



**López-Benavente, A.; Ureña-Ortín, N.; Alarcón, F. (2019).** Evaluación formativa y compartida para la inclusión de descansos activos en infantil. *Journal of Sport and Health Research*. 11(Supl 1):143-154.

**Original**

## **EVALUACIÓN FORMATIVA Y COMPARTIDA PARA LA INCLUSIÓN DE DESCANSOS ACTIVOS EN INFANTIL**

## **FORMATIVE AND SHARED ASSESSMENT FOR THE INCLUSION OF ACTIVE BREAKS IN KINDERGARTEN**

López-Benavente, A.<sup>1</sup>; Ureña-Ortín, N.<sup>1</sup>; Alarcón López, F.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Universidad de Murcia*

<sup>2</sup>*Universidad de Alicante*

---

Correspondence to:  
**Alba López-Benavente**  
Facultad de Educación  
Universidad de Murcia  
Email: [alba.lopez3@um.es](mailto:alba.lopez3@um.es)

---

*Edited by: D.A.A. Scientific Section  
Martos (Spain)*



Received: 13/03/19  
Accepted: 03/05/19



## RESUMEN

Este artículo tuvo como objetivo evaluar la eficacia de un programa de educación física en la etapa de infantil a través de un sistema de evaluación formativa y compartida. La finalidad del programa fue promover la capacidad de autorregulación de los niños, a través de la incorporación de descansos activos. La muestra estaba formada por 46 niños, 22 fueron niños (47,8 %) y 24 fueron niñas (52,2%). Se utilizó una metodología de investigación cualitativa, a través de un estudio de caso, con el objetivo de analizar el grado de satisfacción del programa implantado, así como el proceso de mejora de la calidad docente y del desarrollo profesional. Los resultados mostraron que: (1) la evaluación formativa y compartida generó en el docente procesos de reflexión sobre su propia práctica para mejorar el grado de eficacia del programa; y en concreto, de los descansos activos y (2) generó diálogo y reflexión entre el alumnado al implicarlo en la evaluación docente. Los resultados indican que los procesos de evaluación formativa y compartida son la clave para implicar al alumnado en la evaluación de la enseñanza, permitiendo al docente reflexionar sobre su acción educativa al mismo tiempo que fomenta el diálogo entre iguales y entre el profesor y sus alumnos. Como conclusión indicar que es posible realizar procesos de evaluación formativa y compartida en Educación Infantil.

**Palabras clave:** función ejecutiva, descansos activos, sistema de evaluación, actividad física, ActivaMotricidad

## ABSTRACT

The objective of this article was to evaluate the effectiveness of a physical education program in early childhood stage through a formative and shared evaluation system. The purpose of this program was to promote the self-regulation capacity of children, through active break periods. The sample consisted of 46 children, 22 boys (47.8%) and 24 girls (52.2%). A qualitative research methodology was used, through a case study, with the objective of analyzing the degree of satisfaction of the program implemented, as well as the process of improving quality teacher and teacher professional development. The results indicate that: (1) the formative and shared evaluation generated processes of reflection teacher on their own practice to improve the degree of efficacy of the program, in particular, of the active break and (2) generated dialogue and reflection among the students by including them in the teacher evaluation. The results indicated that formative and shared assessment processes are the key to involving students in the evaluation of teaching, allowing the teacher to reflect on their educational action while encouraging dialogue between equals and between the teacher and their students. As a result, it becomes possible to carry out formative and shared evaluation processes in Early Childhood Education

**Keywords:** executive function, active break, evaluation system, physical activity, ActivaMotricidad



## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo pretende impulsar dos ideas que son relevantes en la sociedad actual. En primer lugar, transformar los centros escolares para que se conviertan en escuelas activas, fomentando así la práctica de actividad física dentro de la jornada escolar diaria (Martínez-Martínez, 2018). En segundo lugar, y desde un punto de vista cronológico, incorporar la actividad física en las primeras edades (Educación Infantil), con la intención de aumentar la adherencia a la práctica de actividad física, creando estilos de vida saludables desde edades tempranas.

Para conseguir este objetivo se plantean propuestas muy útiles y eficaces como son los programas que incluyen descansos activos que tratan de aprovechar las pausas en las jornadas escolares para llevar a cabo algún tipo de actividad física de intensidad media-alta (Aguilar Gil, Ortega y Rodríguez, 2018; Sánchez-López, Gutiérrez, Ruiz de la Hermosa, López y Sánchez, 2017; Sánchez-López et al., 2019; Van den Berg et al., 2016). Estas propuestas educativas, que integran la actividad física en el currículo escolar, han proliferado en los últimos años con diversos objetivos como son: potenciar el desarrollo cognitivo, funciones ejecutivas, el desarrollo socio-emocional, rendimiento académico, disminución del sedentarismo, reducción del peso corporal, mayores niveles de entretenimiento y diversión en el aula (Batista, 2017; Chacón, 2016; Donnelly y Lambourne, 2011; García, 2018; Janssen, et al., 2014; Kibbe, et al., 2011; Kubesch et al., 2009; Wilson et al., 2016). Estos programas básicamente utilizan actividades de corta duración, de 5 a 15 minutos, y se incluyen a diario dentro de las rutinas de los alumnos (Ryde, 2018; Wright et al., 2016). Sin embargo, la inclusión de los descansos activos en las primeras etapas educativas es escasa. Recientemente Suarez, Ruiz y López (2018) realizaron una revisión sistemática de los estudios que evalúan el efecto de la actividad física en los descansos en la jornada escolar encontrando tan solo un total de nueve y para escuelas de primaria y secundaria. En Educación Infantil, Santamaría (2015; 2019) propone incorporar en el aula las cuñas motrices, empleando herramientas como yoga, meditación, relajación, respiración, etc. con el fin de mejorar el clima del aula y la atención, pero su programa no incluye actividad física de intensidad

