



Castilla-La Mancha

FICHA DE EXPERIENCIAS

PROYECTO DE INNOVACIÓN EDUCATIVA

CENTRO: EOI PRADO DE ALARCOS

PROVINCIA: CIUDAD REAL

CÓDIGO DEL CENTRO: 13004134

FICHA DE INTERCAMBIO

OBJETIVO DEL PROYECTO

Nuestro proyecto de innovación educativa gira en torno a dos acciones fundamentales: la creación de un aula del futuro en el centro y la implantación de metodologías activas. Dentro de este contexto hemos realizado la siguiente actividad titulada: *la resiliencia en el deporte*.

La finalidad de esta actividad es que el alumnado comprenda y analice el concepto de resiliencia a través de casos reales de deportistas de élite, empleando el inglés como principal herramienta de comunicación, tanto en la forma escrita como oral.

El tema previsto en la programación era el deporte, pero decidí orientarlo desde esta perspectiva para potenciar la capacidad del alumnado para expresar sus ideas sobre cuestiones complejas, como la gestión del fracaso, la presión o la superación personal. El proyecto también pretende establecer una conexión entre el ámbito deportivo y la vida cotidiana del alumnado, por ejemplo, en la preparación de exámenes o en la gestión de situaciones de estrés.

Para ello, decidimos centrarnos en tres deportistas de élite: Simone Biles, Usain Bolt y Serena Williams. Los tres son un ejemplo claro de éxito deportivo, y, sobre todo, de superación personal.

ACTUACIONES GENERALES

Para el desarrollo de este proyecto, se llevaron a cabo las siguientes actuaciones:

- Activación de conocimientos previos mediante una dinámica inicial de reflexión y debate sobre el concepto de resiliencia y la gestión del fracaso mediante la lectura y visualización de vídeos sobre el papel de la psicología aplicada al deporte.
- Aprendizaje y consolidación del léxico específico, especialmente relacionado con la resiliencia, la psicología y el deporte, mediante actividades de contextualización, uso activo y reutilización en tareas orales y escritas.
- Investigación guiada en pequeños grupos sobre deportistas de élite, centrada en sus experiencias de adversidad, presión y superación personal.
- Análisis crítico de la información, fomentando la selección, interpretación y contraste de fuentes relevantes.
- Interacción oral y aprendizaje cooperativo, a través de la puesta en común de resultados y el intercambio de información entre grupos.
- Producción de un producto final digital, como una presentación o podcast utilizando herramientas digitales en el Aula del Futuro.
- Reflexión final y transferencia, orientada a aplicar las estrategias de resiliencia analizadas a contextos personales y académicos.

EXPLICACIÓN DETALLADA DE ACCIÓN O PROYECTO RESEÑABLE

La actividad seleccionada es la resiliencia en el deporte dirigida al alumnado de 2º de C1 de inglés, que se llevó a cabo en tres sesiones en el Aula del Futuro con una duración total de 6 horas. Se formaron equipos de 5 o 6 alumnos, y cada uno de ellos se encargó de trabajar sobre un deportista de élite diferente.

Descripción:

Los alumnos formaban parte de un equipo de periodistas deportivos que trabajaba para una revista digital internacional.

Su misión consistía en investigar cómo deportistas de élite como Simone Biles, Serena Williams y Usain Bolt han afrontado situaciones de fracaso, presión y dificultad a lo largo de sus carreras. A partir de esa información, tenían que analizar cómo habían desarrollado su resiliencia y qué estrategias habían utilizado para superar esos momentos críticos.

Como producto final, los alumnos tenían que crear un contenido multimedia (entrevista, presentación o podcast) en el que tenían que reflejar qué podemos aprender de estos deportistas para afrontar los retos en la vida real.

El objetivo último de la misión era responder a la siguiente pregunta:

¿Qué podemos aprender de los grandes deportistas sobre cómo afrontar el fracaso y la presión en nuestra propia vida?

Desarrollo de la actividad:

Zona Investiga y Explora

En primer lugar, el alumnado debía recopilar información sobre el deportista asignado. Para ello, investigaron en Internet consultando diversas páginas web y vídeos de YouTube que habían sido previamente seleccionados y facilitados como punto de partida. Al mismo tiempo, debían registrar la información en una hoja de trabajo organizada según los siguientes epígrafes:

1. Información general: deporte, logros y momentos decisivos en su carrera.
2. Retos: lesiones, fracaso, presión mediática y social, y conflictos personales.
3. Consecuencias en sus carreras deportivas.
4. Estrategias empleadas para la superación personal (visualización, control emocional, definición de objetivos, concentración y apoyo familiar)

Zona Interactúa

A continuación, pusieron en común toda la información encontrada previamente, debatieron los puntos principales y reflexionaron sobre la importancia de la resiliencia en el desarrollo de sus carreras deportivas, y cómo podría trasladarse a los retos personales de la vida diaria de los alumnos.

