

# GALICIA, SIGUE CAMIÑANDO! APRENDIZAJE POR PROYECTOS (ABP) EN EDUCACIÓN FÍSICA EN LA UNIVERSIDADE DA CORUÑA

Varela-Garrote, Lara<sup>1</sup>; Fraga-Castrillón, Noemi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidade da Coruña, Facultade de Ciencias da Educación,  
<https://orcid.org/0000-0002-4647-8996>

<sup>2</sup>Universidade da Coruña, Facultade de Ciencias da Educación,  
<https://orcid.org/0000-0003-0178-0208>

## RESUMEN

Galicia, sigue camiñando! es el resultado de un proceso de enseñanza - aprendizaje por proyectos gestado en “Trabajo por proyectos (ABP) en Educación Física” materia de 3 créditos del Máster Interuniversitario en Investigación e Innovación en Didácticas Específicas para Educación Infantil y Primaria. En este trabajo se realiza una introducción sobre la metodología ABP. A continuación, se describe la experiencia didáctica basada en aprender haciendo; condicionado por los límites temporales de la asignatura, la necesidad de trabajo autónomo y la articulación de un proyecto alrededor de la Educación Física. A estas limitaciones se añade el confinamiento vivido en el curso 2020-2021, que influyó en el resultado final. “Galicia, sigue camiñando!” se construye durante la docencia online, cada integrante del grupo diseñó una ruta a pie a nivel gráfico y la personalizó según su valor histórico, cultural, visual, etc. El proyecto contiene 10 rutas diseñadas por el alumnado, difundidas en redes sociales y alcanzando un valor significativo. Se presentan dos rutas de ejemplo. Finalmente se extraen las principales conclusiones destacando sobremanera el producto generado (@galicia\_siguecaminando) y los beneficios de situar al alumnado en el centro del proceso educativo a través del ABP.

**PALABRAS CLAVE:** Aprendizaje por Proyectos (ABP), Aprendizaje por Proyectos en Educación Física; Educación Física; Metodologías activas; Aprender haciendo

## **CITA RECOMENDADA:**

Varela-Garrote, Lara; Fraga-Castrillón, Noemi (2022): Galicia, sigue camiñando! Aprendizaje por proyectos (ABP) en Educación Física en la Universidade da Coruña. En García Naya, J.A. (ed.) (2022). Contextos universitarios transformadores: a innovación como eixo vertebrador da docencia. VI Xornadas de Innovación Docente. Cufie. Universidade da Coruña. A Coruña (pág. 369-384).

DOI capítulo: <https://doi.org/10.17979/spudc.000016.369>

DOI libro: <https://doi.org/10.17979/spudc.000016>

## **ABSTRACT**

Galicia, sigue camiñando! is the result of a project-based teaching-learning process developed in "Project-based work (PBL) in Physical Education", a 3-credit subject of the Interuniversity Master's Degree in Research and Innovation in Specific Didactics for Early Childhood and Primary Education. In this work an introduction about PBL methodology is made. Then, the experiential process based on learning by doing is described; conditioned by the time limits of the subject, the need for autonomous work and the articulation of a project around Physical Education. To these limitations is added the confinement lived in the 2020-2021 course, an aspect that influenced the final result. "Galicia, keep walking!" is built during online teaching, each member of the group designed a walking route at a graphic level and customized it according to its historical, cultural, visual, etc. value. The project contains 10 routes of the students' places of residence, disseminated in various social networks reaching a significant value. Two example routes are presented in this work. Finally, the main conclusions are drawn, highlighting the product generated (@galicia\_siguiecaminando) and the benefits of placing students at the center of the educational process through PBL.

**KEY WORDS:** Learning by Projects (PBL), Learning by Projects in Physical Education; Physical Education; Active methodologies; Learning by doing

*Hay cosas que, para saberlas, no llega con aprenderlas.*

Séneca

## **1. INTRODUCCIÓN**

El trabajo por proyectos (ABP) es una metodología basada en el constructivismo cuyos fundamentos teórico-prácticos parten de los trabajos de Piaget, Bruner, Vygotsky y especialmente Dewey. Esta metodología fue desarrollada ampliamente por Kilpatrick al que se le considera el pionero del ABP, defiende la posición del alumnado en el centro del proceso educativo y los intereses del grupo como los ejes que han de trazar el camino a seguir en los trabajos e investigaciones escolares (Contreras, 2017).