media-alta. Desde el punto de vista de programas que sí incluyen descansos activos con intensidades de moderada a vigorosa (OMS, 2010). Ureña, Cerezo, López-Benavente y Alarcón (2018) proponen el uso de un programa integral de actividad física que incluye, entre otros recursos para incorporar la actividad física, los descansos activos. Este estudio encuentra beneficios en la capacidad de autorregulación comportamental y socio-emocional de los alumnos de infantil. En concreto, este programa propone, el uso de cuñas motrices diarias (Cebrián, Isabel y Miguel 2013) de 10 a 15 minutos de duración, integradas dentro de las rutinas del alumno durante su tiempo en el aula de infantil. Las cuñas motrices son dirigidas por el docente y se realizan una vez finaliza la asamblea y en el mismo espacio físico y/o el patio del colegio (Cerezo, 2017; López- Benavente, 2017).

"La araña y su telaraña"			
MIÉRCOLES	<p><b>Organización:</b> Preparar los elásticos como una telaraña. Si lo conseguimos la araña nos dará un trocito de su telaraña.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Les diremos a los niños que somos arañas y que tenemos que atravesar la telaraña de dos en dos. Van pasando de dos en dos (sin soltarse la mano), o de tres en tres, seguidamente y sin parar solo así se conseguirá la otra raya. Podemos atravesarlo como queramos, saltando, andando, arrastrándonos por el suelo como una araña.</p> <p>Variante 1. Podemos pasar de tres en tres. Variante 2. Uno pilla y el resto evitar ser pillado. Si te abrazas a algún compañero no puedes ser pillado. <b>Representación gráfica:</b></p> 	Desarrollo afectivo social	Fomentar el compañerismo con actitud de respeto animándoles al cruzar.
		Desarrollo cognitivo	Trabajar el juego simbólico simulando ser arañas.  Mejorar la comunicación verbal.
		Desarrollo motriz	Trabajar la orientación espacial y los desplazamientos
<b>Materiales y espacio</b>	<p>Espacio: Recreo</p> <p><b>Materiales:</b> Láminas de la cebra Camila, elásticos negros y un trozo de elástico (otra raya de la cebra)</p>	<b>Tiempo</b>	10 minutos
<b>Comentarios tras su puesta en práctica:</b>			

**Figura 1.** Ejemplo de cuña motriz programa ActivaMotricidad (Ureña et al. 2018).

Dentro de esta propuesta curricular de aumento de calidad y cantidad de actividad física durante la jornada escolar infantil, la evaluación formativa y compartida cobra un papel fundamental como regulador de los procesos de aprendizaje del alumnado; pero también como regulador de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje que se lleva a cabo en el aula y como sistema clave en el proceso de



mejora de la calidad docente y del desarrollo profesional del profesor que desarrolla la experiencia (García- Herranz, 2018; García-Herranz y López-Pastor, 2015; López Pastor y Pérez-Pueyo 2017). En la actualidad, la evaluación educativa es una herramienta incuestionable para garantizar la calidad de los procesos educativos y permite la mejora continua de dichos procesos (Lukas y Santiago, 2004). La evaluación formativa y compartida hace referencia a todo proceso de evaluación cuya finalidad principal es mejorar la implicación y participación del alumnado en su propio aprendizaje y favorecen la regulación del proceso de enseñanza y aprendizaje, así como integrar al alumnado en los procesos de evaluación (Barrientos, López-Pastor y Pérez Pueyo, 2019; López Pastor y Pérez-Pueyo, 2017). Por tanto, la evaluación formativa conlleva un procedimiento de constatación, valoración y toma de decisiones cuya finalidad es optimizar el proceso de enseñanza-aprendizaje (López-Pastor, 2009, 2017). En el área de Educación Física, como en cualquier otra, la evaluación implica una revisión para adecuarse a nuevos planteamientos y retos sobre el aprendizaje y a procurar individualizar la enseñanza (Sebastiani y Obrador, 1993). El problema que surge en la etapa de Educación Infantil es la escasez de estudios que hayan aplicado una evaluación formativa y compartida (García- Herranz, 2017; García- Herranz, 2018; García Herranz y López-Pastor, 2015; López-Pastor, 2004; López-Pastor et al., 2002; López-Pastor et al., 2003; López-Pastor y Pérez-Pueyo, 2017). Estos estudios demuestran que resulta perfectamente viable poner en práctica sistemas de evaluación formativa y compartida desde edades tempranas, como es el segundo ciclo de Educación Infantil. En el caso de la participación de los niños, se hace necesario que los instrumentos que se utilicen tengan en cuenta las dificultades cognitivas de los niños y se ajusten a sus necesidades (González-González, Cairós-González 2014).

Por ello, la presente investigación está motivada por la necesidad de desarrollar, explicitar y valorar nuevas experiencias en torno a la evaluación formativa y compartida en la Etapa de la Educación de Infantil, cuyo objetivo fue evaluar la eficacia de un programa de educación física en la etapa de infantil a través de un sistema de evaluación formativa y compartida.

## MATERIAL Y MÉTODOS

### *Participantes*

La muestra estuvo compuesta por 46 participantes de dos grupos de infantil de 5 a 6 años de los cuales 22 fueron niños (47,8 %) y 24 fueron niñas (52,2%) pertenecientes a un centro público de la ciudad de Murcia (España) que imparte docencia en la etapa de Educación Infantil y Primaria y una docente que fue la que llevó a la práctica la experiencia de descansos activos del programa ActivaMotricidad (Ureña et al., 2018). El muestreo fue por conveniencia.

