

Programa “ACTIVE VALUES”: hábitos de vida saludables y educación en valores en los centros escolares



ÍNDICE

1. Relación de participantes	1
2. Justificación del proyecto	2-6
3. Objetivos generales y contenidos	6-10
4. Metodología de trabajo	10-16
4.1. Cursos de formación	10
4.2. Explicación del modelo	10-12
4.3. Situación de semipresencialidad	12-16
5. Materiales elaborados	16-17
6. Distribución temporal	17-18
6.1. Duración, Secuenciación, Distribución temporal y Fases	17-18
6.2. Cronograma	18-22
7. Recursos necesarios	22
8. Evaluación	22-23
9. Bibliografía	23-27

2. Justificación del proyecto

Situación excepcional

La pandemia vivida por la sociedad actual se detectó por primera vez en diciembre de 2019 en China, siendo su origen un virus denominado COVID-19, virus que actualmente, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se acerca a los 219 millones de afectados (3 de septiembre de 2021).

Por otro lado, la OMS consideró el COVID-19 una pandemia desde el 11 de marzo de 2020. A partir de aquí, concretamente en España, se decretó el estado de alarma el 14 de marzo, lo cual, modificó la forma de ver el mundo de muchas personas, cerrando prácticamente todos los servicios, incluidos los centros docentes que se quedaron sin un “plan de previsión” para poder actuar ante la pandemia. En este sentido, el teletrabajo tuvo que ser el pilar básico para que los alumnos pudieran terminar el curso académico.

Otro aspecto fundamental ha sido entender la repercusión psicológica que el confinamiento pudo causar en los afectados. Así, estudios como el de Keans y Whitley (2019) identifican que el uso de las nuevas tecnologías puede ayudar a reducir los sentimientos de aislamiento social y reforzar la igualdad y el estado de bienestar.

En este sentido, la Universidad de Murcia, a cargo del grupo SAFE realizó un estudio donde intervinieron más de 200 docentes de la Región de Murcia, para conocer su opinión acerca de la situación actual, reportando diversos aspectos que suponían una alta preocupación docente, dentro de los cuales se destacó la falta de formación del profesorado y familias en TIC, la falta de autonomía y responsabilidad de los estudiantes, y la necesidad de unanimidad en los protocolos.

Contextualización

El aumento de comportamientos sedentarios por parte de los niños y adolescentes, aspecto que ha aumentado durante la pandemia COVID-19, ponen en riesgo la salud de los jóvenes y el mantenimiento de sanidad a medio y largo plazo (Fernández, 2020). La inactividad física se ha considerado como un elemento clave en el desarrollo de la obesidad infantil (Blanco et al., 2020).

En esta línea, la OMS (2016) a través de su “informe para acabar con la obesidad infantil”, pone énfasis en los centros escolares, el entorno familiar y demás ambientes socializadores y educativos. De esta manera, los centros educativos se convierten en entornos ideales para promocionar la práctica de AF (Dobbins et al., 2013; Langford et al., 2015) puesto que los niños y adolescentes invierten gran parte de su tiempo en la escuela y porque su acceso es público independientemente de la edad, género, situación socioeconómica familiar u origen étnico (Masini et al., 2020).

Diferentes investigaciones experimentales muestran que programas donde se realicen periodos activos pueden ser eficaces para aumentar el nivel de condición física de los niños (Ridgers et al., 2007) y alcanzar hasta el 50% de las recomendaciones diarias de AF establecidas por la OMS (Fairclough et al., 2012). Por lo tanto, la actividad física basada en el aula se puede considerar como una estrategia prometedora para que los estudiantes a nivel mundial puedan ser activos en horario escolar (Webster et al., 2015).

Con el paso de los años, el sistema educativo ha cambiado desde un modelo donde se buscaba solo transmitir conocimientos, hacia una nueva forma de enseñanza que implica dar herramientas a los alumnos para adaptarse a la sociedad, mediante el trabajo autónomo y colaborativo siendo esta adaptación el mayor reto al que se enfrenta el sistema educativo español (Rodríguez, 2015).

La preadolescencia y la adolescencia se consideran los periodos de la vida en el que comienza a aumentar significativamente los problemas de externalización) o de internalización relacionados con las conductas prosociales (Ingles et al., 2009). Por ello, es necesario prestar mayor atención a la educación en valores que reciben los jóvenes por parte del ámbito familiar y educativo.

En este sentido, la responsabilidad se considera también un elemento clave que ha mostrado relaciones positivas con la motivación y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (Manzano-Sánchez y Valero-Valenzuela, 2019). De esta manera, una educación basada en la transferencia de autonomía al estudiante y la promoción de la responsabilidad podría ser una estrategia adecuada para mejorar la motivación y otros factores sociales en el alumnado, así como el rendimiento académico (Calderón et al., 2016). Hablando de la responsabilidad, como uno de los factores más delimitantes del rendimiento académico, viene reflejado en la actual LOMCE (2013) como “uno de los principios en los que se inspira el Sistema Educativo Español es la transmisión y puesta en práctica de valores que favorezcan la libertad personal, la responsabilidad...”.

Por otro lado, esta misma ley educativa, fomenta el aprendizaje digital como una de las competencias clave (competencia digital), algo que en la actualidad, cobra una especial relevancia de cara a poder realizar una actividad tanto presencial como no presencial.

En este sentido, diversos estudios como el de Sanmartín y cols. (2011) identifican con alumnos españoles que unos altos niveles de responsabilidad personal y social en escolares, pueden predecir conductas prosociales y conductas empáticas. Además, parece ser que los niveles de responsabilidad, están íntimamente relacionados con el éxito académico, la positiva adaptación escolar y el interés por la escuela, junto a una reducción de las conductas conflictivas en adolescentes de educación secundaria (Bringas, Rodríguez y Herrero, 2009). A su vez Carbonero, Martín-Antón, Monsalvo y Valdivieso (2015), encontraron que existe una relación significativa entre el rendimiento académico, actitudes hacia el estudio y los niveles de responsabilidad social.

En definitiva, estudios recientes sugieren la promoción de investigaciones basadas en intervenciones en centros escolares que busquen el desarrollo de valores para mitigar la violencia escolar incidiendo en la reducción de conflictividad social (Sánchez-Alcaraz et al, 2020), así como la implementación de investigaciones que promuevan la AF en horario escolar como medida de prevención del sedentarismo infantil para combatir la obesidad y las posibles patologías metabólicas asociadas (OMS, 2016).

Fomento de la responsabilidad

Para lograr las mejoras en la enseñanza, se han ido desarrollando en los últimos años, modelos pedagógicos (Menéndez y Fernández, 2016) para su implementación durante las clases de buscando que se fomenten valores positivos y se cumplan los objetivos lectivos.

Desde las diferentes materias del currículum, se han aplicado diversas metodologías para lograr la consecución de los valores citados, sobre todo, destacando aquí un modelo de enseñanza conocido como el Modelo de Responsabilidad Personal y Social de Hellison que busca el fomento de la responsabilidad y autonomía en escolares (Hellison, 1985), lo cual, durante muchos años se ha ido aplicando y dando muy buenos resultados siendo considerado uno de los más potentes dentro de la Educación para el fomento de valores (Setiawan, 2016).

Fomento de la actividad física en el aula

Desde el sistema educativo, se han utilizado diferentes estrategias para dotar a los estudiantes de múltiples oportunidades para ser físicamente activo a lo largo de la jornada escolar, y cumplir los mínimos de actividad física diaria establecidos por la OMS, como las clases de Educación Física, el transporte activo, los recreos activos y los descansos activos (Watson et al., 2017).

