

TRABAJO FIN DE MÁSTER



UCAM

UNIVERSIDAD CATÓLICA
DE MURCIA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

Máster Universitario en Formación del Profesorado

DEL CÉSPED AL AULA: APLICACIÓN DE LOS
PRINCIPIOS METODOLÓGICOS DE LA
PERIODIZACIÓN TÁCTICA EN EL MÓDULO DE IPE I

Autor:

Adrián Nicolás Doblas

https://www.youtube.com/watch?v=_nEGfCz5BaE

Directora:

Dr. Isabel Mengual Luna

Murcia, mayo de 2025

Agradecimientos

A José Mário dos Santos Mourinho Félix, la figura de referencia que cambió el fútbol y abrió mi camino y el de muchos otros. A Diego y Antonio, quienes me han acompañado en ese fascinante camino de ocho años.

ÍNDICE

RESUMEN	9
1. JUSTIFICACIÓN.....	11
2. MARCO TEÓRICO	15
2.1. De FOL y EIE a IPE: la problemática del módulo.....	15
2.2. La Periodización Táctica: definición y principios	17
3. OBJETIVOS.....	25
3.1. Objetivo General	25
3.2. Objetivos Específicos	25
4. METODOLOGÍA	27
4.1. El Principio de Progresión Compleja: cimentar el aprendizaje	27
4.2. El Principio de Propensiones: generar el aprendizaje desde la acción	30
4.3. El Principio de Alternancia Horizontal en Especificidad: la organización desde una lógica para el aprendizaje	31
4.4. Contenidos	34
4.5. Temporalización y actividades	38
4.6. Recursos	40
5. EVALUACIÓN	41
6. REFLEXIÓN Y VALORACIÓN FINAL.....	45
7. REFERENCIAS	48

ÍNDICE DE ELEMENTOS GRÁFICOS

TABLA

Tabla 1. Sesiones adquisitivas del Morfociclo Patrón	22
Tabla 2. Morfociclo Patrón adaptado a la impartición del módulo de IPE I	38
Tabla 3. Evaluación de la validez del diseño del proyecto	41

RESUMEN

Dentro de los Ciclos Formativos de Formación Profesional, la transición vivida desde el módulo de Formación y Orientación Laboral (FOL) hacia el módulo de Itinerario Personal para la Empleabilidad I (IPE I) ha puesto de manifiesto la necesidad de aportar nuevas fórmulas para acercar los contenidos al alumnado y promover su participación de forma activa y estructurada. Ante este escenario, los principios metodológicos de la Periodización Táctica, un método de entrenamiento ideado para el fútbol, se erigen como una alternativa de gran interés. Así, este trabajo tiene como objetivo principal la aplicación de los principios metodológicos de la Periodización Táctica al módulo de IPE I. La propuesta parte de una analogía central: los contenidos del módulo se entienden como un Modelo de Juego que debe ser asimilado de forma estructurada, progresiva y contextualizada por el alumnado, tomando como referencia el Morfociclo Patrón. Para ello, se han abordado de manera pormenorizada el Principio de Progresión Compleja, el Principio de Propensiones y el Principio de Alternancia Horizontal en Especificidad, evidenciando qué consecuencias tendrían en la impartición del módulo y cómo su integración permite diseñar un modelo sistémico de enseñanza-aprendizaje. De igual manera, se ha realizado la adaptación del Morfociclo Patrón a una semana de clases en un aula de FP. En la evaluación se detallan tanto los mecanismos para valorar la eficacia de la propuesta como la verificación del cumplimiento de sus objetivos específicos. Las conclusiones extraídas tras el desarrollo del trabajo se centran en su idoneidad dentro del contexto educativo, por su carácter global e integrador, su capacidad para motivar al alumnado y su viabilidad práctica. No obstante, se señalan también sus posibles limitaciones, especialmente en lo referente a la formación del profesorado y a la necesidad de una cultura metodológica favorable.

Palabras claves: Periodización Táctica, Progresión Compleja, Propensiones, Alternancia Horizontal, Metodologías activas, Morfociclo Patrón.

ABSTRACT

Within the Vocational Training Cycles, the transition from the module of Labor Training and Guidance (FOL) to the module of Personal Pathway to Employability I (IPE I) has highlighted the need to introduce new approaches to bring content closer to students and encourage their active and structured participation. In this context, the methodological principles of Tactical Periodization, a training method originally designed for football, emerge as an alternative of great interest. This work thus aims to apply the methodological principles of Tactical Periodization to the IPE I module. The proposal is based on a central analogy: the contents of the module are understood as a Game Model that must be assimilated in a structured, progressive, and contextualized manner by the students, taking the Pattern Morphocycle as a reference. To this end, the Principle of Complex Progression, the Principle of Tendencies, and the Principle of Horizontal Alternation in Specificity have been thoroughly addressed, showing the implications of their application in the delivery of the module and how their integration allows for the design of a systemic teaching-learning model. Likewise, the Pattern Morphocycle has been adapted to a week of classes in a vocational training classroom. The evaluation details both the mechanisms to assess the effectiveness of the proposal and the verification of the fulfillment of its specific objectives. The conclusions drawn from the development of the project focus on its suitability within the educational context, due to its global and integrative nature, its ability to motivate students, and its practical feasibility. Nonetheless, its possible limitations are also noted, especially regarding teacher training and the need for a supportive methodological culture.