### *Diseño y procedimiento*

Se utilizó una metodología cualitativa con la finalidad de describir e interpretar los fenómenos educativos. En concreto, se llevó a cabo sistemas de investigación-acción (Elliott, 2005) siendo el objetivo valorar el grado de satisfacción de los alumnos y mejorar la calidad del diseño. En definitiva, se defiende la figura del maestro investigador, el cual puede ir cambiando y perfeccionando aquellos aspectos que lo requieran de su propia práctica docente (García-Herranz y López- Pastor, 2015). En primer lugar, se procedió a informar al equipo directivo y maestros del centro escolar de los objetivos, procedimientos y temporalización del estudio a realizar. La participación en el estudio fue voluntaria y al ser los participantes menores de edad se informó a las familias y/o tutores legales sobre la naturaleza y objetivo del estudio. Todos los progenitores firmaron el consentimiento informado. Además, se les informó de que los resultados de la investigación serían posteriormente difundidos, siempre atendiendo a los criterios éticos que rigen la investigación educativa. El estudio cumple con las pautas éticas en el Junta de Investigación y Declaración de Helsinki del año 1975.

### *Instrumentos*

Diario para evaluar las cuñas motrices (Cebrián et al., 2013). Cada sesión constaba de una serie de ítems referido al día de la semana, descripción de la cuña motriz, objetivos y comentarios u observaciones durante y tras su aplicación en relación a los objetivos propuestos: motrices, conductuales y sociales. Para la recogida de datos, se emplearon cuatro categorías: motivación, disciplina,



participación y aprendizajes (Ureña-Ortín et al., 2008). En el diario se incluyeron referencias, comentarios y opiniones sobre acciones de la docente y los discentes en el desarrollo de las cuñas motrices (Espinosa y Ureña Ortín, 2015; Ureña-Ortín et al., 2008).

Diana evaluativa individual de las cuñas motrices (modificada de González-González et al., 2014). Para la evaluación de las cuñas motrices, por parte de los alumnos, se utilizó como recogida de información la diana evaluativa a través de una escala cualitativa. Al finalizar la última cuña motriz de la semana se entregó a cada alumno una diana en la que se encontraban representadas con imágenes cada cuña motriz. Se recordaban las actividades realizadas y se pedía a los alumnos que pusieran un gomet en la primera porción de la diana si la actividad no les había gustado, un gomet en el centro si le había gustado regular y un gomet en la parte de fuera si les había gustado mucho. De este modo cada niño evaluó de forma individual las cuñas motrices realizadas durante la semana. Estos instrumentos cualitativos se pueden observar en la Tabla 1.

**Tabla 1.** Instrumentos de evaluación para recogida de datos cualitativos

Instrumento	Diario Cuñas Motrices (Cebrián et al., 2013)	Diana Evaluativa cuñas motrices(modificada de González-González et al., 2014)
Variable	Evaluación de la actividad	Satisfacción y evaluación actividad
Fuente	Docente	Alumnos
Aplicación	Grupal	Individual
Tiempo	15´	10´
Nº de veces	15	3

## RESULTADOS

Para organizar la información recogida en el diario de las cuñas motrices se presentan cuatro categorías de análisis cualitativo: motivación, disciplina, participación y aprendizaje. A continuación, se codifica el número de las cuñas motrices de la que se extrae el ejemplo (C1, C2, C3, C4 Y C5), grupos Grupo A (Ga) y grupo C (Gc) y se muestran los resultados recogidos de las observaciones realizadas

durante las cuñas motrices de las tres semanas (Tablas 2, 3 y 4).

**Tabla 2.** Resultados obtenidos de las observaciones del diario de motrices de la semana 1.

CAT. COMENTARIOS TRAS SU PUESTA EN PRÁCTICA SEMANA 1:	
MO	Se observó que los niños estaban alegres y muy animados cuando tocaba, como dicen ellos, “juegos” y cuando llegaba la maestra se sentían muy contentos, se anotaron diferentes comentarios previos a la cuña como “¿Qué juegos tocan hoy?” (C3, Ga) o “¿mañana qué juego toca?” (C4, Gc), tras finalizar que “se les ha quedado muy corta y querían más tiempo para jugar” (C4, Ga). También se anotaron comentarios como, “¡qué bien, soy el león!” (C1, Ga) Además, la maestra observó durante todas las sesiones que “los niños se reían muchos entre ellos y se lo han pasado muy bien, disfrutando todos juntos para conseguir la meta” (C2, C3, Ga, Gc). “Los niños han estado muy atentos a la actividad, y más atención prestaban cuando tocaba leer otra poesía para ver qué movimientos tenían que hacer con el cuerpo” (C3, Ga). “A los niños les gustó mucho hacer “como si” fueran jirafas, o monos, o cebras, etc. Para esta actividad estuvieron muy atentos y realizaron los movimientos y gestos que decía la poesía” (C3, Gc). “Esta actividad les ha gustado mucho a los niños, sobre todo, cuando tenían que hacer la carretilla, así me lo han mostrado al acabar la sesión” (C3, Ga, Gc). “Esta actividad no ha llamado mucho la atención a los niños porque les ha resultado difícil mantener la concentración, quizás por la emoción del momento o la fiesta de ese día”. (C5, Ga)
DI	Referente a la disciplina del alumnado el Ga en relación al Gc no había que llamarles tanto la atención, ya que escuchaban atentamente las consignas y dejaban hablar, levantando la mano para tomar el turno. Se anotaron comentarios como “esta actividad debido a la lluvia se tuvo que realizar en el aula. Fue un poco liso por el poco espacio del que disponíamos y estaban más alterados” (C1, Gc). “Cuando estaba narrando el cuento los niños estaban atentos al principio. Un poco más avanzado el cuento, cuando decía ‘luna’, la mayoría no se acordaban que tenían que juntarse todos y cuando decía su animal realizaban el movimiento desde el suelo, habiéndolo pactado de pie.” (C1, Gc) “Al ser tantos niños, cuando ya estaba acabando el juego, se empezaban a cansar, estaban más distraídos y no paraban de hablar”. (C2, Ga). “Aun así, estuvieron sentados y callados, con algunas distracciones, pero consiguieron estar tranquilos un rato”.(C5, Ga) “Algunos niños estaban más centrados y escuchaban lo que el audio decía, pero otros no paraban de moverse y costaba llamar su atención”(C5, Gc).
PAR	Todos los niños han participado activamente en las cuñas motrices, excepto cuando alguno se enfadaba y no quería jugar en algunas de ellas. Algunos cometarios anotados son: “todos los niños han participado coordinadamente y han elegido una consigna para cada