En esta línea, los DDAA se consideran como una de las mejores estrategias para aumentar los niveles de actividad física del alumnado, ya que consiste en la incorporación de ejercicio físico por parte de los docentes en tiempo de clase a través de la inclusión de ejercicio físico integrado o la implementación de AF en periodos cortos de tiempo, trabajando contenido curricular o sin la presencia de contenido curricular. Diferentes evidencias científicas, muestran que los DDAA son un método idóneo para mejorar el nivel de actividad física en los niños, el comportamiento del alumnado en clase y el rendimiento cognitivo y académico (Daly-Smith et al., 2018; Watson et al., 2017). Este suceso ha hecho que la comunidad investigadora y educativa haya aumentado su interés sobre la incorporación de la actividad física en el aula.

Investigaciones actuales

En relación a los DDAA, una Tesis Doctoral llevada a cabo por el grupo de investigación SAFE en la que se analizó los efectos de la incorporación de actividad física en el aula en Educación

Primaria (Muñoz-Parreño et al., 2020), se observó que los alumnos del grupo experimental tuvieron valores más altos en todas las variables de funciones ejecutivas, los niveles de actividad física de intensidad moderada y vigorosa, así como una gran satisfacción de los docentes a la hora de aplicar el programa al observar el comportamiento positivo del alumnado.

Con respecto al MRPS, diferentes investigaciones indexadas en revistas de máximo nivel, del grupo de investigación SAFE de la Universidad de Murcia, abalan que más de 1000 alumnos se han beneficiado de mejoras como las citadas anteriormente (Camerino et al. 2019; Manzano-Sánchez y Valero-Valenzuela 2019a; Manzano-Sánchez y Valero-Valenzuela, 2019b; Manzano-Sánchez et al. 2020; Manzano-Sánchez, Gómez-Marmol & Valero-Valenzuela, 2020; Valero-Valenzuela et al. 2020) incluido la elaboración de un libro con el trabajo de estos años en la editorial Wanceulen (Manzano-Sánchez, Merino-Barrero, Sánchez-Alcaraz y Valero-Valenzuela, 2020).

Por otro lado, la combinación de los DDAA y el MRPS se llevó a cabo por primera vez en el curso 2019-2020 en un colegio de la Región de Murcia y sin precedentes científicos hasta la actualidad. Los resultados arrojados muestran que la metodología hibridada es una estrategia educativa que permite la cesión de responsabilidad y autonomía al alumnado, además de proporcionar elementos innovadores y recursos docentes capaces de aplicarse a todos los participantes del currículum y adaptarse a cualquier tipo de contenido y alumnado. Para ello, es necesario mantener un proceso de formación continuo.

Con todo ello, este presente año se pretende lograr que alumnos y profesores que vean una visión de la enseñanza diferente, aplicable a toda asignatura-área y contexto y que puede servir para una mejora de la educación en general, específicamente, utilizando las nuevas tecnologías con los profesores participantes, buscando el máximo de participación del profesorado de los grupos objetivo, para contrastar la importancia de la cohesión del profesorado en vistas a lograr un objetivo común.

Necesidades del centro de formación.

El centro de enseñanza donde se enmarca el presente proyecto, es un centro de enseñanza con un alumnado muy diverso en cuanto a sus características sociodemográficas, así como en niveles de comportamiento durante las clases.

Por otro lado, se tiene muy presente en todo momento el fomento de la convivencia del centro y la promoción de hábitos de vida saludables, en el cual, el programa educativo podría tener gran cabida con el objetivo de poder mejorar las conductas y comportamientos de los alumnos, sus niveles de actividad física y a su vez, dotar de una formación para los profesores que les permita

mejorar su forma de enseñar didáctica a la vez que trabajan sus contenidos formativos para el logro de las competencias académicas.

En definitiva, el centro busca con este programa educativo lograr una mejora del comportamiento de los alumnos y los métodos docentes, así como la promoción de actividad física y hábitos de vida saludables, siguiendo algunos aspectos de la *Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación*. Por ejemplo, en el artículo 4 donde se indica la necesidad de crear condiciones para que el alumno se desarrolle de forma plena a nivel personal y profesional y participar en la sociedad. De igual modo, en su disposición adicional cuarenta y sexta se indica que las Administraciones educativas adoptarán medidas para que la actividad física y la dieta equilibrada formen parte del comportamiento infantil y juvenil, además de promover la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas durante la jornada escolar,

Finalmente, se busca emplear esta metodología hibridada incluyendo el trabajo telemático, así como participando el cómputo total de profesores de los grupos intervinientes.

3. Objetivos Generales y contenidos

A continuación, se indican los objetivos del presente proyecto, indicándose el número de horas donde el docente participa de forma activa y fuera del horario lectivo como trabajo autónomo o bien dentro de la asistencia a las ponencias o actividades formativas.

OBJETIVO 1. Explicar la implementación de una metodología innovadora basada en la incorporación de los Descansos Activos al Modelo de Responsabilidad Personal y Social, mediante el uso de tecnologías para una enseñanza adecuada en el aula:

CONTENIDO 1. Explicación del MRPS, de los DDAA y formación en la combinación de ambas metodologías (vía ZOOM)

- **Explicación y formación en el MRPS (6h):**
 1. **Presentación inicial (1h):** Explicación del contexto del modelo, los resultados de estudios previos y las premisas necesarias para poder aplicarlo en las clases (número de profesores participantes, departamentos y coordinador por grupo).
 2. **Formación inicial en el MRPS (3h)**
 - Explicación de los fundamentos básicos del modelo: Niveles del modelo, Estructura de la sesión y Estrategias de conflictos
 - Explicación de las Estrategias generales para todas las clases, específicas para el trabajo de los niveles y para la resolución de conflictos.

- 3. *Ejercicio de resolución práctica (2h):**
 - Hoja a rellenar por los profesores donde se les plantean 2 situaciones de clase y como se resolverían realizando la metodología del Modelo de Responsabilidad.
 - Elaboración de 2 tareas para dos niveles en base a las Estrategias indicadas en la formación y a las hojas de referencia que se les facilitan.
 - Elaborar un resumen de estructura de sesión del Modelo de Responsabilidad
- **Explicación y formación en los DDAA y su incorporación a la estructura del MRPS (8h):**
 - 1. Presentación inicial (1h):** Explicación del contexto de los DDAA, los resultados de estudios previos y las premisas necesarias para poder aplicarlo en las clases (número de profesores participantes, departamentos y coordinador por grupo).
 - 2. Formación inicial en los DDAA y MRPS (dividida en dos partes):**
 - **Formación en DDAA (3h):**
 - Explicación de las características básicas de los DDAA: descripción de las estrategias para la práctica, momento ideal de aplicación, partes y estructura, tipo de DDAA.
 - Modo de exposición de los DDAA (estrategias generales) y puesta en práctica.
 - **Formación en la metodología (2h):**
 - Explicación de los fundamentos básicos de la combinación de ambas metodologías activas: Niveles del modelo, descripción de las estrategias, Estructura de la sesión y Estrategias de conflictos y actividad física.
 - Explicación de las Estrategias generales para todas las clases, específicas para el trabajo de los niveles y de la actividad, así como para la resolución de conflictos.
 - Uso de software específicos para la teleformación y aplicaciones/webs útiles para el fomento de valores y promoción de hábitos de vida saludables
 - Otras Estrategias de utilidad: Ejemplos con gamificación y uso de recompensas.
 - Explicación de uso de cámaras para el análisis de las sesiones a lo largo del Proyecto.
 - Realización de clase tipo “hibridada” ejemplificada.
 - Cómo aplicar el proyecto en caso de teletrabajo. Pautas a tener en cuenta.
 - 3. *Ejercicio de resolución práctica (2h):**
 - Elaboración de 3 Descansos Activos por parte de los docentes, adaptados a su área educativa y los recursos disponibles en el aula.
 - Hoja a rellenar por los profesores donde se le plantean 1 situación de clase y

cómo se resolverían realizando la metodología hibridada

- Elaborar un resumen de estructura de sesión de la metodología.