Keywords: Tactical Periodization, Complex Progression, Tendencies, Horizontal Alternation, Active Methodologies, Pattern Morphocycle

1. JUSTIFICACIÓN

Durante el periodo de tiempo en el que he podido aproximarme a la práctica docente, he tenido la fortuna de vivir el primer contacto del alumnado con el nuevo módulo transversal inscrito a todos los Ciclos Formativos de Formación Profesional: Itinerario Personal para la Empleabilidad I (IPE I). Este módulo se encuentra asociado a un segundo, IPE II, constituyéndose ambos como herederos de los anteriormente conocidos como Formación y Orientación Laboral (FOL) y Empresa e Iniciativa Emprendedora (EIE).

La reforma descrita se introdujo con la Ley Orgánica 3/2022, de 31 de marzo, de ordenación e integración de la Formación Profesional, y el posterior Real Decreto 659/2023, de 18 de julio, por el que se desarrolla la ordenación del Sistema de Formación Profesional. A priori, el principal objetivo que se perseguía era lograr que los módulos tuvieran un enfoque más práctico y personalizado, de manera que se incidiese en la adquisición de competencias, la orientación e inserción laboral y el emprendimiento.

Sin embargo, el aterrizaje del módulo de IPE I en las aulas ha puesto de manifiesto que es heredero no solo de los contenidos de sus antecesores, sino también de sus defectos: es denso, demasiado extenso para el número de horas que tiene asignadas y poco atractivo para el alumnado, que lo percibe más como un lastre dentro del plan de estudios de su Ciclo Formativo que como un complemento necesario para su completa formación. Ante dicha realidad, los docentes de esta materia deben poner en marcha todas sus estrategias para lograr despertar el interés y el entusiasmo del estudiante, habitualmente mediante una presentación más dinámica y/o amable de la asignatura.

Con todo, se ha podido observar que las respuestas de los docentes al desafío que supone este módulo no son plenamente satisfactorias, al menos, bajo mi punto de vista. Desde quienes siguen apostando por la tradicional clase magistral y se limitan a facilitar la evaluación para que el aprobado se consiga con menor esfuerzo, hasta quienes han introducido las metodologías activas para intentar fomentar la participación y el aprendizaje contextualizado del alumno, se puede afirmar que el margen de mejora en la impartición de IPE I existe. Así pues, es interesante replantear la manera en que se organiza la

enseñanza en el módulo, con el fin de proporcionar una experiencia educativa más rica y significativa a un tipo de alumnado que, por lo general, prioriza la búsqueda de competencias y habilidades que sean directamente aplicables en el entorno profesional.

Por tanto, la idea de partida era esbozar una propuesta metodológica que profundizara en el concepto de aprendizaje activo, promoviendo el pensamiento, la participación y la colaboración de los alumnos en su proceso de aprendizaje. Esto implicaba reestructurar la enseñanza del módulo para hacerlo más experiencial, accesible y atractivo, mediante una interacción efectiva de todos los elementos del proceso. Además, esta propuesta debía ser válida para el contexto específico en el que mayores necesidades de intervención había percibido: las aulas de los Ciclos Formativos de Grado Medio. En ellas, el perfil de alumno más frecuente es el de jóvenes de alrededor de 17 años que, tras terminar sus estudios obligatorios, buscan una rápida inserción en el mercado laboral. En consecuencia, tienen mayor interés por desarrollar habilidades de tipo práctico, lo que denominaríamos como el «saber hacer».

Iba a ser en mis experiencias y conocimientos como entrenador de fútbol donde iba a encontrar los fundamentos para construir una alternativa coherente con las demandas descritas arriba, debido a que en ese entorno (el futbolístico), ya me había enfrentado a la necesidad/ambición de conseguir involucrar a grupos de individuos en un aprendizaje activo y motivador, centrado en la participación, la colaboración y la experimentación.

Conviene aclarar, en primer lugar, que mi primera aproximación a la formación de otras personas se produjo hace ya ocho años, cuando comencé mi trayectoria como entrenador de fútbol base. Para poder afrontar el reto de formar a los jóvenes futbolistas en todas las esferas que demanda la competición, pronto descubrí que resultaba ineludible perfeccionar una metodología integradora e innovadora, que fuese capaz de sostener sus ganas de entrenar, desarrollar su concentración en el juego y para el juego y captar su atención mediante estímulos lo suficientemente potentes. Esto cobraba más importancia si cabe por el hecho de que la categoría en la que he desarrollado mi labor ha

sido, casi siempre, la Juvenil, lo que implica trabajar con futbolistas de entre 16 y 18 años.