	<p>animal” (C1, Ga). “Todos niños participaron y pactaron sus movimientos y siguieron las indicaciones que les iba dando” (C1, Gc). “Todos los niños participaban animaban a los compañeros cuando pasaban por debajo de las piernas con palabras como lista, guapa/o, amable...” (C2, Ga). “Cuando recité la poesía del mono tenían que andar con las manos. Una niña le dijo a otro “yo te ayudo” y seguidamente le cogió los pies y realizaron la carretilla. Y todos los demás niños lo realizaron también.” (C3, Gc)</p>
APR	<p>En relación a los aprendizajes, en ambos grupos se ha observado que “los niños trabajan la expresión corporal, adaptándose a los movimientos de cada animal” (C1). “A la hora de buscar la luna, la mayoría de niños decían más veces “está ahí” o “ahí” que concretar el lugar donde estaba ubicada la luna como “debajo del banco”, “detrás de la columna”. No obstante, se daban cuenta especificando el lugar, lo cual facilitaba más la búsqueda” (C2, Ga, Gc) “En lugar de usar materiales, usaba las líneas del suelo del patio y en un momento añadí que no se podían pisar los colores del suelo” (C3, Gc). “En esta actividad todos los niños se relajaron y en lugar de estar sentados se acostaron”.(C5, Gc)</p> <p>C1: cuña 1; C2: cuña 2; C3: cuñas 3; C4: cuña 4; C5: cuña 5.</p> <p>MO: motivación, DI: disciplina, PAR: participación, APR: aprendizaje</p>

**Tabla 3.** Resultados obtenidos de las observaciones del diario de motrices de la semana 2.

CAT.	COMENTARIOS TRAS SU PUESTA EN PRÁCTICA SEMANA 2:
MO	<p>Se anotaron comentarios como, “durante la lectura del cuento han estado muy atentos y cuando he enseñado la lámina de la cebra Camila había niñas que ya la conocían y se ponían muy contentas” (C1, Ga). “Al contarles el cuento todos han estado muy atentos y querían ayudar a la cebra Camila a conseguir las rayas que ha perdido” (C1, Gc) “Cuando han visto los globos, han dicho comentarios como “que bien vamos a jugar con globos” (C2, Ga). “Los niños se lo han pasado muy bien intentando darle al globo para que no cayera, con el codo, la mano, la cabeza. Han disfrutado (C2, Gc). Al finalizar les pregunto siempre a los niños si creen que hemos conseguido la raya, y todos exclamaban que sí y daban palmas” (C2, Gc). “Los niños de esta clase también se han divertido atravesando el elástico como arañas y se han ayudado mutuamente siguiendo las consignas dadas”. (C3, Ga) “Al comentarles que el animal con el que se encontraban los otros animales ahora es una araña y al decirles que tenemos que atravesar una telaraña les ha emocionado mucho y se han puesto muy contentos” (C3, Gc). “Hay niños que me han hecho saber que esta sesión les ha gustado mucho porque la hicieron con Mari Carmen y han estado motivados y contentos”. (C5, Ga)</p>
DI	<p>En cuanto a la disciplina, se anotaron comentarios como “han respondido muy bien a las consignas y han mostrado atención, aunque a veces no oían que dejaba de dar palmadas, y seguían corriendo o andando en</p>