*Entrega final y corrección mediante carpeta generada en Google Drive

- Adaptación de las unidades didácticas en base a la metodología (2h):

- Trabajo autónomo docente, realizando las unidades didácticas para los 8 meses de intervención adaptando la estructura a la metodología hibridada.

OBJETIVO 2. Aplicar la metodología ACTIVE VALUES en el centro para comprobar su aplicabilidad por parte de los docentes

CONTENIDO 2. Evaluación de la formación y la implicación docente

- Autoevaluación docente (15'/semana, 1h mensual, 8h en total): Documento a rellenar por los profesores al finalizar el día donde se reflexiona a cerca de una serie de ítems referidos a la metodología hibridada y al comportamiento docente en el aula, valorando de forma dicotómica si ha cumplido con las premisas.

Documento a rellenar vía digital o en papel

- Formación continua mensual (1h por mes, 8h en total. Vía ZOOM):

- Grabación de una sesión de clase realizada por el profesor aplicando la metodología. Se grabará la sesión realizada de forma telemática, únicamente con la pantalla docente, manteniendo ocultas la imagen de los alumnos.
- *Análisis de la adecuación docente en la aplicación de la metodología por evaluadores externos formados en ambas metodologías y análisis observacional (instrumento de análisis TARE y check-list ad-hoc de DDAA). Elaboración de informe de aspectos más destacables del modelo y aspectos a mejorar.
- *Retroalimentación docente de los resultados de la filmación: Se le facilitará al profesor/a objeto un informe con los resultados y se acordará la realización fuera del horario lectivo de reunión para aclarar y explicar el contenido del informe. Se evaluará también una sesión pre-intervención de la metodología para tener los niveles de partida.

*Entrega final y corrección mediante carpeta generada en Google Drive

CONTENIDO 3. Reuniones de centro para poner en común los acontecimientos durante el modelo.

- **Reuniones docentes quincenales (1h por reunión, 16 horas. Vía Zoom):** Reunión entre los profesores de cada grupo de estudiantes con el fin de valorar la situación de los alumnos (nivel de responsabilidad, incorporación de actividad física en el aula, hábitos de vida saludables, puntos de cada uno, conflictos surgidos, experiencias...). Las reuniones serán fijas fuera del horario lectivo.

- **Formación continua trimestral (2h por trimestre, 6h en total. Vía Google-meet):** Corrección de estrategias y metodología de las sesiones y unidades didácticas en función de la evolución del proyecto y necesidades docentes (recordatorio de aspectos básicos de la metodología y aclaración de dudas).

OBJETIVO 3. Implementar el programa ACTIVE VALUES y contrastar sus efectos en la responsabilidad, motivación, necesidades psicológicas básicas, clima de convivencia, funciones ejecutivas y niveles de actividad física.

CONTENIDO 4. Elaboración de material para evaluar la responsabilidad.

- **Elaboración de cuestionarios (Google-drive formulario):** En base a la bibliografía más actualizada y teniendo en cuenta el contexto escolar, selección de los cuestionarios por parte de los investigadores y confección de cuestionario conjunto con todas las variables a contemplar.

- **Explicación de cuestionarios a docentes (2h. Vía Zoom):** Sesión informativa y explicativa de cómo se pasan los cuestionarios, así como análisis de los aspectos a considerar, realización del mismo y palabras que pudieran ser más complejas.

- **Pase de cuestionarios (Google-drive formulario):** De forma previa, durante y tras el tratamiento, con el fin de recopilar datos acerca de los niveles de responsabilidad, aspectos motivacionales, clima de convivencia y funciones ejecutivas de los alumnos de forma previa a las intervenciones y posteriores.

- **Análisis de datos:** Pase de datos a excel e IBM SSPS, así como ATLAS TI y LINCE PLUS para su posterior tratamiento y comparativa respecto a test iniciales y test de grupo control (donde no se realiza intervención).

OBJETIVO 4. Comprobar la adecuación de las estrategias del programa educativo tras la intervención de los profesores para futuras intervenciones (2 horas. Vía Zoom)

CONTENIDO 5.

- Se hará una reunión para que los profesores cuenten sus opiniones y experiencias realizando entrevistas a los mismos a modo debate

- Se les facilitará a su vez el libro del Modelo de Responsabilidad, elaborado previamente, para que realicen las aportaciones en base a su experiencia y al trabajo realizado.

***Plataforma Zoom o cualquier que utilice el centro.**

4. Metodología de trabajo

4.1. Curso de formación.

Se realizará una formación vía Zoom de 6h de forma teórico-práctica por tres profesores ponentes, expertos en la materia (combinación de los DDAA y el MRPS, así como el uso de Tecnologías de la Información aplicadas al contexto educativo) que serán los encargados de impartir las mismas a partir de una presentación previamente elaborada con todos los aspectos referidos a la metodología hibridada de enseñanza y el uso de las TIC. Al finalizar la sesión, se expondrá una sesión hibridada y se explicará cómo se debe realizar un supuesto práctico con ambas estrategias de enseñanza para que los profesores lo realicen autónomamente en casa y consulten las dudas a los ponentes posteriormente.

Todos los docentes elaborarán sus unidades didácticas y sesiones, previamente presentadas a los expertos en la metodología asegurar su adecuación y con ello, comenzar con su puesta en práctica.

4.2. Explicación del programa ACTIVE VALUES.

- Las sesiones se dividen en tres apartados, en este caso, se incorporarán los DDAA a la estructura de sesión del MRPS: *Toma de conciencia de los niveles de responsabilidad* (1) donde en 5' se les indica a los alumnos los comportamientos a aprender durante ese día, junto al objetivo educativo y los comportamientos que se van a permitir y los que no; *la responsabilidad en acción* (2) donde se implica el mayor tiempo y es cuando se desarrollaron las actividades, planificando las actividades con las estrategias del modelo y de forma significativa para el alumno. Además, se produce el DDAA donde se produce una pausa lectiva y los alumnos se mueven durante un periodo de tiempo entre 5-10' realizando actividad física de alta intensidad, con contenido curricular o sin él (dependiendo de lo planificado para cada día); *encuentro grupal y autoevaluación* (3), con una duración aproximada de 5-8', donde el docente hace una pregunta abierta respecto al funcionamiento del día y cumplimiento de objetivos así como valorar el comportamiento propio de los alumnos, el de sus compañeros y del profesorado, indicándolo levantando el dedo pulgar hacia arriba (evaluación positiva), hacia el lado (media) o hacia abajo (evaluación negativa). El docente puede preguntar a aquellos que no han contestado favorablemente cuales pueden ser a su parecer los motivos de esta valoración.

- Todo ello, siguiendo una progresión en el ejercicio físico y en los niveles que se estructura el MRPS, manteniendo el uso de diversas estrategias para resolver problemas y específicas por niveles y la aplicación de reglas de convivencia. En relación a la actividad física, se aumentará la intensidad de los ejercicios y su dificultad a medida que avance la investigación para generar mayores beneficios en el alumnado y en sus capacidades físicas básicas y cognitivas. Con respecto al MRPS, se secuenciará su puesta en práctica en cinco niveles. El nivel de respeto por los derechos y sentimientos de los demás (1), donde el educador procura lograr una atmósfera adecuada para todos los alumnos basado en el respeto de los demás compañeros, material y del docente y el autocontrol; el nivel de participación y esfuerzo (2), donde se busca que los alumnos participen en las actividades esforzándose y persistiendo ante las posibles adversidades; el nivel de autonomía personal (3), donde se pretende fomentar la autonomía de los alumnos y la capacidad de regular su conducta y tomar decisiones junto a la planificación de sus actividades, características ligadas a la vida adulta; el nivel de ayuda a los demás y liderazgo (4), que se basa en el logro de una relación empática y de liderazgo en grupos, procurado que los alumnos sean capaces de ayudar sin esperar recompensas a cambio y solo a aquellos que realmente lo necesitaban, respetando los diferentes puntos de vista; el nivel de transferencia a la vida real (5) donde se busca transmitir todos los aspectos trabajados en el modelo al contexto de la vida en sociedad más allá del aula.