La influencia que en mí había tenido la «Escuela Portuguesa» de entrenadores me llevó a elegir como metodología de entrenamiento aquella concebida y desarrollada en el seno de la Universidad de Oporto por el profesor Vítor Frade: la Periodización Táctica. Tras varios años descubriendo los matices de este método y mejorando su aplicación, los resultados obtenidos (ciñéndonos a los parámetros de corte formativo que aquí interesan) han sido sobresalientes: un mínimo de dos jugadores promocionados a categoría superior cada temporada, una tasa de asistencia cercana al 90 %, una tasa de abandono inferior al 1 % e indicadores de rendimiento, tanto individuales como colectivos, mejores en las segundas vueltas que en las primeras.

Me resultó muy estimulante descubrir que los grandes principios metodológicos de la Periodización Táctica, denominados Principio de las Propensiones, Principio de la Progresión Compleja y Principio de la Alternancia Horizontal en Especificidad, podrían trasladarse y adaptarse a la impartición del módulo de IPE I, debido a que la manera en la que estos principios guiarían la reorganización de los elementos del proceso de enseñanza-aprendizaje habilita la creación de una propuesta que ponga en el foco las capacidades cognitivas del alumno y la manera en la que aprende, a la vez que palía las carencias tradicionalmente presentes en esta materia transversal.

Además, otro de los aspectos valiosos de esta propuesta es su potencial para contribuir al cambio de paradigma que se está produciendo en los últimos años en la concepción de la enseñanza de la Formación Profesional: pasar de un modelo transmisivo, centrado en el cumplimiento del currículo, a uno que entienda el aula como un espacio de desarrollo competencial real, donde la transferencia del aprendizaje se convierta en prioritaria. En este sentido, la adaptación de los principios de la Periodización Táctica permite establecer una planificación que respeta los ritmos de aprendizaje del alumnado, ofrece coherencia entre las tareas y los objetivos y genera un entorno en el que el estudiante se siente protagonista de su progreso. Esta visión, lejos de ser irrealizable, podría servir como inspiración para rediseñar otros módulos.

En resumen, la propuesta aquí planteada va, incluso, más allá de su intención original, necesaria y justificada, de mejorar la práctica educativa en relación con el módulo de IPE I. Se persigue también una reivindicación de los profesionales del mundo del fútbol, en especial, de los formadores que trabajan en la base. Los éxitos alcanzados por España en este deporte no son una cuestión de mero talento o azar: son fruto de la dedicación y el trabajo minucioso de entrenadores que se han esforzado por perfeccionar métodos de entrenamiento que potencian el aprendizaje del futbolista. Este trabajo es una muestra de que el carácter científico, la coherencia académica y el rigor que hay detrás la Periodización Táctica permite la utilización de sus elementos fundamentales en entornos ajenos a lo deportivo.

2. MARCO TEÓRICO

El propósito de los siguientes apartados es, en primer lugar, mostrar el consenso existente entre diferentes instancias y autores sobre las dificultades que presentan los módulos transversales, en especial en los Grados Medios. A continuación, se tratará de evidenciar la idoneidad de utilizar las metodologías activas y colaborativas en el módulo de IPE I, pero sin pasar por alto las limitaciones que hacen que requieran un mejor encaje. A partir de ahí, se aportará la base teórica y conceptual que permita entender qué es la Periodización Táctica y cómo se aplica, tomando como referencia a profesionales especializados en esta metodología.

2.1. De FOL y EIE a IPE: la problemática del módulo

Antes siquiera de entrar a valorar las características del módulo de IPE I, resulta imprescindible hacer alusión al contexto en el que se va a impartir. Una buena aproximación al alumnado de los Ciclos Formativos de Grado Medio es la de Blanca (2023): “ha finalizado sus estudios obligatorios y en función de sus capacidades, situación familiar y personal, gustos, aspiraciones en el mundo laboral, y otros elementos, decide que la Formación Profesional es la opción más conveniente para obtener una rápida inserción profesional” (p. 6). El rendimiento académico de este perfil de alumno está condicionado, según Tacilla et al. (2020), por la metodología implementada en el aula, la motivación y el interés del alumno y su contexto social y familiar.

Para concretar aún más lo expuesto anteriormente, se puede acudir de nuevo a Blanca (2023), que afirma que las principales motivaciones de los alumnos que eligen cursar una FP son “la realización de prácticas en empresa, incrementar su capacidad profesional, mejorar su nivel cultural para encontrar trabajo con facilidad, o una clara vocación hacia determinada profesión” (p. 11). En consecuencia, no es difícil intuir que un módulo como el de IPE I puede llegar a tener una aceptación baja dentro de estas pretensiones.