	<p>lugar de pararse como estatuas” (C1, Gc) Y en relación a la “atención prestada a las consignas dadas la mayoría de niños intentaba seguirlas, pero a otros se les olvidaba, porque estaban distraídos” (C2, Gc). En ambos grupos los niños han estado muy atentos. (C3, Ga, Gc). En cuanto a la actividad del viernes, la de mindfulness han mejorado la atención respecto a la del viernes anterior, “esta sesión de relajación por lo general ha ido mejor que la anterior parece que han estado más atentos a lo que decía el audio” (C5, Ga, Gc)</p>
PAR	<p>En relación a la participación, “todos los niños han participado e implicado en la actividad jugando entre ellos”.(C1, Ga).”Al colocarse en parejas buscaban a sus compañeros” (C1, Gc). “En este grupo han colaborado los niños y ha habido cohesión grupal ya que todos jugaban con los globos y no han surgido conflictos durante el desarrollo. Han jugado en cooperación, aunque no en dos pequeños grupos como tenía previsto” (C2, Ga) “En este grupo han surgido conflictos en el sentido de no compartir el globo al lanzarlo ya que siempre querían darle, y hubo una niña que se enfadaba y no quería jugar porque no le dejaban” (C2, Gc). “Los niños de esta clase también se han ayudado mutuamente siguiendo las consignas dadas” (C3, Gc).</p>
APR	<p>En general, para ambos grupos “los niños mantenían la atención y realizaban los desplazamientos de acuerdo a las consignas dadas” (C1, Ga, Gc). “Tenemos que darle con todas las partes del cuerpo, excepto con las manos”, los niños empleaban los codos, pies, cabeza...pero alguno le daba con las manos, pero rápidamente rectificaba” (C2, Ga). “Hemos atravesado por debajo, por encima, y al atravesar tenían que realizar una acción, por ejemplo, dar una vuelta a la pérgola, o tocar el color rojo” (C3, Gc). Para ambos grupos, trabajar el control cognitivo les liaba un poco y se anotaron comentarios como “los niños sobre todo cuando repite dos veces seguidas la misma consigna, por ejemplo cuando digo blanco y después vuelvo a decir blanco, no piensan y la mayoría de niños piensan que he dicho negro”. (C4, Ga, Gc)</p> <p>C1: cuña 1; C2: cuña 2; C3: cuñas 3; C4: cuña 4; C5: cuña 5.</p> <p>MO: motivación, DI: disciplina, PAR: participación, APR: aprendizaje</p>

**Tabla 4.** Resultados obtenidos de las observaciones del diario de motrices de la semana 3.

CAT.	COMENTARIOS TRAS SU PUESTA EN PRÁCTICA SEMANA 3:
MO	<p>En relación a la motivación observada, se recogieron comentarios como “esta actividad les gustó a todos los niños y disfrutaron porque les encanta jugar al pillado y así me lo hicieron saber cuándo les dije en qué consistía el juego” (C1, Ga, Gc). “Esta sesión les ha gustado a los niños y han estado atentos durante la actividad porque implicaba mucha actividad motriz, ya que tenían que ir rápido a los aros y al llegar saltaban de alegría” (C2, Gc). “Esta actividad les gustó mucho a los niños no paraban de reírse porque el globo se caía o se volaba”.</p>



	(C3, Ga, Gc). “Esta sesión les gustó mucho porque no paraban de querer repetirla, una y otra vez” (C4, Ga, Gc). Y en la actividad de los viernes, se anotó “esta actividad muestra menos interés por parte de los niños, aunque algunos les gustan mucho” (C5, Ga, Gc).
DI	La disciplina observada durante las sesiones se anotó comentarios como “los niños estuvieron muy atentos, y respetaron el turno de palabra” (C1, Ga). “A veces me he dado cuenta que algunos niños no prestaban atención y no sabían quién pillaba y me lo preguntaban o eran pillados sin darse cuenta al desconocer al niño que pillaba” (C1, Gc). Para ambos grupos, “en cuanto a la atención prestada al dar las variantes, algunos niños estaban despistados y tenía que repetirle la consigna” (C2, Ga, Gc). Alguno de los niños del grupo a y c, “al recordarle la consigna de no saltar el aro de color rojo, unos hacían caso pero a otros se les olvidaba porque estaban hablando y no me escucharon” (C4)
PAR	En la participación se evidenciaron conductas de implicación en todas las sesiones, reflejadas en comentarios realizados por la maestra-investigadora como “la mayoría de los niños levantaron la mano para pillar” (C1, Ga). “Todos mostraron actitudes de participación cuando entre ellos se iban dando indicaciones como, más rápido”. (C3, Ga). “A veces otros compañeros se implicaban en la actividad y les recordaba a sus compañeros que no podían saltar el aro rojo”. (C4, Gc)
APR	En relación a los aprendizajes, se anotaron comentarios como “se ha observado que identificaban los colores” (C2, Ga) al darles la consigna. También se observaron aprendizajes en relación a pensar en mejores estrategias como “en algunos casos vi como algunos grupos decían de abrazarse o cogerse de las manos para que el globo no cayera, cuando tenían que trasladarlo con la cabeza.” (C3, Ga) “Algunos tríos buscaron estrategias para evitar su caída cuando tenían que sujetarlo con la cabeza, como abrazarse”.(C3, Gc) En relación a técnica de meditación, se anotaron comentarios como “al finalizar les fui preguntando, qué lugar habían imaginado y los niños me fueron contestando que, en la playa, en su habitación, etc”. (C5, Ga, Gc). “Y consiguieron estar más relajados y tranquilos” (C5, Gc).

C1: cuña 1; C2: cuña 2; C3: cuñas 3; C4: cuña 4; C5: cuña 5.

MO: motivación, DI: disciplina, PAR: participación, APR: aprendizaje

### Resultados para evaluar la satisfacción del alumnos de las sesiones de las cuñas motrices.

En el presente apartado se muestran los resultados de la evaluación de la satisfacción de las sesiones semanales de cuñas motrices a través de la diana evaluativa realizada por los niños. En las Tablas 5, 6 y 7 se exponen la satisfacción mostrada en las tres semanas por los niños, en relación a cada una de las cuñas motrices realizadas. Los resultados señalaron que, en la primera semana, la cuña realizada el lunes (C1), “Somos animales” fue valorada con la escala

“me gusta mucho” por un 82,35% de los niños y la menos valorada fue la realizada el viernes (C5) con la técnica de mindfulness, titulada “Tranquilos y atentos como una rana” con un 26,47%. En relación a la segunda semana, los niños indicaron que la cuña realizada el miércoles (C3), “La araña y su telaraña” fue valorada con un “me gusta mucho” por un 89,71% de los niños y la que menos gustó fue la realizada el viernes con la técnica de mindfulness, titulada “Somos espaguetis” con un 11,76 %. Los resultados de la tercera semana señalaron que la cuña realizada el jueves, “De camino a casa” fue valorada con un “me gusta mucho” por un 89,71% de los niños y la que menos gustó fue la realizada el martes y miércoles, “La cabra saltarina” y “La jirafa tímida”, respectivamente con un 11,76 %. Y la realizada el viernes, la técnica de mindfulness “Un lugar seguro”, tampoco gustó mucho, con un 10,29 %, en relación a los otros dos días, con un 5,88% cada uno.