En el ABP es el alumnado el que plantea problemas a resolver, planifica, implementa y evalúa problemáticas que tienen relación con la vida cotidiana (Blank, 1997; Dickinson et al., 1998; Harwell, 1997). En el caso de la Educación Física (EF), el ABP implica ir más allá de la ejecución técnica o la realización de la propia práctica, valores como el trabajo en equipo, la creatividad, la resolución de problemas, la práctica autónoma, la creación de una cultura motriz de base etc., son posibles a través de esta metodología en EF. En el ABP se traspasa el contexto del aula yendo más allá, derrumbando los muros de la escuela y aproximándose de forma significativa a la realidad. De este modo se incrementa la motivación del estudiantado, que se percata de que su acción puede influir, contribuir e incluso transformar la realidad en la que vive (Treadwel, 2018). El discente centra la atención sobre lo que hace, se involucra durante el proceso porque de él depende parte de lo que está ocurriendo y, paso a paso, va incrementando la confianza en sí mismo como individuo y como grupo porque se habla, se toman decisiones y se adquieren al mismo tiempo competencias para llevar a cabo el proyecto, diseñar soluciones, organizar espacial y temporalmente lo que se va a desarrollar y acercarse a su contexto, a la vida real (Sánchez González et al., 2016). En el caso de la EF el ABP, al igual que otras metodologías como la educación deportiva son consideradas relevantes porque sitúan al estudiante en el centro, a través de ellas es posible crear entornos de aprendizaje de práctica autónoma y, en lugar de hacer que los estudiantes sean activos físicamente en la propia clase, se priorizan otras casuísticas (Casey, 2014; Ennis, 2014) que

pueden incrementar el bagaje sobre su cultura motriz o el saber diversos modos de practica autónoma entre otros aspectos y hacer eficaz esa práctica más allá del aula.

Por lo tanto, el ABP implica a nivel individual y grupal participación, capacidad de organización, trabajo globalizado e integrado. Es especialmente interesante trabajar desde esa perspectiva global, de hecho, es la forma más sencilla y natural de aprendizaje humano. El caso de la EF, si se orienta a una motricidad y un conocimiento sobre la misma versátil y global es especialmente interesante su empleo, por el gran potencial que posee el juego, la expresión, el trabajo en equipo y el propio cuerpo (Castañer & Trigo, 1998), ese gran “desconocido” que nos acompaña a lo largo de toda la vida.

En el ABP importa el proceso y el producto final. Para conseguir llevarlo a cabo es interesante, que el profesorado y el alumnado, tengan presentes unas fases o guion, que posibiliten la organización, pudiendo adaptarse a las particularidades de cada proyecto. Las fases por seguir deben responder a las siguientes preguntas: ¿qué se quiere hacer? ¿para qué? ¿qué se necesita? ¿con qué se hará? ¿dónde podemos encontrar lo que necesitamos?, además de asignar las responsabilidades sobre quién se encargará de cada una de las tareas e ir valorando si el grupo avanza en el sentido deseado. Una posible organización para las fases podría ser:

- a) Fase inicial o preparatoria, en la que se hace una lluvia de ideas, se valoran las propuestas y se elige temática y tipo de proyecto.
- b) Fase de desarrollo en donde se pueden contemplar los siguientes aspectos:
  - valorar la situación de partida del grupo, su contexto, el número de personas;
  - elaborar un listado de tareas, hacer grupos y repartir responsabilidades;
  - preparar y planificar lo más concretamente posible el proyecto, definir qué hacer, cuándo, cómo, en qué lugar y de qué tiempo se dispone;
  - chequear vs evaluar al inicio, durante y al final de esta fase para comprobar o si es necesario reconducir;

- realizar un análisis crítico individual y grupalmente del proceso y el producto resultante del ABP.

c) Fase de difusión del proyecto en donde se visibiliza el trabajo a través de los canales más apropiados para cada contexto y tipo de proyecto.

En todo este proceso el rol del profesorado, aunque secundario, es relevante. Inicialmente puede tener la sensación de “caída al vacío”, él sabe de dónde se parte, pero no hacia dónde va a llegar guiando a su alumnado. El docente acompaña de forma comprometida, según sea necesario se mantiene en segundo plano o pasa al foco de la clase. Inicialmente su criterio profesional permitirá sentar las bases del proyecto con el grupo y proponer los condicionantes de partida si es necesario. Acompaña al grupo y a cada alumno, observando y ayudando, contribuyendo a la resolución de problemas que van surgiendo, aportando seguridad si el grupo lo demanda, estimulando ante bloqueos, analizando el trabajo individual y grupal, y aportando feedback. Cuando el proyecto se acaba acompaña al grupo en la difusión, valora el proceso y el producto final analizando los logros y realizando propuestas de mejora.