Enlazando con esta idea, lo primero que se detecta es una escasa adaptación del contenido al perfil del alumnado de Grado Medio, que suele presentar una menor madurez académica y al que la enseñanza teórica sobre

legislación laboral o prevención de riesgos le resulta difícil de asimilar. Cano y García (2010) aclaran que esto se ve agravado por la gestión de los bloques temáticos que hacen los docentes, ya que alrededor del 40 % de ellos le dedica más de la mitad de las horas lectivas al relacionado con el Derecho laboral. El motivo es simple: los profesores suelen poseer titulaciones del ámbito jurídico y tienen predilección hacia este bloque. También se pueden señalar algunas críticas dirigidas al bloque de orientación profesional, centradas en su carácter genérico y poco adaptado a las necesidades individuales del estudiante. Los nuevos módulos de IPE pretenden personalizar los itinerarios de inserción, pero su aplicación efectiva requiere recursos y metodologías que, en muchos centros, aún no se han desarrollado plenamente (Consejo Escolar del Estado, 2022).

En relación con la aplicación de metodologías colaborativas, Soto-Cid et al. (2015) indican que muchos docentes han asumido la utilización de los trabajos en grupo en este módulo, pero estas actividades planteadas de forma grupal no cumplen los requisitos y características necesarias para poder considerarse trabajo colaborativo, por lo que pierden parte de su valor. Se trata de una carencia generalizada que impide alcanzar los grandes beneficios de los planteamientos colaborativos. Con respecto a las metodologías activas, Cordero del Castillo (2011) señala que su implementación representa una respuesta más eficaz ante las exigencias del actual mercado laboral, el cual demanda experiencias formativas más auténticas y contextualizadas. Estas metodologías permiten acercar al alumnado a la realidad empresarial, facilitando procesos de aprendizaje más significativos y favoreciendo una transición más efectiva hacia la inserción laboral.

Entre las opciones más destacadas se encuentran el Aprendizaje Cooperativo, el Aprendizaje Basado en Proyectos o el Aprendizaje Basado en Problemas. Estas estrategias promueven enfoques docentes innovadores, que colocan al estudiante en el centro del proceso formativo. Además, fomentan la cooperación y el trabajo en equipo, lo que contribuye a generar una cultura de participación activa dentro del aula (Delgado y Méndez, 2018).

Con todo, más allá de cuestiones particulares, González y González (2015) consideran que el problema del módulo siempre ha sido estructural, dado

que las escasas horas que se le dedican semanalmente obligan a concentrar en poco tiempo una gran carga teórica, agudizando el desinterés de un alumnado que, de partida, ya considera la materia alejada de la especialidad que eligió cursar. Soto-Cid et al. (2015) lanzan dos conclusiones que complementan todo lo expuesto. Por un lado, hay una diferencia notable en cuanto a la dificultad percibida y los resultados académicos del módulo entre los alumnos de grados técnicos y los de grados administrativos, estando los primeros en peor posición. Por otro, la inmensa mayoría de los alumnos coinciden en su preferencia por nuevas metodologías para la impartición del módulo, alejadas del binomio exposición-memorización de las metodologías tradicionales.

También es reveladora la aportación de Webhe (2022), que señala que este módulo presenta tres lastres principales. En primer lugar, el escaso vínculo existente entre el currículo y ámbito profesional sobre el que versa el grado que cursan los alumnos, es decir, lo inespecífico del contenido. En segundo lugar, el alto número de conceptos técnicos y jurídicos, que distancian al alumno de la materia. En tercer lugar, la presencia aún muy extendida de docentes que siguen ciñéndose a alternativas tradicionales para la impartición de la asignatura (sobre todo, las de tipo expositivo).

2.2. La Periodización Táctica: definición y principios

Frente a la realidad del módulo de IPE I, que ya presentaba el de FOL, surge la necesidad de ofrecer soluciones. Como apuntan Ruiz-Aranda et al. (2014), es necesario preparar al alumnado de manera efectiva para encarar los escenarios y retos profesionales que se le van a presentar, a través de metodologías activas e intervenciones educativas de carácter global, que incidan en el completo desarrollo del alumno para lograr su incorporación exitosa al mundo laboral. En este punto, surge la gran pregunta: cómo alcanzar estas metas, tan ambiciosas como necesarias. Una de las respuestas innovadoras que se pueden dar se denomina «Periodización Táctica».

Esta metodología de entrenamiento, utilizada en el fútbol, concibe el entrenamiento como un proceso de enseñanza-aprendizaje, más que una simple preparación física o técnica. A diferencia de los enfoques tradicionales, que

analizan el juego desde una perspectiva fragmentada y descontextualizada, la Periodización Táctica presenta una visión holística y sistémica del fútbol. Así, este deporte se entiende como un sistema complejo, no lineal y cargado de imprevisibilidad, donde las dinámicas del juego no pueden comprenderse si se aíslan de su contexto (Tamarit, 2007).