**Tabla 5.** Satisfacción en porcentaje de las sesiones de la primera semana de cuñas motrices.

Escala	Semana 1				
	C1	C2	C3	C4	C5
1	82,3	80,8	76,4	67,6	55,8
2	10,2	11,7	14,7	11,7	17,6
3	7,3	7,3	8,8	20,5	26,4

1: me gusta mucho; 2: regular; 3: no me gusta

**Tabla 6.** Satisfacción en porcentaje de las sesiones de la segunda semana de cuñas motrices.

Escala	Semana 2				
	C1	C2	C3	C4	C5
1	72,0	83,8	89,7	86,7	75,0
2	22,0	8,8	5,8	5,8	13,2
3	5,8	7,3	4,4	7,3	11,7

1: me gusta mucho; 2: regular; 3: no me gusta

**Tabla 7.** Satisfacción en porcentaje de las sesiones de la tercera semana de cuñas motrices.

Escala	Semana 3				
	C1	C2	C3	C4	C5
1	83,8	77,9	73,5	89,7	80,8
2	10,2	10,2	14,7	4,4	8,8
3	5,8	11,7	11,7	5,8	10,2

1: me gusta mucho; 2: regular; 3: no me gusta



## DISCUSIÓN

El objetivo de este estudio fue comprobar el uso de la evaluación formativa y compartida para valorar la inclusión de los descansos activos en la etapa de infantil. La reflexión recogida por la docente durante el desarrollo de las cuñas motrices permitió promover procesos de retroalimentación con el objetivo de mejorar la propia acción docente; así como la reflexión de todos los alumnos al implicarlos en la evaluación del docente, coincidiendo estos resultados con otros estudios (López-Pastor, 2004, 2006).

De manera específica, el diario docente permitió recoger los aspectos más relevantes, de forma periódica y detallada del proceso de enseñanza. Cabe destacar las actitudes de cooperación, cohesión y ayuda, incluidas en la categoría de participación. Este tipo de juego, tal y como expresa Garaigobordi (2003) favorece estas actitudes, pues deben ponerse de acuerdo con sus iguales, coordinarse con los demás y ayudarse mutuamente para contribuir a un fin común y todo ello implica interacción, comunicación y aprendizaje cooperativo. En definitiva, este proceso permite cumplir las dos tareas que implican llevar a cabo un diario: la primera tarea como documento personal que asegura, tras dar a conocer la actuación del maestro, un perfeccionamiento en su enseñanza; y la segunda tarea en cuanto a estimular la investigación en el aula (Ureña et al., 2008).

Desde el punto de vista de la participación de los niños en la evaluación con la diana evaluativa como instrumento se puede observar que, desde un punto de vista global, ha facilitado conocer la satisfacción mostrada por los niños en las preferencias de cuñas motrices. Como indican González-González et al. (2014) los instrumentos deben de ajustarse a las características cognitivas de los participantes para obtener información relevante. Igualmente, García-Herranz (2017) afirma que este tipo de instrumento da la oportunidad de cambiar aquellos aspectos que no cuentan con la aceptación de los alumnos y de la misma manera, seguir por la línea de aquellos que cuentan con una aceptación favorable (feedback).

En definitiva, los resultados indican que los procesos de evaluación formativa y compartida son clave para implicar al alumnado en la evaluación de la enseñanza, permitiendo al docente reflexionar sobre

su acción educativa al mismo tiempo que fomenta el diálogo entre iguales y entre el profesor y sus alumnos (García-Herranz y López Pastor, 2015; García-Herranz, 2018). En cualquier caso, la utilización de instrumentos como el diario constituye un modo de evaluación formativa en la aplicación de programas que permite mejorarlo día a día, reelaborarlo según lo que ha ido aconteciendo y darle una mayor calidad en futuras aplicaciones (Ureña et al., 2008). Asimismo, la diana evaluativa se presenta como una propuesta de diseño gráfico que permite al niño participar en los procesos de evaluación de la enseñanza llevada a cabo por el docente.

Entre las limitaciones del estudio se subrayan las posibles dificultades que hayan podido surgir durante su aplicación. Por un lado, porque el alumnado se haya visto condicionado e influenciado durante la evaluación y observación del docente en el desarrollo de las actividades, incitándoles a actuar de otra manera. Y por otro, por la novedad que genera usar ese nuevo instrumento y, por tanto, tengan la necesidad de responder al mismo con excesiva laboriosidad derivadas de las propias características de la etapa o, por el contrario, dejadez en su implicación.

## CONCLUSIONES

Tras el análisis de los datos recogidos se establecen algunas conclusiones atendiendo a los objetivos del estudio. Los resultados de la propuesta ponen de manifiesto que es perfectamente factible poner en práctica sistemas de evaluación formativa y compartida desde edades tempranas, en este caso el segundo ciclo de Educación Infantil. Al mismo tiempo, los datos recogidos en la experiencia muestran como este sistema de evaluación permite conocer las percepciones generadas en el alumnado tras una evaluación compartida con la profesora, unido a procesos de reflexión con la clara finalidad de ir mejorando la práctica docente. En este caso, se ha comprobado la eficacia de las cuñas motrices como propuesta de descansos activos del programa ActivaMotricidad Infantil.