En este punto, decidieron qué información incluir en sus respectivas presentaciones.

Zona Crea

Los alumnos pasaron entonces a crear su contenido multimedia. La mayoría de los grupos optó por realizar una presentación empleando la herramienta colaborativa *Canva*. Se distribuyeron el trabajo por diapositivas y trabajaron simultáneamente en la presentación que tenía que estructurarse siguiendo los siguientes puntos:

- Breve descripción biográfica
- Logros deportivos
- Retos a los que se ha enfrentado.
- Momento crítico en su carrera deportiva
- Técnicas de superación empleadas
- Reflexión final

Uno de los equipos decidió grabar un podcast simulando un programa de radio en el que varios psicólogos expertos comentaban la carrera profesional de Serena Williams y reflexionaban sobre la superación personal de esta atleta. Para ello utilizaron **Audacity** y **Canva** para convertirlo en vídeo.

Zona Presenta

Los diferentes equipos subieron sus presentaciones y contenido multimedia a un padlet habilitado para ello y lo presentaron al resto de sus compañeros. Todas las presentaciones despertaron gran curiosidad entre los alumnos y favorecieron un turno de preguntas.

[ENLACE: PADLET RESILIENCIA EN EL DEPORTE](#)

[ENLACE ACTIVIDAD](#)



EVALUACIÓN

La evaluación de esta actividad se realizó en la fase de presentación y se hizo con la rúbrica de evaluación (PTO) del nivel C1b empleada en las pruebas de certificación. Dicha rúbrica evalúa los siguientes parámetros:

- Capacidad léxica: Variedad en el uso de recursos léxicos.
- Capacidad gramatical: Uso de estructuras complejas para producir un discurso coherente.
- Aspectos orales: Fluidez y pronunciación.
- Capacidad discursiva: Desarrollo temático, coherencia y cohesión.

Este proyecto ha sido muy motivador y el alumnado ha podido desarrollar de forma integrada sus competencias lingüísticas en inglés a nivel C1 a través de un enfoque activo y colaborativo. Mediante la investigación de deportistas de élite y el análisis de sus experiencias de superación, los alumnos no solo amplían su léxico y mejoran su expresión oral y escrita, sino que también fortalecen su pensamiento crítico y su capacidad de reflexión.

DIFICULTADES/SOLUCIONES

En general, la actividad fue muy motivadora para los alumnos y, en principio, no planteó muchas dificultades. El alumnado está muy familiarizado con el uso de Canva, ya que han trabajado en actividades previas con él.

La principal dificultad fue la grabación del podcast, que se realizó en clase con todo el grupo, por lo que fue muy complicado evitar un ruido de fondo. Por tanto, decidimos editar el audio original grabado con Audacity, y, para ello, utilizamos la aplicación, **Audo**, una herramienta que permite eliminar los ruidos de fondo, limpiar el audio y mejorar su calidad.

Otra de las dificultades que encontramos fue que al ser una actividad que se realizó en varias sesiones, el número de alumnos varió de un día a otro. En este sentido, los alumnos que se incorporaron en sesiones posteriores lo hicieron en equipos más o menos estables para poder continuar con la actividad.

RECURSOS

Para el desarrollo de esta actividad empleamos los siguientes recursos:

- Páginas web
- Vídeos de YouTube
- Ordenadores
- Canva
- Micrófonos de mesa
- Audacity
- Audo