El propósito central de esta metodología es que el juego del equipo se entrene y aprenda respetando la lógica interna del fútbol. Esta lógica está compuesta por los cuatro momentos fundamentales del juego: fase ofensiva, fase defensiva, transición defensa-ataque y transición ataque-defensa. Como explican Delgado y Méndez (2012), cada una de las acciones que ocurren durante el juego se inscribe dentro de alguno de estos momentos y exige, simultáneamente, una decisión (dimensión táctica), una ejecución motriz (dimensión técnica), un esfuerzo físico concreto (dimensión fisiológica) y un control emocional (dimensión psicológica).

En consecuencia, el eje central de la Periodización Táctica es el Modelo de Juego del equipo (lo táctico, el «juego»), que orientará todo el proceso de entrenamiento. Implementar esta metodología requiere, como señala Tamarit (2016), “una Idea de Juego clara, definida, estructurada y coherente en todos sus momentos del Juego, la cual deberá ser operacionalizada a través de unos Principios Metodológicos determinados” (p. 18). El Modelo de Juego diferenciará las cuatro fases del juego anteriormente mencionadas y estas estarán definidas según unos principios generales, que se descompondrán en varios subprincipios específicos que, a su vez, estarán formados por distintos sub-subprincipios (equivalentes a conductas individuales o microtácticas).

Sobre la composición del Modelo de Juego, Tamarit (2016) realiza una última matización, al explicar que surge a partir de la interacción entre la idea que el entrenador tiene acerca de cómo quiere que juegue su equipo y el contexto o la realidad que rodea a los jugadores, al equipo y al club en general. Por tanto, se visualiza con claridad que un Modelo de Juego no se puede crear ni ejecutar efectivamente sin tener en cuenta los factores contextuales, lo relacionados con el entorno.

Tampoco hay que pasar por alto el rol del individuo, del futbolista. Dentro del Modelo de Juego, el jugador ocupa un lugar central como componente individual. Su visión y comprensión del fútbol deben ser tenidas en cuenta por el entrenador, con el fin de identificar rápidamente cómo entiende el juego cada jugador, así como sus capacidades y características particulares, ya que son ellos quienes ejecutan e interpretan las acciones que dan forma al juego colectivo. Por ello, el entrenador debe mantener una atención constante al contexto y a las particularidades de sus jugadores, aplicando diversas estrategias que le permitan implementar sus ideas de manera efectiva. Lo que se persigue es lograr una correcta operacionalización del Modelo de Juego, que no solo sea coherente con los principios metodológicos, sino que también potencie al máximo las fortalezas individuales y colectivas de los futbolistas (Delgado y Méndez, 2018).

Entrando ya a los principios metodológicos que sustentan la aplicación de la Periodización Táctica, es conveniente señalar que esta metodología ha sido interpretada y transmitida de manera confusa a lo largo de este siglo, debido a que se fundamenta en una lógica propia que puede parecer ilógica desde la óptica convencional del entrenamiento deportivo, pero que responde a una estructura interna coherente y singular. Couto (2018) afirma que la premisa básica es cumplir con el que se considera el «SupraPrincipio» metodológico: el de Especificidad. No obstante, la especificidad no debería entenderse como un principio en sí mismo, sino más bien como una exigencia categórica indispensable para el entrenamiento.

A partir de este «SupraPrincipio» inspirador, la Periodización Táctica se estructura a través de tres principios fundamentales que deben aplicarse de manera integrada para lograr la articulación y el sentido del entrenamiento:

- **Principio de Progresión Compleja:** implica simplificar la complejidad del Modelo de Juego mediante la utilización de principios, subprincipios y sub-subprincipios de juego. Según Tamarit (2007), estos elementos se introducen de forma progresiva, ganando complejidad a medida que los jugadores los comprenden y los experimentan en la práctica. Es esencial priorizar determinados

principios por encima de otros, ya que no todos poseen el mismo nivel de relevancia o impacto dentro del modelo de juego.

Couto (2018) aclara que el proceso de enseñanza-aprendizaje debe construirse de manera jerárquica, organizando las prioridades pedagógicas para que el desarrollo del Modelo de Juego avance hacia aquello que el entrenador considera más conveniente o deseado, dándose la progresión en complejidad durante la temporada, durante la semana y durante la propia sesión de entrenamiento.