## AGRADECIMIENTOS

Este estudio se ha llevado a cabo dentro del proyecto I+D+i: "Beneficios de la manipulación de la carga mental del ejercicio físico sobre el rendimiento cognitivo, emocional y deportivo" con referencia: Dep2017-89879-R, perteneciente a la convocatoria de 8 de junio de 2017 del Programa Estatal de Investigación, Desarrollo e Innovación Orientada a los Retos de la Sociedad, en el marco del Plan Estatal de Investigación Científica y Técnica y de Innovación 2017-2020, con una duración de 3 años (2017-2020).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Aguilar Jurado, M.A., Gil Madrona, P., Ortega Dato, J.F. y Rodríguez Blanco, O.F. (2018). Mejora de la condición física y la salud en estudiantes tras un programa de descansos activos. *Revista Española de Salud Pública*, 92, 1-10.
2. Barrientos Hernán, E. J., López Pastor, V. M. y Pérez Brunicardi, D. (2019) ¿Por qué hago evaluación formativa y compartida y/o evaluación para el aprendizaje en EF? La influencia de la formación inicial y permanente del profesorado. *Retos*, 36, 37-43.
3. Batista, M., Sixto Cubo, D., Honório, S., y Martins, J. (2017). The practice of physical activity related to self-esteem and academical performance in students of basic education. *Journal of Human Sport and Exercise*, 11(2), 297-310. Doi: <https://doi.org/10.14198/jhse.2016.112.03>.
4. Cebrián, B., Isabel, M. y Miguel, A. (Coord.) (2013). *Cómo trabajar la motricidad en el aula. Cuñas motrices para Infantil y Primaria*. Buenos Aires: Miño y Dávila.
5. Cerezo Ros, M.C (2017) Programa ACTIVAmotricidad infantil: propuesta para la mejora de la autorregulación conductual en alumnos de 5 años de educación infantil. *Trabajo fin de máster no publicado*, Murcia: Universidad de Murcia.
6. Chacón Cuberos, R., Arufe Giráldez, V., Cachón Zagalaz, J., Zagalaz Sánchez, M<sup>a</sup> I, y Castro García, D. (2016). Estudio relacional de la práctica deportiva en escolares según el género. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 5 (1), 85-92. DOI: <https://doi.org/10.6018/249161>
7. Donnelly, J. E. y Lambourne, K. (2011). Classroom-based physical activity, cognition, and academic achievement. *Preventive medicine*, 52, 36-42. doi: :10.1016/j.ypmed.2011.01.021
8. Elliott, J. (2005). *La investigación acción en educación*. Madrid: Morata.
9. Espinosa, M. y Ureña, N. (2015). Análisis del diario del profesor en las sesiones de educación física a través del cuento motor. En J. Maquilón y N. Orcajada (Eds.) *Investigación y acción educativo en Infantil y Primaria* (pp. 331-352). III Congreso Internacional de Investigación e Innovación en Educación Infantil y Educación Primaria, Murcia, Universidad de Murcia
10. Garaigordobil Landazabal, M (2003). *Intervención psicológica para desarrollar la personalidad infantil: Juego, conducta prosocial y creatividad*. Madrid, España: Pirámide
11. García Fernández, D., Chávez Valenzuela, M., Cruz Chávez, C., Guedea Delgado, J., Velázquez Saucedo, G., y Zubiaur González, M. (2018). Impacto de un programa de actividad motriz con funciones ejecutivas fortaleciendo el desarrollo integral del niño. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 4(1), 37-58. Doi: <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.1.2060>
12. García Herranz, S. (2017). Una experiencia de estimulación temprana y evaluación formativa en Educación Infantil. En V.M. López-Pastor y A. Pérez Pueyo (2017). (Coord.). *Evaluación formativa y compartida en educación: experiencias de éxito en todas las etapas educativas*: León: Universidad de León. Disponible en <https://buleria.unileon.es/handle/10612/5999>
13. García Herranz, S. (2018). Resultados de un programa de estimulación temprana en el segundo ciclo de educación infantil: un estudio de caso evaluativo. *Tesis doctoral no publicada*, Segovia: Universidad de Valladolid.
14. García-Herranz, S. y López-Pastor, V. M. (2015). Evaluación Formativa y Compartida