## **2. DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA**

En este apartado se hará la presentación de la experiencia comenzando por los objetivos generales y específicos, seguidamente se explica cómo se asumieron las responsabilidades para una óptima organización del proceso y, finalmente, se exponen las fases llevadas a cabo en el proyecto.

### **2.1. OBJETIVOS**

Este proyecto nace en la asignatura optativa “Trabajo por proyectos (ABP) en Educación Física” dentro del Máster Interuniversitario en Investigación e Innovación en Didácticas Específicas para Educación Infantil y Primaria. La novedad de *Galicia, sigue camiñando!* es la manera en la que se propone su realización: el diseño íntegramente pensado y realizado por el alumnado, con la docente como guía y en situación de confinamiento.

Siguiendo los contenidos básicos de la materia, se propusieron los siguientes objetivos generales:

- Fomentar hábitos saludables tanto dentro de la materia como su extensión a la población consumidora del resultado del proyecto.
- Valorar el entorno como medio de práctica motriz, aprendizaje, goce y respeto por la naturaleza.
- Valorar y dar a conocer parte del patrimonio geográfico, natural y cultural gallego a través de los lugares en los que se diseñan las rutas a pie.
- Además de estos objetivos generales, han surgido los siguientes específicos:
- Crear un mapa con rutas de senderismo de entre 3 y 10 kilómetros en los 9 lugares de residencia del alumnado.
- Difundir el proyecto a través de la RSS.
- Abrir el proyecto a la sociedad haciendo posible que se incorporen nuevas rutas procedentes de diversos lugares de la geografía gallega.

## 2.2 RESPONSABILIDADES

En el ABP es necesario distribuir las responsabilidades del proyecto a realizar. En este proyecto, el compromiso grupal fue, por un lado, elegir la temática, es decir, sobre qué se trabajaría y, por otro, la gestión de las RRSS. Dentro de este compromiso grupal se formaron subgrupos para la gestión de las RRSS ya que cada una de ellas exige habilidades creativas diferentes y una forma de mostrar el contenido diversa a todas las demás.

En lo que afecta al trabajo individual, los compromisos fueron de carácter creativo. Por un lado, la creación de rutas de cada ayuntamiento (haciéndola a pie y grabándola en la aplicación correspondiente), por otro las fotografías y vídeos con el dispositivo móvil. Esto dio lugar a que cada integrante del grupo colocara su ruta en el mapa interactivo creado en Genially, y aportara la grabación de la ruta preparada al vídeo promocional del proyecto.

### 2.3. FASES DEL PROYECTO GALICIA, SIGUE CAMIÑANDO!

En el ABP una de las prácticas fundamentales es establecer una organización de tareas y cronológica. En este caso y debido al escaso tiempo disponible, se establecieron 5 fases comprendidas entre el 27 de enero y el 25 de febrero de 2021 y organizadas de este modo:

- **Fase 1. Lluvia de ideas y elección del tema**

Esta primera fase se llevó a cabo mediante la enseñanza online (a través de *Teams*). El debate se generó por la profesora que planteó el llevar a cabo un ABP que incorporase la actividad física como hilo conductor. El hecho del condicionante de incorporar la actividad física es algo que se tienen presente en la materia, puesto que se considera que el proyecto se desarrolla en una materia del área de EF y por lo tanto uno de los objetivos de la misma es no perder esa esencia y contribuir como docentes al fomento de la actividad física y/o la de la competencia motriz (Moya-Mata & Peirats, 2019). De esta forma el alumnado fue expresando y argumentando sus ideas, hasta decidir la propuesta más oportuna teniendo en cuenta la situación de confinamiento vivida por el grupo.

- **Fase 2. Salidas individuales**

En esta fase cada miembro del grupo diseñó, vivenció y documentó una ruta en su lugar de residencia. Cada alumno realizó la caminata en el propio ayuntamiento, debido al cierre perimetral citado anteriormente. Durante la preparación se hicieron fotografías, vídeos de paisajes y otros bienes de interés cultural para utilizarlos *a posteriori*. Con el ánimo de unificar las rutas, se eligieron por consenso dos aplicaciones para teléfono móvil (*Wikiloc* y *My Maps*) que se debían activar para que la ruta quedase grabada y poder visualizarla o realizarla cualquier persona siguiendo la ubicación.