Además, otro aspecto a destacar es la realización durante la sesión previa a iniciar el modelo, una sesión dedicada a la explicación de una serie de estrategias y aspectos generales de aplicación durante todo el modelo, siendo tres apartados y acotándose en el presente documento algunas de las estrategias que se realizarán y explicarán en la formación y durante la intervención:

1. Realización de panel de reglas: Se consensua con los alumnos, a propuesta de docente y de los mismos, una serie de normas de disciplinas visibles durante todas las sesiones. *Dicho panel tendrá las normas + el cartel de responsabilidad, facilitado para que cada uno de los docentes pueda tenerlo en su lugar de trabajo o teletrabajo y sea visible por los alumnos.*
2. Estrategias de conflictos grupales:
 - *Los árbitros son ellos mismos*: se trata de fomentar que los estudiantes tomen la responsabilidad para solucionar sus propios conflictos sin la necesidad de que haya un evaluador sobre el que delegar tal función.
 - *Plan de emergencia*: previamente a una actividad, se puede elaborar con los alumnos un plan de emergencia en el caso de que surja algún conflicto y no se llegue a ningún acuerdo. Por ejemplo se puede lanzar una moneda a cara o cruz.
 - *Elaborar nuevas normas*: todos los estudiantes saben perfectamente cómo les gusta que les traten. De esta forma, se les puede pedir que elaboren ellos mismos una serie de normas

para que el resto de la clases y que todos deberían respetar. Si éstas no funcionan, tiene que rehacerlas hasta que sean efectivas.

- *Tribunal de la justicia*: designar a unos alumnos responsables que se encarguen de solucionar los conflictos decidiendo entre 3 alumnos. Se moverán los alumnos que hayan protagonizado el conflicto y el tribunal a la “zona cero” (mini-sala creada en la plataforma de teleformación para trabajar en grupos o solucionar conflictos)
- *Banquillo de diálogo*: si surge un conflicto entre dos alumnos, se dirigen a un sitio específico donde tienen que dialogar para tratar de solucionarlo. Se podrá hacer en salas reducidas (zona cero) a las que pueden ir los alumnos mediante la plataforma Zoom o la que utilice el centro.

3. Estrategias de conflictos individuales:

- *Tiempo muerto*: si durante la sesión ocurre algún conflicto importante, se puede parar la clase pidiendo un tiempo muerto. En ese momento alumnos y profesor se reúnen y tratan de solucionar dicho conflicto.
- *La ley de la abuela*: Se les da la oportunidad a los alumnos de que jueguen a su actividad favorita (por ejemplo, fútbol) de forma que tienen que jugar, sin quejarse, a otra actividad propuesta previamente (por ejemplo, voleibol). Esta estrategia tiene el propósito de que los alumnos vayan experimentando nuevas actividades que a priori no son atractivas para ellos.
- *Cinco días limpio*: una manera de valorar si un alumno está progresando en uno de los niveles iniciales (I y II) es ver si es capaz de mostrar respeto y participación durante cinco o más días seguidos. De esta forma, el alumno se gana el privilegio de poder empezar a desarrollar su plan personal de trabajo (Nivel III).

4.3. Pautas de trabajo en situación semipresencial (en caso de ser necesario)

El proyecto es específicamente relevante incluso para la pandemia en la medida en que promueve la responsabilidad y la autonomía de los estudiantes junto a valores de ciudadanía necesarios para la participación reflexiva en una sociedad inclusiva y segura. Según un estudio del grupo de investigación, realizado durante la situación de confinamiento con más de 200 docentes, un cómputo común de la mayoría de ellos es la necesidad de formación en metodologías que ayuden a que los alumnos adquieran una mayor autonomía de cara a posibles situaciones similares, aunque esto “supusiera un esfuerzo extra”, considerando que tienen una alta necesidad de formación tanto en el uso de tecnologías como en el aprendizaje de metodologías para el fomento de valores que permita a los alumnos teletrabajar adecuadamente.

Por otro lado, la pandemia de COVID-19 ha provocado un incremento de los comportamientos sedentarios de las personas, independientemente de su rango de edad. Se debe a que muchas personas les resulta difícil seguir practicando la actividad física acostumbrada. Esta situación se

agrava para aquellas que no suelen hacer demasiado ejercicio. La OMS (2020), a través de su campaña #BeActive, pretende ayudar a conseguir realizar actividad física al mismo tiempo que se pasa un tiempo agradable. Recomienda que se realice un descanso breve en el que se rompa la posición sedentaria para hacer actividad física de ligera a moderada durante 4-5'. Añaden que el ejercicio físico regular es importante para obtener beneficios como la reducción de la hipertensión, controlar el peso, disminuir el riesgo de enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes tipo II y distintas formas de cáncer, enfermedades asociadas a un aumento de la vulnerabilidad frente al COVID-19.

Algunos de los métodos utilizados para practicar actividad física durante el confinamiento han sido plataformas como Zoom, donde los entrenadores podían dirigir el entrenamiento de sus atletas, sitios web como Youtube o la utilización de diferentes redes sociales. Del mismo modo, las clases de Educación Física hasta el final de curso 2019-2020 se tuvieron que llevar a cabo por medio de plataformas interactivas online.

Por lo tanto, el programa educativo hibridado es adaptable para acomodarse a las posibles modificaciones provocadas por la pandemia en las escuelas mediante el uso de las tecnologías de comunicación. Promoviéndose el proyecto de esta forma, tanto para los grupos focales de investigación (investigadores y docentes) como para los beneficiarios directos (estudiantes y escuelas). Para el desarrollo de las clases aplicando el programa educativo, se tendrán en cuenta determinados aspectos, pudiendo adaptarse completamente a la enseñanza online.

Se tendrán en cuenta tres aspectos:

1. Formación para aplicar el programa ACTIVE VALUES

El proceso de formación del programa, tiene una parte teórica, que se realizaría de forma virtual mediante el software ZOOM, disponiendo la Universidad de Murcia de licencia premium para su uso, por lo que todos los participantes tendrán que tener descargada dicha aplicación en su móvil o Tablet. La formación se realizará para un máximo de 20 docentes por ponente para poder resolver todas las dudas y asegurar una adecuada formación (en caso de haber más interesados de un mismo centro, se contemplaría el que hubiera un segundo ponente en otra sala habilitada).

En segundo lugar, se realizará una parte práctica que consistirá en primer lugar, en la realización de una ejemplificación de sesión en directo y en caso de no ser posible, el grupo de investigación utilizaría la función de compartir pantalla para exponer una sesión realizada por uno de los profesores del grupo de investigación que aplicaron los DDAA o la metodología y donde la

visualización del alumnado queda en el anonimato continuo además de ser mayor de edad que actúa como “alumnado de secundaria” y las diversas situaciones que pueden darse en clase.

En tercer lugar, realizarán un pequeño examen que consistirá en el uso de la aplicación Kahoot a modo de concurso para averiguar lo que han aprendido de ambas metodologías.

En cuarto y último lugar, al igual que en la clase teórica, tendrán un supuesto práctico adaptado a sus clases para que puedan resolverlo en papel, el cual se les enviará para que lo realicen de forma autónoma y se lo envíen al grupo de investigación para que pueda ser corregido y darles una retroalimentación.