- **Principio de Propensiones:** para Soriano (2018), se relaciona directamente con la modulación del contexto y el diseño de las tareas de entrenamiento. Este principio supone la creación de situaciones que favorezcan la aparición repetida de los comportamientos o acciones específicas del juego que se desea consolidar en los jugadores. En otras palabras, se trata de diseñar tareas que propicien, con alta frecuencia, la presencia de los principios, subprincipios y sub-subprincipios del Modelo de Juego, con el objetivo de que los futbolistas vivencien esos contextos múltiples veces. Tamarit (2016) señala dos claves: repetir sin empobrecer ni descontextualizar y guiar al futbolista en un contexto abierto, para que genere hábitos tácticos, técnicos, físicos y psicológicos interrelacionados.
- **Principio de Alternancia Horizontal en Especificidad:** las sesiones de entrenamiento deben realizarse siempre en especificidad (atendiendo al Modelo de Juego en sus principios, subprincipios o sub-subprincipios), pero alternando las contracciones musculares y los esfuerzos mentales que se demandan en cada una de ellas. Couto (2018) destaca que este principio exige el cumplimiento de un patrón semanal de entrenamiento que prepare adecuadamente al equipo para la competición. En palabras de Tamarit (2016), se trata de “estar entrenando siempre nuestro jugar, pero a diferentes niveles de dicho jugar, tanto a nivel de la contracción del músculo como de la alternancia entre Principios y SubPrincipios de Juego, de manera que se respete la recuperación emocional” (p. 46).

Se identifican tres indicadores clave de las contracciones musculares: la tensión, la duración y la velocidad. Estos elementos se distinguen entre sí por la intensidad del esfuerzo y el nivel de fatiga que generan durante la ejecución de las tareas. El conocimiento y control de estos indicadores permite regular adecuadamente la relación entre carga de esfuerzo y los períodos de recuperación, algo esencial para optimizar el rendimiento físico sin comprometer la integridad del jugador. Además, este enfoque facilita la organización de la semana de entrenamiento con una distribución inteligente del esfuerzo, permitiendo trabajar diferentes estructuras del juego en días que están claramente diferenciados en cuanto a carga física. De esta manera, se contribuye a prevenir el sobreentrenamiento y a mantener una preparación específica y sostenible a lo largo del tiempo (Tamarit, 2007).

Por último, queda indicar la estructura de trabajo semanal que habilitará la puesta en práctica de los fundamentos teóricos explicados: el Morfociclo Patrón. Tal y como lo plantea Guerrón (2017), sería un microciclo semanal que actúa como eje organizador del proceso de entrenamiento, sostenido por principios metodológicos exclusivos de la Periodización Táctica cuya función es operacionalizar el Modelo de Juego mediante la aplicación articulada de principios, subprincipios y sub-subprincipios. En este enfoque, la estructura semanal representada por el Morfociclo Patrón se considera el eje central del proceso de preparación.

Sin embargo, esto no significa que no puedan existir mesociclos o macrociclos dentro de la planificación, sino que estos se plasman más bien como referencias generales, con poco impacto directo sobre la organización y ejecución cotidiana del entrenamiento. Es decir, mientras que el mesociclo y el macrociclo sirven como marcos orientativos a largo y medio plazo, es el Morfociclo el que guía la preparación semanal de forma específica y detallada, siendo el componente con mayor relevancia en la gestión del proceso de entrenamiento (Couto, 2018).

A continuación, se muestra el Morfociclo Patrón, pero reducido a las tres sesiones de carácter adquisitivo (se descartan las de recuperación tras partido y activación antes del partido) que se dan durante la semana:

Tabla 1.
Sesiones adquisitivas del Morfociclo Patrón

	<i>Sesión 1</i>	<i>Sesión 2</i>	<i>Sesión 3</i>
<i>Tipo de trabajo</i>	<i>Número de jugadores y espacio reducido</i>	<i>Número de jugadores y espacio amplio</i>	<i>Número de jugadores alto y espacio reducido</i>
<i>Contenidos</i>	<i>Subprincipios y sub-subprincipios</i>	<i>Principios</i>	<i>Subprincipios</i>
<i>Acción muscular:</i>			
<i>-Tensión</i>	<i>Muy alta</i>	<i>Media</i>	<i>Media</i>
<i>-Duración</i>	<i>Baja</i>	<i>Alta</i>	<i>Baja</i>
<i>-Velocidad</i>	<i>Media</i>	<i>Baja</i>	<i>Alta</i>
<i>Concentración</i>	<i>Media</i>	<i>Alta</i>	<i>Baja</i>
<i>Desgaste emocional</i>	<i>Medio</i>	<i>Alto</i>	<i>Bajo</i>
<i>Tipo de esfuerzo discontinuo</i>	<i>Alto</i>	<i>Medio</i>	<i>Medio</i>

Fuente: Elaboración propia a partir de Tamarit, 2007.