- **Fase 3. Creación de rutas**

Una vez realizadas todas las caminatas con una longitud de entre 3 y 10km, se volcaron las mismas en la aplicación utilizada, el contenido multimedia (vídeo y/o fotografías) y una breve descripción del entorno como patrimonio natural y/o cultural, dependiendo del recorrido.

- **Fase 4. Difusión en las Redes Sociales (RRSS)**

Se crearon perfiles en redes sociales (Facebook, Instagram, Twitter y TikTok), donde se subió el contenido trabajado en la fase 3. En cada publicación se mostraba una serie de contenido multimedia con la descripción, para que los seguidores pudiesen tener información básica y los recursos necesarios para realizar la ruta por sí mismos de manera satisfactoria. Además, se creó un mapa interactivo en el programa Genially para colocar un enlace directo a la aplicación de cada una de las rutas y que sirviera de guía como GPS en caso de necesitarla.

- **Fase 5. Conclusiones, reflexiones, autoevaluación y propuestas de mejora**

Por último, cada integrante del grupo expresó sus conclusiones y reflexiones de lo vivido durante la puesta en marcha del proyecto desde el primer momento y se plantearon una serie de propuestas de mejora. A mayores se realizó una autoevaluación razonada y justificada, teniendo en cuenta el grado de implicación y responsabilidades asumidas a lo largo del proyecto.

### **3. RESULTADOS**

En este apartado se exponen los principales resultados del proyecto. Por un lado, se presentan dos de las diez rutas generadas y cómo se han presentado en las redes sociales, por otro, se muestra el impacto que tuvo y tiene actualmente el perfil de Instagram.

Los resultados obtenidos han sido la creación de “Galicia, ¡sigue camiñando!”, un producto con 10 rutas de partida que promueve la realización de actividad física al aire libre en el entorno gallego y al que se pueden incorporar nuevas rutas por parte de los seguidores de la cuenta. Para su difusión en las redes (Facebook, Twitter, Instagram y Tik Tok) se creó un logotipo asociado al nombre en el que se colgaron las rutas de senderismo que se distribuyen de la siguiente manera: dos rutas por la ciudad de A Coruña, una en Baio, una en Cabana de Bergantiños, una en Cabanas, una en Cambre, una en Foz, una en Muxía, una en Ordes y una en Viveiro. Se van a aportar dos ejemplos de rutas (para ampliar: @galicia\_siguecaminando), eligiendo la de Muxía por su gran valor de patrimonio cultural y paisajístico y la de Cabanas por la visibilización del entorno natural.



### 3.1. RUTAS DE EJEMPLO: MUXÍA Y CABANAS

La ruta por Muxía (Imagen 1) consta de un recorrido de 1 hora (entre 12000 y 13000 pasos aproximadamente) por el pueblo marineru. En el recorrido se pueden conocer los lugares más significativos y característicos del lugar. Se pasa por la Praia da Cruz, el puerto deportivo y el marineru -que unido a la lonja es el principal motor de vida del pueblo y que guarda la historia artística con los famosos “Muros do Nordés”-.



Imagen 1. Ruta Muxía.

Seguidamente se continúa por los secaderos del congrio (ver Imagen 2) que todavía siguen activos distribuyendo congrio seco por España y el extranjero, y que constituye el oficio típico y artesano del pueblo. Siguiendo la ruta nos podemos encontrar también con el Faro da Barca y el emblemático Santuario da Virxe da Barca que cuenta con vistas a una de las zonas más importantes para la recolecta del percebe. También se pasa por la piedra “A Ferida”, monumento dedicado a la catástrofe del Prestige que afectó sumamente a la vida en Muxía en el año 2002. Por último, nos encontramos con el Mirador do Corpiño desde el cual hay unas vistas panorámicas de Muxía, de la ría de Camariñas, de Punta da Buitra y del Monte Facho y con la Plaza de O Coído, uno de los lugares más afectados por la catástrofe del Prestige que

se convirtió en el puesto de reunión desde donde se capturaron las mejores fotografías de los voluntarios que ofrecieron su ayuda para la limpieza de las zonas más afectadas.



Imagen 2. Secaderos de congrio.