Finalmente, se les proporcionará el libro del MRPS y los materiales didácticos al igual que en la clase presencial.

Formación continua-seguimiento: se realizará siguiendo el procedimiento anterior, mediante Zoom acordando las sesiones en conjunto donde los docentes se conectarán a la plataforma Zoom y se iniciará siempre con un recordatorio de la metodología y una puesta en común de los aspectos tal y como se hayan ido desarrollando.

En caso de optar al seguimiento mediante análisis observacional, el seguimiento se realizará analizando por parte del grupo investigador las sesiones que realicen virtualmente, debiendo los profesores grabar la sesión (Zoom, Blackboard...) y enviarla al investigador principal del grupo.

2. Recogida de datos

Los cuestionarios se podrán rellenar por Google drive, garantizando así la seguridad del alumnado. En caso de realizar entrevistas, se podrá realizar mediante el mismo procedimiento, mediante Google drive (cuestionario con preguntas abiertas) o bien con Zoom (realizando sesiones donde los investigadores pregunten a los docentes en vivo). Si se utilizan diarios docentes, simplemente será necesario que se adjunte el mismo en el Google drive que se utilice para el estudio.

3. Implementación de la metodología hibridada en el aula

Se tendrán que tener algunos aspectos que difieren respecto a la enseñanza presencial, que no supondrán un impedimento para su puesta en funcionamiento:

1. *Panel de la responsabilidad*: el docente dispondrá en su casa (el grupo de investigación les hará entrega de los mismos mediante correo) de los carteles de la responsabilidad y las normas acordadas en clase, estando visibles bien en la pantalla del profesor (donde realice la sesión) o bien en la plataforma utilizada (por ejemplo, con la función de compartir pantalla incluyendo junto al medio utilizado para realizar la presentación, el cartel y las normas). Se recordarán siempre al inicio de la sesión así como los objetivos en valores igual que en clase.

2. *Estrategias para resolver conflictos*: en caso de existir, se seguirá el mismo procedimiento que en el aula, pero se quitarán algunas que tienen una mayor dificultad para aplicarse de forma telemática (como el banquillo de diálogo). El uso del tribunal de la responsabilidad, puede servir además para asegurar que los “alumnos están atentos” a las clases online. Estrategias como cinco días limpio, el plan de emergencia o la ley de la abuela son aplicables al igual que en clase (conflictos individuales o grupales).

3. *Estrategias en el aula para desarrollar la responsabilidad*: las estrategias de los niveles 2 y 3 no tienen ningún inconveniente y pueden ser totalmente aplicables de forma telemática. El nivel 1 y 4, siempre y cuando la plataforma permita hacer “*salas reducidas*” para que los alumnos trabajen en pequeños grupos, se podrá hacer sin problema aplicando las mismas estrategias del MRPS. En caso de que la plataforma no lo permita, el nivel 1 y 4 se podrá trabajar dándoles tareas grupales para trabajar y que deban realizar de forma individual para lograr un objetivo grupal. Todo lo referente a exposiciones o presentaciones se podrá realizar sin problema de forma telemática, dando un tiempo para que cada alumno del grupo realice su respuesta.

4. *Incorporación de actividad física en el aula (DDAA)*: los estudiantes realizarán la actividad física en casa (en su habitación o cualquier otro espacio del hogar) durante un periodo de 5 a 10 minutos. Se aprovechará un mayor espacio para realizar ejercicios que incluyan cambios en la dirección y nivel espacial (como trotar por la habitación o realizar burpees). Además, ocasionalmente se le sugerirá a los alumnos que dispongan de un material adicional con el que puedan realizar los ejercicios físicos. En este caso, será el docente el que dirija las actividades físicas mediante el control de las cámaras de los alumnos. De esta manera, los docentes indicarán el ejercicio o problema planteando y serán los alumnos los que tengan que responder a esa indicación.

5. *Evaluación y autoevaluación*: la última parte de la sesión, donde se analiza el desarrollo de la sesión y se evalúa como ha sido la actuación del alumnado en general, en particular y del profesorado, será igual que en el aula, pudiendo utilizar en caso de que la plataforma lo permita algún emoticono (por ejemplo poner una “cara sonriente, neutra o triste” o un pulgar “hacia arriba,

al lado o hacia abajo”). Si la cámara está encendida, enseñando el pulgar a la cámara, preguntando el docente a aquellos alumnos que tengan una valoración intermedia o baja de la sesión para generar el debate enriquecedor, incluso pudiendo ser un incentivo para aquellos alumnos que por cualquier motivo, no hayan podido seguir bien la clase o tengan dificultades.

6. *Paso de nivel*: se seguirá el mismo procedimiento que con la enseñanza presencial, cuando los docentes de forma telemática se reúnan para acordar si ven conveniente que los alumnos pasen al siguiente nivel de responsabilidad.

Además, se podrían elaborar tareas específicas para fomentar los valores en los alumnos dentro de la plataforma utilizada (definiciones, ejemplos prácticos para vincular a los valores, propuestas de situaciones para su trabajo...) que pudieran suponer un incentivo para los alumnos con “pequeños retos” donde tengan que hacer un video o explicar una situación que han vivido donde empleen esos valores en su día cotidiana.

Finalmente, el grupo de investigación generaría un grupo de Whatsapp con todos los profesores participantes (en ambas modalidades, presencial y online) para que se debatan todos los aspectos, además de generar una carpeta en Drive, donde se recopilen los materiales para utilizar (por ejemplo, un carnet por puntos, un sistema de recompensas o los carteles del modelo).

5. Materiales elaborados

- Presentación power point: Formación de los Descansos Activos y su incorporación a la estructura del Modelo del Responsabilidad personal y social. Introducción y objetivos del programa. Formación docente.
- Presentación power point para la formación del programa y objetivos del estudio: Objetivo de formar a los docentes implicados en la metodología y resolución de dudas. Formación docente.
- Supuesto práctico de la metodología. Formación docente.
- Elaboración de cuestionarios y consentimiento informado de alumnos: Con el fin de evaluar los resultados de la intervención en los alumnos. Análisis de resultados.
- Elaboración de autoevaluaciones docentes y hojas de análisis observacional: Objetivo de evaluar la actuación docente. Formación continua docente.
- Realización de unidades didácticas por parte de docentes, asesoradas por los investigadores expertos en ambas metodologías. Intervención docente.
- Elaboración de cronograma y calendario de actuación para los profesores (reuniones, días de grabaciones, días de formación continua y otros específicos). Intervención docente.

- Materiales específicos para las clases: Elaboración del “Cartel de la responsabilidad”, “normas de clase y reglas de conflictos” y otros opcionales como “sistemas de puntuaciones” o “carné por puntos”. Intervención docente, objeto de mejorar la motivación y responsabilidad de los estudiantes.
- Recopilación de resultados y elaboración de informes y presentación para centros, padres y alumnos: Objetivo de promover y dar cuenta de los resultados obtenidos para la comunidad educativa y la sociedad en general.
- Confección de manual final para el programa ACTIVE VALUES adaptado a todas las materias lectivas. Transferencia del conocimiento adquirido (sumado a los antecedentes previos).

La gran diferencia de este proyecto es que nunca ha sido aplicado en ningún año anterior ni por ningún centro en un grupo diana con todos los profesores participando al unísono, algo que en toda ocasión se reiteró como importante para poder cubrir las necesidades de los alumnos y evitar discrepancias.

6. Distribución temporal

6.1. Duración, Secuenciación, Distribución temporal y Fases.

La distribución y calendario será similar en caso de semipresencialidad, si bien en caso de necesitarse ampliar cualquier plazo o reducirse, se tendrá en cuenta dentro de la flexibilidad del calendario escolar.