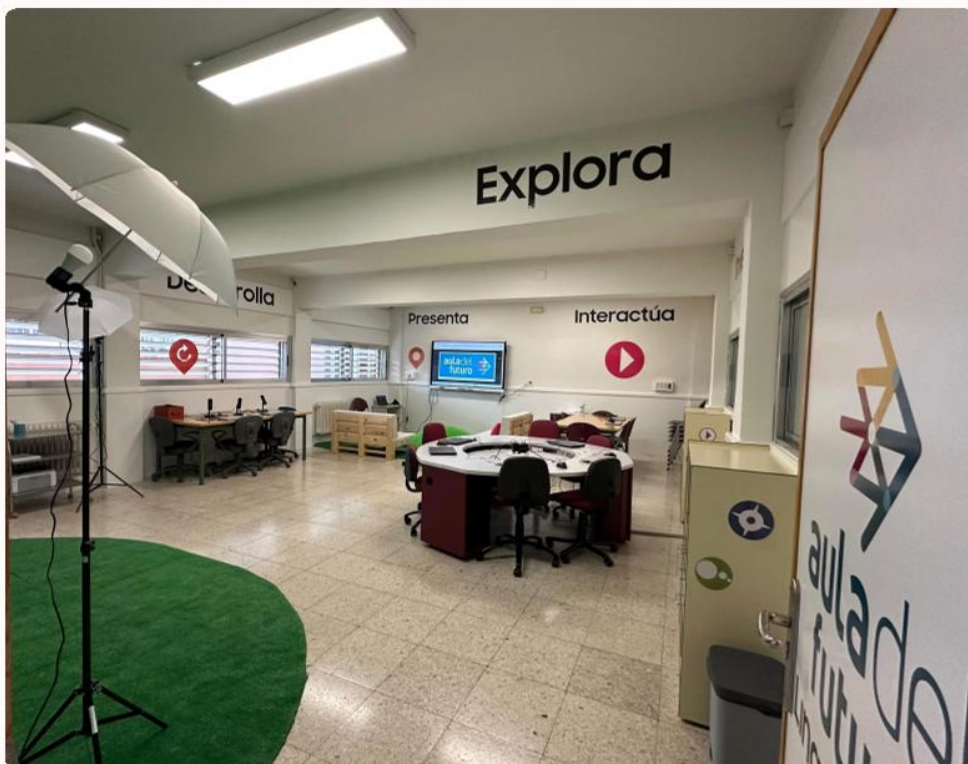


PROYECTO DE INNOVACIÓN EDUCATIVA

La Resiliencia en el Deporte

EOI Prado de Alarcos - Ciudad Real

Una experiencia de aprendizaje activo y colaborativo en el Aula del Futuro para alumnado de 2.º C1 de inglés.



Objetivo del Proyecto

Nuestro Proyecto de Innovación Educativa combina la **creación de un Aula del Futuro** con **la implantación de metodologías activas**.

Ejemplo de actividad en el AdF



La actividad presentada busca que el alumnado comprenda la **resiliencia** a través de deportistas de élite, usando el inglés como herramienta de comunicación oral y escrita.

Se conecta el ámbito deportivo con la vida cotidiana: gestión del fracaso, presión y superación personal.



Tres Referentes de Superación

Simone Biles

Gimnasta olímpica, símbolo de salud mental y valentía.

Usain Bolt

El hombre más rápido del mundo.

Serena Williams

Tenista legendaria, referente de perseverancia y fortaleza.

La Misión: Periodistas Deportivos

Rol asignado

Equipo de periodistas de una revista digital internacional.