La ruta por Cabanas se divide en 2 rutas diferentes: una por el conocido Parque Natural das Fragas do Eume de 3,2km y otra por la costa de 2,65km. Esta decisión se tomó así por dos principales motivos: conocer las dos caras que ofrece este ayuntamiento con su conocido lema “A Fraga feita mar” y porque cualquiera de los dos itinerarios es mucho más amplio abarcando diversos ayuntamientos, pero las restricciones por la pandemia no permitían pasar de un ayuntamiento a otro y realizarlas de forma completa. No obstante, estos itinerarios son, ante todo, para gozar de la naturaleza:

- En la ruta 1 de las Fragas do Eume se pueden observar gran variedad de árboles autóctonos que nos hacen disfrutar de vistas a un bosque frondoso junto con los sonidos de animales como ciervos y zorros. Por lo contrario, todavía se pueden apreciar zonas que no se han recuperado todavía del devastador incendio que afectó

al parque natural en el año 2012. Durante la caminata nos cruzamos con una serie de regatos que buscan su andadura para llegar al Río Eume que se observa cuando se alcanza la parte más baja de la ruta. Por último, el Puente Colgante permite cruzar a la localidad vecina de Pontedeume (Imagen 3).



Imagen 3. Puente Colgante de las Fragas do Eume.

- La ruta de la costa, por lo contrario, ofrece vistas del mar pudiendo observar primero la Praia da Magdalena (ver Imagen 4) con su mar (casi) siempre en calma. Siguiendo la ruta se va pasando por diversas calas que quedan a la vista únicamente en marea baja y se llega a la Praia de Chamoso de aguas mucho más agitadas. Si continuamos se llega al límite del ayuntamiento que se encuentra en la Praia Río Castro que cuenta con un antiguo molino de marea en ruinas. Además del disfrute de las vistas, se pueden escuchar aves características dependiendo de la época del año en que se realice la caminata.



Imagen 4. Praia da Magdalena.

### 3.2. IMPACTO DEL PROYECTO EN LAS RRSS

Para concluir con los resultados, cabe destacar el impacto del proyecto en las RRSS, especialmente en Instagram que cuenta con un total de 1676 seguidores actualmente (ver Imagen 5). Esta red social sigue activa a pesar de haber acabado la temporalización del proyecto en el segundo cuatrimestre del curso 2020-2021.



Imagen 5. Cuenta de Instagram.

Los seguidores han contribuido al crecimiento del proyecto, ofreciendo diversas rutas que se fueron publicando (ver Imagen 6). Además, siguiendo con las estadísticas se pueden observar 10,8 mil personas alcanzadas en los últimos 30 días y una media de 3200 visualizaciones en los reels.

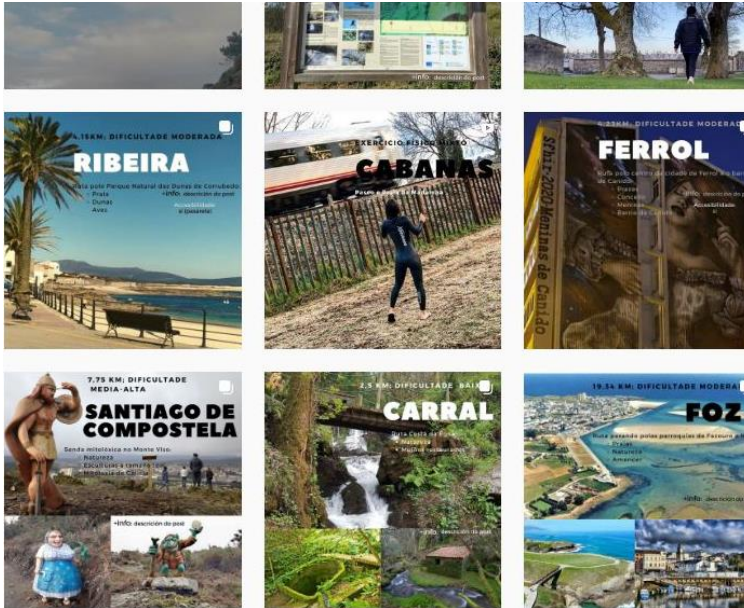


Imagen 6. Publicaciones de las rutas de los seguidores.

#### 4. CONCLUSIONES

Las principales conclusiones que consideramos tras la realización de este proyecto son las siguientes:

- El ABP es una metodología experiencial de gran potencial pedagógico en el marco del contexto universitario, que por sus características permite el acercamiento a la sociedad y, tras la experiencia, el alumnado podrá ponerla en práctica como maestros y maestras en sus futuras escuelas.
- El empoderamiento y la búsqueda de la motivación del alumnado alrededor de los contenidos de la materia han sido los ejes del proceso educativo y el proyecto generado

tiene un gran valor intrínseco por cómo se ha llevado a cabo, pero también porque excede los márgenes del aula universitaria.