- Duración: 9 meses (octubre-junio 2021)
- Secuenciación de contenidos:
 1. Presentación de Proyecto: sesión presencial (octubre 2021).
 2. Formación de pasación de cuestionarios: sesión presencial (octubre 2020).
 3. Formación inicial: sesión presencial (octubre 2021).
 4. Seguimiento y formación trimestral: formación trimestral para recordar aspectos del modelo y consensuar-comentar acciones de forma coordinada entre los docentes (noviembre a mayo 2021-2022).
 5. Formación continua individual docente: Cada mes 1 sesión (noviembre a mayo 2021-2022).
 6. Formación final: sesión presencial, feedback del proyecto (mayo-junio 2022).
- Distribución temporal: Se trabajará en cada una de las sesiones de formación inicial todos los aspectos para garantizar el éxito en la aplicación del programa, así como la forma de autoevaluarse por parte de los docentes y evaluar por parte de los formadores, la adecuación

de su realización.

Por otro lado, los responsables de cada reunión serán el coordinador de la actividad junto a los ponentes de la sesión de formación, con las funciones de realizar los seminarios presenciales (inicial y continuo), recopilar las grabaciones y analizarlas para su posterior retroalimentación y recopilar las autoevaluaciones docentes bajo el instrumento de análisis de conductas TARE* y check-list ad-hoc sobre los DDAA*.

**Instrumento de observación Tool for Assessing Responsibility-Based Education (TARE), elaborado por Wright y Craig (2001):* Se utiliza el primero de los cuatro apartados con el que cuenta el instrumento, llamado Método de observación para registrar las estrategias utilizadas por los docentes en el fomento de la responsabilidad. Así, durante las grabaciones, el observador señalaba si existía o no las categorías del instrumento TARE durante las sesiones (e.g. “ejemplo de respeto”). El porcentaje de cumplimiento durante las autoevaluaciones y filmaciones debe de ser superior al 80% para considerar los resultados como buenos (Escartí et al., 2013).

**Check-list ad-hoc para evaluar la implementación de los Descansos Activos:* este check-list creado por dos observadores expertos del grupo de investigación SAFE (Salud, Actividad Física y Educación) se utiliza para evaluar las estrategias de enseñanza basadas en los DDAA. Consta de 8 ítems que se rellenan por dos observadores mediante respuestas dicotómicas (Si/No), en función de si se aplican o no las estrategias objeto de observación durante el periodo de integración de actividad física en el aula (5-10’).

- Distribución de las fases del proyecto:

1. Elaboración de materiales:

- Presentación del programa ACTIVE VALYES: Elaborada durante Junio-Septiembre 2021.
- Formación en la metodología: Elaborada en Agosto-Septiembre 2021.
- Autoevaluación docente y hoja de análisis observacional en Septiembre 2021.
- Cuestionarios de alumnos: Elaborado durante Junio-Septiembre 2021.
- Consentimientos informados: Elaborados en Junio 2021.

2. Evaluación de resultados:

- Evaluación de alumnos: octubre, marzo y mayo 2021-2022.
- Autoevaluación docente: De forma diaria (autoevaluación) y de forma mensual (evaluación mediante grabación de sesión).

3. Informe de resultados y presentación: Elaborado durante Junio-Julio 2022.

6.2. Cronograma

El programa de intervención está conformado por las siguientes acciones y tareas asociadas:

OCTUBRE-NOVIEMBRE 2020-2021	
1. Formación inicial de los profesores.	
1.1. Charla informativa y exposición a profesores.	2 horas
1.2. Curso de formación inicial de profesores.	10 horas
2. Valoración inicial: Comprensión de la metodología docente y niveles de motivación, autonomía, responsabilidad, valores pro-sociales, clima de convivencia y funciones ejecutivas en alumnos.	
2.1. Resolución de supuesto práctico, realizando una sesión hibridada, estrategias y resolución de conflictos.	4 horas
2.2. Curso de pasación y explicación de cuestionarios de alumnos.	2 horas
2.2. Pasación de cuestionarios a alumnos para analizar niveles de partida de variables objeto de estudio.	8 horas
2.3. Análisis de resultados y extracción de conclusiones inicial.	12 horas
2.4. Adaptación de unidades didácticas a las estrategias del programa educativo, por parte de docentes y corrección.	4 horas
DICIEMBRE-MAYO 2021	
3. Sesiones de formación docente continua.	
3.1. Sesiones generales: Reunión (4) de 2h para recordar aspectos del programa y solventar dudas.	8 horas
3.2. Sesiones de formación continua. Realizar grabación de sesiones.	1 hora por profesor y mes (8h por docente)
3.3. Sesiones de formación continua: Análisis de resultados observacionales con el docente y retroalimentación.	1h por profesor y mes (8h por docente)
3.5. Reuniones mensuales del equipo docente de cada uno de los cursos para valorar evolución del programa educativo hibridado	1h por profesor y mes (8h por docente)
4. Valoración final del nivel de desarrollo de valores, resiliencia y conductas prosociales de los alumnos, evaluación de resultados	
4.1. Realización de post-test y entrevistas: Pasación de cuestionarios a docentes y alumnos. Al finalizar 1º evaluación, 2º evaluación y 3º evaluación.	6 horas
4.2. Análisis de resultados y extracción de conclusiones. Resultados y conclusiones generales.	20 horas
4.3. Elaboración de informe según destinatario: Concreción para facilitar la máxima comprensión e los resultados para la comunidad científica (informe científico) y para la población interesada (padres, ayuntamiento...).	8 horas
4.4. Realización de jornada informativa a padres, y demás interesados.	2 horas
4.5. Seminario final. Experiencia con la metodología y contribución a la corrección/mejora del programa educativo en base a la experiencia vivida.	4 horas

****En negro las horas de dedicación de docente. 50h**

A continuación, se presenta el cronograma para las sesiones de formación y reunión docente con las horas correspondientes y el contenido desde octubre a junio:

Sesión tipo	Contenido
Sesión Introdutoria del programa (12 de octubre)	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación del contexto del MRPS, de los DDAA y la combinación, los resultados de estudios previos y las premisas necesarias para poder aplicarla en las clases. Estudio de necesidades del uso de TIC del centro.
Sesión de Formación en cuestionarios (12 de octubre)	<ul style="list-style-type: none"> - Sesión informativa y explicativa de cómo se pasan los cuestionarios, así como análisis de los aspectos a considerar, realización del mismo y palabras que pudieran ser más complejas.
Sesión de Formación Inicial de los Descansos Activos, la combinación y supuesto práctico (19 y 26 de octubre)	<p><i>Formación en DDAA:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicación de las características básicas de los DDAA: descripción de las estrategias para la práctica, momento ideal de aplicación, partes y estructura, tipo de DDAA. - Modo de exposición de los DDAA (estrategias generales) y puesta en práctica. <p><i>Formación en el programa ACTIVE VALUES:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicación de los fundamentos básicos del programa: Niveles del modelo, descripción de las estrategias, Estructura de la sesión y Estrategias de conflictos y actividad física. - Explicación de las Estrategias generales para todas las clases, específicas para el trabajo de actividad física, de los niveles de responsabilidad y para la resolución de conflictos. - Uso de software específicos y aplicaciones/web útiles para el fomento de contenidos y valores en el aula. - Otras Estrategias de utilidad: Ejemplos con gamificación y uso de recompensas. - Explicación de uso de cámaras para el análisis de las sesiones a lo largo del Proyecto. - Realización de clase tipo del programa ejemplificada. - Pasación de supuesto práctico para realizar por cada profesor con ayuda de los ponentes.
Sesiones de formación continua (14/12/2021, 15/02/2022, 15/03/2022, 26/04/2022)	<ul style="list-style-type: none"> - Corrección de estrategias y metodología de las sesiones y unidades didácticas en función de la evolución del proyecto y necesidades docentes (recordatorio de aspectos básicos del modelo, uso de TIC y aclaración de dudas) - Recordatorio de aspectos del programa y valoración de forma trimestral.
Sesión de formación continua individual mensual (enero, febrero, marzo y abril, 2-3ª semana de cada mes)	<ul style="list-style-type: none"> - Grabación de una sesión de clase realizada por el profesor aplicando la metodología. - Análisis de la adecuación docente en la aplicación del programa educativo por evaluadores externos formados en ambas metodologías y análisis observacional (instrumento de análisis TARE y check-list ad-hoc sobre DDAA). Elaboración de informe de aspectos más destacables de la metodología y aspectos a mejorar. - Retroalimentación docente de los resultados: Se le facilitará al profesor/a objeto un informe con los resultados y se acordará la realización fuera del horario