En resumen, el marco teórico presentado pone de manifiesto los retos estructurales y metodológicos que plantea la impartición del módulo de IPE I, así como la necesidad de replantear su enfoque didáctico para lograr una mayor conexión con el alumnado y sus expectativas académicas y profesionales. En este contexto, la Periodización Táctica se presenta como una propuesta metodológica innovadora y transdisciplinar, que permite estructurar los procesos

de enseñanza-aprendizaje desde una lógica sistémica, contextual y específica, articulando unos principios que priorizan la progresión significativa, la repetición contextualizada y la alternancia consciente del esfuerzo cognitivo y emocional. A través de la adaptación del Morfociclo Patrón a la realidad educativa del módulo de IPE I, se explorará en la práctica cómo trasladar los fundamentos de esta metodología (originalmente concebida para el deporte de alto rendimiento) al ámbito de la FP, con el fin de diseñar intervenciones formativas más coherentes, significativas y centradas el estudiante.

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivo General

Aplicar los principios metodológicos de la periodización táctica al módulo de IPE I para mejorar su impartición mediante una estructuración sistémica, contextualizada y significativa.

3.2. Objetivos Específicos

- Exponer la jerarquización del contenido del módulo resultante de la aplicación del Principio de Progresión Compleja.
- Evidenciar la relación existente entre el Principio de Propensiones y la aplicación efectiva de las metodologías activas.
- Explicar cómo el Principio de Alternancia Horizontal en Especificidad se traduce en una organización coherente y contextualizada del contenido.
- Trasladar el Morfociclo Patrón a la realidad de la impartición semanal del módulo de IPE I.
- Demostrar la validez de esta adaptación metodológica para guiar el proceso de enseñanza-aprendizaje durante todo el curso académico.

4. METODOLOGÍA

Como punto de partida, es imprescindible establecer una analogía clave que orientará el sentido básico de la propuesta: los contenidos del módulo se abordarán como si constituyeran el Modelo de Juego que se trataría de inocular en el futbolista. Es decir, se gestionarán el conjunto de saberes, habilidades y competencias de la asignatura como una estructura interconectada y coherente, que define la identidad funcional de los alumnos como futuros profesionales.

Este Modelo de Juego, en clave educativa, no deja de ser una representación sistémica del perfil profesional que se pretende desarrollar y, por tanto, cada uno de los contenidos se abordará como un principio funcional con un nivel de complejidad asociado, debiendo el alumno integrar todos ellos. Al igual que en el fútbol, donde el Modelo de Juego proporciona la dirección y el sentido del entrenamiento, en IPE I el tratamiento de los contenidos bajo esta lógica dará un propósito unificado al proceso educativo. Se asume que cada sesión de clase es equiparable a una sesión de entrenamiento, donde se desea reforzar un aspecto del «Modelo de Juego educativo», siempre en busca de la transferencia práctica al entorno laboral real.

Trasladar esta visión sistémica propia de la Periodización Táctica al módulo de IPE I permitirá aplicar el Morfociclo Patrón como marco para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, favoreciendo una asimilación orgánica, progresiva y contextualizada de conocimientos y habilidades. Una vez hecha esta precisión inicial, se puede comenzar con la aplicación de los tres grandes principios de la metodología al módulo.

4.1. El Principio de Progresión Compleja: cimentar el aprendizaje

La Progresión Compleja parte de la idea de que el conocimiento debe construirse de forma progresiva, desde los elementos más simples hasta los más complejos, sin perder nunca de vista el «todo» que se pretende alcanzar. En el contexto concreto del módulo de IPE I, este «todo» se traduce en el desarrollo integral de competencias dirigidas a la mejora de la empleabilidad de los alumnos que cursan los Ciclos Formativos de Formación Profesional.

Para aplicar este principio de forma congruente, se ha optado por dividir el contenido en tres grandes bloques temáticos, que abarcan los ámbitos fundamentales de esta materia:

- Derecho laboral.
- Prevención de riesgos laborales.
- Orientación laboral.

Cada uno de estos bloques temáticos se traduce en un gran principio que contiene, a su vez, subprincipios (contenidos intermedios) y sub-subprincipios (conceptos básicos). Esta estructuración jerárquica permite diseñar situaciones de aprendizaje que respeten una secuencia natural de dificultad creciente, en la que el alumnado construye conocimientos sobre una base sólida y significativa. La lógica estructural que se plantea se podría comparar con la construcción de cualquier edificación: sin unos buenos cimientos (sub-subprincipios), los niveles superiores (subprincipios y principios) carecen de estabilidad.

Para ejemplificar lo expuesto arriba, se presenta a continuación un desglose de estos tres bloques temáticos o principios, señalando algunos de los subprincipios y sub-subprincipios de contenido que se podrían proponer:

- Derecho laboral: contratación, representación y protección de los trabajadores.
 - Subprincipios: tipos de contrato de trabajo, suspensión, modificación y extinción del contrato de trabajo, características del convenio colectivo, representación legal de los trabajadores.
 - Sub-subprincipios: jerarquía normativa, principios del Derecho del trabajo, derechos y deberes del trabajador, definición y elementos fundamentales del contrato de trabajo, conceptos básicos del Estatuto de los Trabajadores (jornada laboral, salario, vacaciones, etc.).
- Prevención de riesgos laborales: protección de la salud del trabajador y primeros auxilios.

