sobre els interessos dels alumnes

**10**

Prevaler feedbacks positius davant negatius