- en Educación Infantil. Revisión de una Experiencia Didáctica. *Qualitative Research in Education*, 4(3), 269-298. doi:10.17583/qre.2015.1269.
15. González-González, C.S, Cairós-González, M. y Navarro-Adelantado, V. (2014) Validación de un instrumento para evaluación emocional en niños y niñas: "EMODIANA". *Revistafaz*, 7, 160-174
  16. Janssen, M., Chinapaw, M. J. M., Rauh, S. P., Toussaint, H. M., van Mechelen, W. y Verhagen, E. (2014). A short physical activity break from cognitive tasks increases selective attention in primary school children aged 10-11. *Mental Health and Physical Activity*, 7(3), 129-134. doi: 10.1016/j.mhpa.2014.07.001
  17. Kibbe, D. L., Hackett, J., Hurley, M., McFarland, A., Schubert, K. G., Schultz, A., y Harris, S. (2011). Ten Years of TAKE 10!®: Integrating physical activity with academic concepts in elementary school classrooms. *Preventive medicine*, 52, 43-50. doi: 10.1016/j.ypmed.2011.01.025
  18. Kubesch, S., Walk, L., Spitzer, M., Kammer, T., Lainburg, A., Heim, R. y Hille, K. (2009). A 30-Minute Physical Education Program Improves Students' Executive Attention. *Mind, Brain, and Education*, 3 (4), 235-242. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1751-228X.2009.01076.x>
  19. López-Benavente, A. (2017). Efecto del programa ACTIVAmotricidad para mejorar las habilidades socio-emocionales en niños de infantil. *Trabajo fin de máster no publicada*, Murcia: Universidad de Murcia
  20. López-Pastor, V. M. (Coord.) (2009). *Evaluación formativa y compartida en Educación Superior: propuestas, técnicas, instrumentos y experiencias*. Madrid, España: Narcea.
  21. López-Pastor, V. M. y Pérez-Pueyo, A. (2017). *Evaluación formativa y compartida en educación: experiencias de éxito en todas las etapas educativas*. León, España: Grupo IFAHE
  22. López-Pastor, V., García Peñuela, A., Pérez Brunicardi, D., López Pastor, E., Monjas Aguado, R. y Rueda Cayón, M. (2002). Algunas reflexiones sobre educación física y pedagogía crítica. *Retos*, 2, 30-35
  23. López-Pastor, V.M. (Coord.) (2004). *La educación física en educación infantil: una propuesta y algunas experiencias*. Madrid, España: Miño y Dávila
  24. López-Pastor, V.M., Mojas Aguado, R. y Pérez Brunicardi, D. (2003). *Buscando alternativas a la forma de entender y practicar la educación física escolar*. Barcelona, España: Inde.
  25. Lukas Mujika, J. F. y Santiago Etxeberria, K. (2004). *Evaluación educativa*. Madrid, España: Alianza
  26. Martínez-Martínez, J., Borrell-Lizana, V., Reyes-Corcuera, M., & Pastor-Vicedo, J. C. (2018). The Physical Education and its repercussion during school recess based on an intervention proposal. A pilot study. *ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity*, 2(2), 192-206. [<http://hdl.handle.net/10481/51757>]
  27. Organización Mundial de la Salud (OMS) (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Geneva, Switzerland: WorldHealthOrganisation.
  28. Ryde, G. C., Booth, J. N., Brooks, N. E., Chesham, R. A., Moran, C. N., y Gorely, T. (2018). The Daily Mile: What factors are associated with its implementation success?. *PloS one*, 13(10), 1-14. doi: 10.1371/journal.pone.0204988
  29. Santamaría Balbas, N. (2015). *Tesis doctoral: Incidencia de las cuñas motrices y psicomotrices en la construcción de otra escuela*. Universidad de Valladolid. <https://www.educacion.es/teseo/mostrarRef.do?ref=1230045>
  30. Santamaría Balbas, N. (2019). Las cuñas motrices en educación infantil permiten un cuerpo presente en el aula. *Infancia, Educación y Aprendizaje*, 5(1), 138-159. doi: <https://doi.org/10.22370/ieya.2019.5.1.1375>
  31. Sánchez-López, M., Gutiérrez, D., Ruiz de la Hermosa, A., López y Sánchez, M<sup>AI</sup>. (2017). *Proyectos Escolares Saludables. Descansos Activos*. Castilla La Mancha, Universidad Castilla la Mancha
  32. Sánchez-López, M., Ruiz-Hermosa, A., Redondo-Tébar, A., Visier-Alfonso, M.E., Jiménez-López, E., Martínez-Andrés, M., Solera, M., Soriano, A. y Martínez-Vizcaíno,



- 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(417), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6742-0>
33. Sebastiani i Obrador, E. M. (1993). La evaluación de la educación física en la reforma educativa. *Apunts*, 31, 17-26
34. Suarez-Manzano, S., Ruiz-Ariza, A., Lopez-Serrano, S. y Martínez López, M. J. (2018). Descansos activos para mejorar la atención en clase: intervenciones educativas. *Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 22(4), 287-304. doi: <https://doi.org/10.30827/profesorado.v22i4.8417>
35. Ureña- Ortín, N., Ureña, F. y Alarcón, F. (2008). El diario del maestro como instrumento de evaluación formativa, cualitativa e integrada en la Educación Primaria. *Habilidad Motriz*, 31, 43-53.
36. Ureña, N., Cerezo, M.C., López-Benavente, A. y Alarcón, F. (2018). Programa ACTIVAmotricidad. Ejercicio físico y Neurociencia. Beneficios en el desarrollo cognitivo, motriz, emocional y social en niños. España, Murcia: lulu
37. Van den Berg, V., Saliassi, E., de Groot, R.H.M, Jolles, J., Chinapaw, M.J.M. y Singh, A.S. (2016). Physical activity in the school setting: cognitive performace is not affected by three different types of acute exercise. *Frontiers in Psychology*, 7, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00723>.
38. Wilson, A. N., Olds, T., Lushington, K., Petkov, J., y Dollman, J. (2016). The impact of 10-minute activity breaks outside the classroom on male students’ on-task behaviour and sustained attention: a randomised crossover design. *Acta Paediatrica*, 105(4), 181–188. doi: 10.1111/apa.13323
39. Wright, C. M., Duquesnay, P. J., Anzman-Frasca, S., Chomitz, V. R., Chui, K., Economos, C. D., Langevin, E. G., Nelson, M. E., y Scheck, J. M. (2016). Study protocol: the Fueling Learning through Exercise (FLEX) study – a randomized controlled trial of the impact of school-based physical activity programs on children’s physical activity, cognitive function, and academic achievement. *BMC Public Health*, 16 (1078), 1-12. doi: 10.1186/s12889-016-3719-0