	lectivo de reunión para aclarar y explicar el contenido del informe. Se evaluará también una sesión pre-intervención del programa para tener los niveles de partida.
Sesiones de Reuniones docentes mensuales (2ª semana de cada mes desde noviembre 2021)	- Reunión entre los profesores de cada grupo de estudiantes con el fin de valorar la situación de los alumnos (nivel de responsabilidad, puntos de cada uno, participación, conflictos surgidos, experiencias...), concretar aspectos de la metodología (nivel de grupo, incorporación de actividad física en el aula, hábitos de vida saludables, objetivos cumplidos, secuencia de sesión) y recogida de fichas de autoevaluación docente.
Sesión de resultados de la intervención (24 de mayo al 7 de junio)	- Al finalizar el proyecto, con el fin de conocer la valoración de los profesores y reflexión personal. - Se les facilitará el manual del Modelo de Responsabilidad, elaborado previamente, para que realicen las aportaciones en base a su experiencia y al trabajo realizado.

*Otras actividades de trabajo docente

- Adaptación de unidades didácticas a la estructura del programa ACTIVE VALUES: 4 horas

Distribución temporal de trabajos y responsables

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Octubre		Reunión informativa Proyecto			
	Pasación de cuestionarios	Formación del modelo		Pasación de cuestionarios (si se requiere dos días)	
	GRABACIÓN PRE-INTERVENCIÓN	Formación del modelo		REUNIÓN DOCENTE (grupo de trabajo) elaborar Google drive con documentación	REUNIÓN DOCENTE (grupo de trabajo) Indicar normas básicas y reglas de conflictos que se propondrán a alumnos
Noviembre	INICIO DEL PROGRAMA ACTIVE VALUES				
	GRABACIÓN SESIÓN MODELO 1				ENTREGA FEEDBACK SESIÓN 1
Diciembre	REUNIÓN DOCENTE (grupo de trabajo) para valorar desarrollo del programa	GRABACIÓN SESIÓN MODELO 2	REUNIÓN DOCENTE (grupo de trabajo) Indicar normas básicas y reglas de conflictos que se propondrán a alumnos, así como los DDAA		ENTREGA FEEDBACK SESIÓN 2
	GRABACIÓN SESIÓN MODELO 3 (opcional, según resultados sesión 2)	Seminario Formación Docente (1h)	REUNIÓN DOCENTE (grupo de trabajo) para valorar desarrollo del proyecto		ENTREGA FEEDBACK SESIÓN 3 (según resultados sesión 2)

Enero-Mayo	<i>Se realizará 1 día una reunión docente del grupo de trabajo de forma mensual (Reunión Docente Grupo de Trabajo)</i> <i>Se realizará 1 día una sesión de Seminario de Formación Docente en Marzo (podría ser más a demanda). 2 horas</i> <i>Se realizará la grabación de 1 sesión y realización-entrega de feedback (Enero, Febrero, Marzo y Abril).</i> <i>Se realizará semanalmente una puesta al día del drive (encargado del grupo)</i> <i>Se podrá contemplar realizar una reunión-entrevista a los docentes antes de finalizar la 2ª evaluación</i>			
Mayo		Pase de Cuestionarios		Pase de Cuestionarios (si se requiere dos días) Reunión-Entrevistas docentes (2h)
Mayo-Junio-Julio	Análisis de los resultados de la intervención (cuestionarios, entrevistas y/o diarios). Entrega de resultados-informe al centro			

- En rojo: responsables investigadores del grupo.
- En azul: los aspectos a realizar a partir de enero.
- En verde, las sesiones que deben realizar docentes (grabaciones para subir a Drive o reuniones). Responsable encargado de proyecto.

7. Recursos necesarios

- Material fungible (solo en caso de presencialidad): Autoevaluación docente (TARE y check-list ad-hoc sobre DDAA, 1 por cada día y docente que imparta clase), Consentimiento informado (1 por alumno).
- Material no fungible: Sala para realizar presentación (opcional para acudir los profesores del centro, ofreciéndose también de forma online). Todo el material ha sido acordado previamente con el centro para tenerlo a disposición del proyecto.
- Recursos humanos: tres ponentes expertos en la materia para explicación del modelo.
- Recursos electrónicos: uso de Google docs para elaborar cuestionarios, Google drive, para almacenar datos de puntuaciones y documentos, uso de la aplicación MVP Sport propia del modelo, uso de grupo de Whatsapp para resolución de dudas, uso de Kahoot (cuestionario de formación), uso de Class Dojo o Google drive cuestionario (Control de la clase para el sistema de puntos).

8. Evaluación

El proceso de evaluación se realizará para los docentes y para los alumnos de la siguiente forma:

Adecuación de la formación docente: Al finalizar la formación inicial, todos los docentes deberán de realizar una síntesis del modelo (explicando en un tiempo aproximado de diez minutos, los niveles de responsabilidad y breve resumen de las partes de la sesión), para posteriormente, realizar un supuesto práctico donde tendrán que elaborar una sesión aplicando la metodología, crear diferentes tareas de aprendizaje y resolver una serie de supuestos de clase (situaciones cotidianas y conflictos).

Correcta realización de las sesiones: Mediante la elaboración de las autoevaluaciones diarias por

parte de los docentes, así como las grabaciones puntuales y su análisis por los expertos en la metodología y posterior retroalimentación a los docentes.

Consecución de objetivos:

- **Objetivo 1:** favoreciendo la conexión de todos los agentes educativos (alumnos, padres y docentes) que permita lograr una alta participación en el programa educativo.
- **Objetivo 2:** mediante las autoevaluaciones continuas de los docentes, así como las evaluaciones por parte de analistas externos de sus actuaciones.
- **Objetivo 3:** con el análisis de los cuestionarios pasados a los alumnos de forma previa, durante y tras el tratamiento.
- **Objetivo 4:** mediante las entrevistas y los reportes realizados por parte de los profesores intervinientes en la aplicación del programa educativo híbrido.

La evaluación de los ponentes se realizará mediante las hojas facilitadas por la consejería demás de la evaluación que se realice durante las entrevistas.

9. Bibliografía.

- Blanco, M., Veiga, O. L., Sepúlveda, A. R., Izquierdo-Gómez, R., Román, F. J., López, S. y Rojo, M. (2020). Ambiente familiar, actividad física y sedentarismo en preadolescentes con obesidad infantil: estudio ANOBAS de casos-controles. *Atención Primaria*, 52(4), 250-257.
- Calderón, A., Martínez de Ojeda, D., Valverde, J. J. y Méndez-Giménez, A. (2016). " Now we help ourselves more": Team-teaching and social classroom climate. Experience with Sport Education. *RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 12, 121-136.
- Chang, Y., Chen, S., Tu, K. y Chi, L. (2016). Effect of Autonomy Support on Self-Determined Motivation in Elementary Physical Education. *Journal of Sports Science & Medicine*, 15(3), 460-466.
- Daly-Smith, A. J., Zwolinsky, S., McKenna, J., Tomporowski, P. D., Defeyer, M. A. y Manley, A. (2018). Systematic review of acute physically active learning and classroom movement breaks on children's physical activity, cognition, academic performance and classroom behaviour: understanding critical design features. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 4(1), e000341. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2018-000341>
- Dobbins, M., Husson, H., DeCorby, K. y LaRocca, R. L. (2013). School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD007651.pub2>
- Fairclough, S. J., Beighle, A., Erwin, H. y Ridgers, N. D. (2012). School day segmented physical activity patterns of high and low active children. *BMC Public Health*, 12(1), 406. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-12-406>
- Fernández, G. B. (2020). Salud y obesidad. Health and obesity. *Health*, 4(1).