- La conexión con la vida real es un referente en el aula en el ABP. En Galicia sigue caminando!, la situación de confinamiento (COVID-19) y sesiones online, fueron significativos para la elección de la temática. El alumnado se confinó en sus pueblos y ciudades de procedencia, de ahí la conexión del proyecto de rutas generado, centrado en la actividad física y la geografía de los lugares que habitaban.
- Desde el aula se ha generado una propuesta en la que el alumnado se coloca en el centro del proceso educativo. Esta propuesta está orientada al exterior del aula, posee una gran utilidad social y, actualmente sigue creciendo a través de las RRSS (@galicia\_siguecaminando).
- Galicia, sigue caminando!, promueve la actividad física y la difusión del potencial del entorno gallego en múltiples facetas: patrimonio, social, cultural, paisajístico, natural, etc.
- Galicia, sigue caminando! es un ABP global e interdisciplinar con la EF como hilo conductor. Se conecta el fomento de la actividad física a través del diseño de las caminatas a pie, con el manejo de las tecnologías y más concretamente el aprendizaje de herramientas necesarias para generar el producto: la fotografía, el trabajo sobre el patrimonio histórico, geográfico, natural y paisajístico gallego.
- En el ABP se produce un empoderamiento progresivo del alumnado. Si el objetivo está claro y en el grupo hay una buena cohesión -aspecto clave en el ABP-, se van distribuyendo las tareas a realizar, el alumnado va sintiendo que forman parte del proceso, le otorgan valor al trabajo propio y al de sus compañeros.
- Galicia, sigue caminando! Sigue manteniéndose por parte de los integrantes del grupo, aspecto que le otorga un valor añadido. Ha sido valorado positivamente por el alumnado, el profesorado de la Facultad de Ciencias de la Educación (UDC) y diversos agentes sociales (especialmente ayuntamientos) procedentes de las zonas en donde se han

realizado las rutas. Actualmente cuenta con 1676 seguidores, tiene un alcance de 10,8 mil personas en los últimos 30 días y una media de 3200 visualizaciones en los reels.

## 5. REFERENCIAS

- Blank, W. (1997). Authentic instruction. En W. Blank & S. HARWELL (Eds.), *Promising practices for connecting high school to the real world* (University, pp. 15–21).
- Casey, A. (2014). Models-based practice: Great white hope or white elephant? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19, 18–34.  
<https://doi.org/doi:10.1080/17408989.2012.726977>
- Castañer, M., & Trigo, E. (1998). Desde la Educación Física a la interdisciplinariedad. En *Congreso de Intervención en conductas motrices significativas* (pp. 643–654).
- Contreras, O. R. (2017). La enseñanza por proyectos en Educación Física. En O. Contreras & D. Gutiérrez (Eds.), *El aprendizaje basado en proyectos en educación física* (pp. 9–28). Barcelona: INDE.
- Dickinson, K. P., Soukamneuth, S., Yu, H. C., Kimball, M., D´Amico, R., Perry, R., Kingsley, C., & Curan, S. P. (1998). *Providing Educational Services in the Summer Youth Employment and Training Program. Technical Assistance Guide*. U.S. Department of Labor, Office of Policy & Research.
- Ennis, C. (2014). What goes around comes around... or does it? Disrupting the cycles of traditional, sport-based physical education. *Kinesiology Review*, 3, 63–70.
- Harwell, S. (1997). Project-based learning. In W. Blank & S. Harwel (Eds.), *Promising practices for connecting high school to the real world* (pp. 23–28). Tampa, FL: University of South Florida.
- Moya-Mata, I., & Peirats, J. (2019). Aprendizaje basado en Proyectos en Educación Física en Primaria, un estudio de revisión. *REIDOCREA*, 8(2), 115–130.
- Sánchez González, L., Ferrero Castro, R., Conde González, M., & Alfonso Cendón, J. (2016). Desarrollo de competencias emprendedoras mediante iniciativas de aprendizaje basado

en proyectos. *Education in the Knowledge Society (EKS)*, 17(4), 15–28.

<https://doi.org/https://doi.org/10.14201/eks20161741528>

Treadwel, S. M. (2018). Making the Case for Project-based Learning (PBL) in Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 89(1), 5–6.

<https://doi.org/10.1080/07303084.2018.1393225>