Tarea

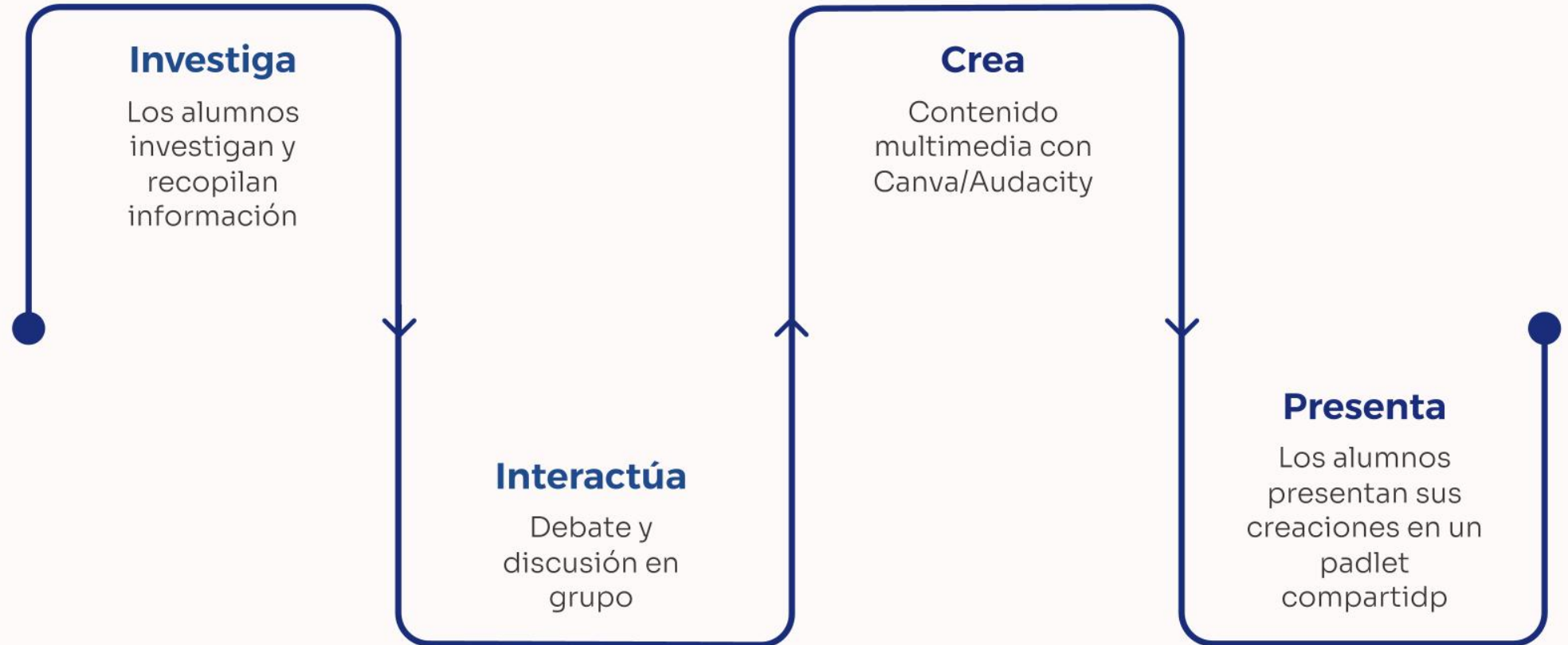
Investigar cómo los deportistas seleccionados afrontaron fracaso, presión y dificultad.

Pregunta clave

¿Qué podemos aprender de los grandes deportistas sobre cómo afrontar el fracaso y la presión en nuestra propia vida?



Cuatro Zonas de Aprendizaje



Cada zona guió al alumnado desde la investigación hasta la presentación pública, fomentando el pensamiento crítico y la cooperación.

El Aula del Futuro en Acción



Desarrollo



Investiga

- Biografía
- logros
- retos
- momento crítico
- técnicas de superación

 Google Docs



C1.2_Sports Psychology_...



Interactúa

Debatieron la información recogida, seleccionaron los puntos importantes y reflexionaron sobre la resiliencia.



Crea

Presentación con *Canva*

Centraron sus presentaciones en los **logros** y **retos**, así como en las **estrategias de superación** y una **reflexión final**.

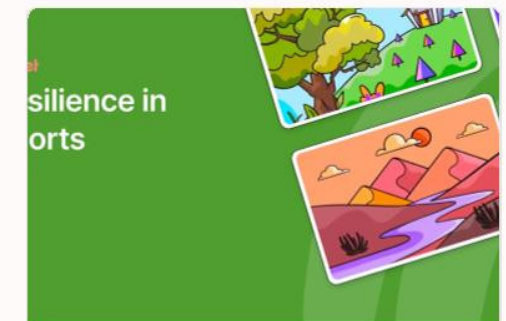
Podcast con Audacity

Simulación de programa de radio con psicólogos expertos analizando la carrera de Serena Williams.



Presenta

Padlet Compartido



Padlet



Resilience in Sports

Athletes who faced psychological challenges

Evaluación

La evaluación se realizó durante la **fase de presentación** mediante la **rúbrica PTO del nivel C1**, la misma empleada en las pruebas de certificación oficial.

1

Capacidad léxica

Variedad de recursos léxicos.

2

Capacidad gramatical

Estructuras complejas y discurso coherente.

3

Aspectos orales

Fluidez y pronunciación.

4

Capacidad discursiva

Coherencia, cohesión y desarrollo temático.

Dificultades, Soluciones y Recursos

Dificultades y soluciones

- **Ruido en el podcast:** se editó el audio con **Audo**, herramienta de eliminación de ruido de fondo.
- **Variación de asistencia:** los alumnos nuevos se incorporaron a equipos estables para continuar la actividad.

Recursos utilizados

- Páginas web y vídeos de YouTube
- Ordenadores y micrófonos de mesa
- Canva (presentaciones y vídeo)
- Audacity (grabación de audio)
- Audio (limpieza de audio)