- Hellison, D. (1985). *Goals and strategies for teaching physical education*. Human Kinetics Publishers, Inc., Box 5076T, Champaign, IL 61820.
- Ingles, C. J., Benavides, G., Redondo, J., Garcia-Fernandez, J. M., Ruiz-Esteban, C., Estevez, C. y Huescar, E. (2009). Prosocial behaviour and academic achievement in Spanish students of compulsory secondary education. *Anales de Psicología*, 25(1), 93-101.
- Langford, R., Bonell, C., Jones, H., Poulou, T., Murphy, S., Waters, E., ... y Campbell, R. (2015). The World Health Organization's Health Promoting Schools framework: a Cochrane systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 15(1), 130. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1360-y>
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa. Publicado en el BOE, nº 295.
- Llopis-Goig, R., Escartí, A., Pascual, C., Gutiérrez, M., y Marín, D. (2011). Fortalezas, dificultades y aspectos susceptibles de mejora en la aplicación de un Programa de Responsabilidad Personal y Social en Educación Física. Una evaluación a partir de las percepciones de sus implementadores. *Cultura y educación*, 23(3), 445-461.
- López, L., y Oriol, X. (2016). The relationship between emotional competence, classroom climate and school achievement in high school students. *Cultura y Educación*, 28(1), 130-156.
- Masini, A., Marini, S., Gori, D., Leoni, E., Rochira, A. y Dallolio, L. (2020). Evaluation of school-based interventions of active breaks in primary schools: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 23(4), 377-384. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.10.008>.
- Menéndez, J. I., y Fernández, J. (2016). Responsabilidad social, necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y metas de amistad en educación física (Social responsibility, basic psychological needs, intrinsic motivation, and friendship goals in physical education). *Retos*, 32, 134-139.
- Molleda, C., Díaz, F., & Díez, F. (2009). Responsabilidad y comportamiento antisocial del adolescente como factores asociados al rendimiento escolar. *Acta colombiana de psicología*, 12(2), 69-76.
- Nau, T.; Nolan, G.; Smith, B.J. Enhancing Engagement With Socially Disadvantaged Older People in Organized Physical Activity Programs. *International quarterly of community health education* 2019, 39, 257– 267. doi: 10.1177/0272684x18821301.
- OMS. (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. Ginebra: Suiza.
- OMS. (2016). Comisión para acabar con la obesidad infantil. Organización Mundial de La Salud, 3–5. Recuperado de: <http://www.who.int/end-childhood-obesity/es/>
- Oriol, X., Amutio, A., Mendoza, M., Da Costa, S., y Miranda, R. (2016). Emotional Creativity as predictor of intrinsic motivation and academic engagement in university students: The mediating role of positive emotions. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-9.
- Ridgers, N. D., Stratton, G., Fairclough, S. J. y Twisk, J. W. (2007). Long-term effects of a playground markings and physical structures on children's recess physical activity levels. *Preventive Medicine*, 44(5), 393-397. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2007.01.009>

- Rodríguez, S. (2015). Redes de colaboración académica: una respuesta a los desafíos de la globalización y la sociedad del conocimiento. *Sinéctica*, 44, 1-18.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Ocaña-Salas, B., Gómez-Mármol, A. y Valero-Valenzuela, A. (2020). Relationship between School Violence, Sportspersonship and Personal and Social Responsibility in Students. *Apunts Educación Física y Deportes*, 139, 65–72. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2020/1\).139.09](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2020/1).139.09)
- Sánchez-López, M., Ruiz-Hermosa, A., Redondo-Tébar, A., Visier-Alfonso, M. E., Jiménez-López, E., Martínez-Andrés, M., ... y Martínez-Vizcaino, V. (2019). Rationale and methods of the MOVI-da10! Study -a cluster-randomized controlled trial of the impact of classroom-based physical activity programs on children's adiposity, cognition and motor competence. *BMC Public Health*, 19(1), 417. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6742-0>
- Setiawan, C. (2016). Physical education in the united states (a critical reflection on current status and future research agenda. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(1), 15-21.
- Walkey, F., McClure, J., Meyer, L., & Weir, K. (2013). Low expectations equal no expectations: Aspirations, motivation, and achievement in secondary school. *Contemporary Educational Psychology*, 38(4), 306-315.
- Watson, A., Timperio, A., Brown, H., Best, K. y Hesketh, K. D. (2017a). Effect of classroom-based physical activity interventions on academic and physical activity outcomes: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 114. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0569-9>
- Webster, C. A., Russ, L., Vazou, S., Goh, T. L. y Erwin, H. (2015). Integrating movement in academic classrooms: understanding, applying and advancing the knowledge base. *Obesity Reviews*, 16(8), 691-701. <https://doi.org/10.1111/obr.12285>

Referencias del grupo de investigación, aplicando la metodología

- Camerino, O., Valero-Valenzuela, A., Prat, Q., Manzano Sánchez, D., & Castañer, M. (2019). Optimizing education: a mixed methods approach oriented to Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR). *Frontiers in Psychology*, 10, 1439.
- Manzano-Sánchez, D., Conte-Marín, L., Gómez-López, M., & Valero-Valenzuela, A. (2020). Applying the Personal and Social Responsibility Model as a School-Wide Project in All Participants: Teachers' Views. *Frontiers in Psychology*, 11, 579.
- Manzano-Sánchez, D., & Valero-Valenzuela, A. (2019a). Implementation of a model-based programme to promote personal and social responsibility and its effects on motivation, prosocial behaviours, violence and classroom climate in primary and secondary education. *International journal of environmental research and public health*, 16(21), 4259.

Manzano, D., & Valero-Valenzuela, A. (2019). El modelo de responsabilidad personal y social (mrps) en las diferentes materias de la educación primaria y su repercusión en la responsabilidad, autonomía, motivación, autoconcepto y clima social. *Journal of Sport and Health Research*, 11(3).

Manzano-Sánchez, D., Gómez-Mármol, A., & Valero-Valenzuela, A. (2020). Student and Teacher Perceptions of Teaching Personal and Social Responsibility Implementation, Academic Performance and Gender Differences in Secondary Education. *Sustainability*, 12(11), 4590.

Muñoz-Parreño, J. A., Belando-Pedreño, N., Torres-Luque, G. y Valero-Valenzuela, A. (2020). Implementation of a model-based programme to promote personal and social responsibility and its effects on motivation, prosocial behaviours, violence and classroom climate in primary and secondary education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12, 3592. <https://doi.org/10.3390/ijerph16214259>

Valero-Valenzuela, A., Camerino, O., Manzano-Sánchez, D., Prat, Q., & Castañer, M. (2020). Enhancing Learner Motivation and Classroom Social Climate: A Mixed Methods Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 5272.

Libro del modelo

Manzano-Sánchez, D., Merino-Barrero, J. A., Sánchez-Alcaraz, B. J., & Valero-Valenzuela, A. (2020). *El modelo de responsabilidad personal y social desde la Educación Física a la educación general: Guía teórico-práctico para su aplicación en el contexto escolar*. Wanceulen Editorial SL.