- Subprincipios: tipos de riesgos laborales, medidas preventivas generales y específicas, uso y mantenimiento de Equipos de Protección Individual (EPIs), señalización y normativa de seguridad, planes de emergencia y protocolos de evacuación.
- Sub-subprincipios: el concepto de salud, cultura preventiva, definición de riesgo laboral, diferenciación entre accidente de trabajo y enfermedad profesional, la Ley de Prevención de Riesgos Laborales como normativa básica.
- Orientación laboral: formación e inserción en el mercado de trabajo.
 - Subprincipios: autoconocimiento, itinerarios formativos y profesionales, exploración del mercado laboral, búsqueda activa de empleo, procesos de selección.
 - Sub-subprincipios: elaboración del CV, la carta de presentación, las entrevistas de trabajo, principales fuentes para la búsqueda de empleo, análisis DAFO personal.

Este principio no solo obliga a una secuenciación lógica del aprendizaje, sino que establece una conexión directa entre los contenidos y la práctica, lo que facilita que el alumno entienda tanto el «qué» debe aprender como el «para qué». Además, de manera complementaria, se fomenta la autoevaluación y la reflexión personal, ya que, al enfrentarse de forma progresiva a conceptos y escenarios más complejos, los estudiantes son capaces de reconocer su propia evolución, consolidando así su autoestima y valía académica y profesional.

En la práctica docente, esta progresión exige un diseño didáctico cuidadoso. Jerarquizar los contenidos y procurar que se produzca la progresión compleja efectiva es una premisa de obligado cumplimiento. Por ejemplo, dentro del bloque de “Prevención de riesgos laborales”, conceptos como “plan de emergencia” solo serán comprendidos y asimilados adecuadamente por el alumno si antes ha abordado qué es un riesgo y cómo prevenirlo. En este sentido, la evaluación del aprendizaje también debe alinearse con esta progresión.

En definitiva, una de las metas más relevantes para el docente será la de identificar estos niveles de complejidad y, posteriormente, diseñar las situaciones de aprendizaje de forma que los contenidos se aborden en una secuencia que permita su interiorización y aplicación progresiva. Así, la enseñanza deja de ser una transmisión lineal de información para convertirse en un proceso de construcción activa, donde los contenidos básicos preparan el terreno para los más complejos (predisponen la estructura mental del alumno), siempre conectados entre sí y teniendo presente el objetivo competencial común.

4.2. El Principio de Propensiones: generar el aprendizaje desde la acción

Hablar de Propensiones implica generar las condiciones necesarias para que el entorno de aprendizaje sea un medio válido en el que se adquieran las conductas, habilidades y/o conocimientos pretendidos. Por tanto, no es suficiente con explicar o exponer los conceptos teóricos; hay que crear experiencias que provoquen la aparición de esos aprendizajes, guiando al alumno hacia ellos en contextos abiertos que le aproximen a la realidad y le supongan un reto. Como se puede observar, este enfoque otorga el protagonismo al estudiante, siendo el docente un facilitador del proceso.

En el módulo IPE I, este principio se va a traducir en la utilización estructurada y coherente de las metodologías activas, con el fin de facilitar al alumnado experimentar, decidir, equivocarse y aprender, estableciendo una conexión lo más nítida posible con la realidad del mundo laboral. Estas experiencias deben diseñarse alrededor de los contenidos clave, lo que significa generar propensiones hacia el desarrollo de las competencias fundamentales del módulo, incluyendo habilidades blandas como la autonomía, la capacidad crítica, la resolución de problemas, el trabajo en equipo o la comunicación.

La clave para el cumplimiento de este principio radica en construir escenarios de aprendizaje donde el alumno se vea «forzado» a actuar, interpretar y transferir conocimientos. Bajo el prisma de esta propuesta, se entiende que la simulación de una entrevista de trabajo, acompañada de un *feedback* cualitativo del docente, tendrá un mayor impacto en el aprendizaje que una clase expositiva sobre cómo hacer una entrevista. Igualmente, diseñar una

actividad donde los estudiantes deban identificar riesgos laborales en el entorno en el que desarrollarán su labor profesional (taller, oficina, laboratorio, etc.) activa su capacidad de observación, análisis y decisión, produciendo múltiples aprendizajes simultáneamente.

No obstante, el Principio de Propensiones exige un cambio en la mentalidad docente. Esto se debe a que se pasa de controlar el aprendizaje a provocarlo, lo cual implica aceptar la incertidumbre y el error como partes inherentes del proceso. Así, el error se convierte en una fuente legítima de aprendizaje y no en una deficiencia que se deba penalizar.

Una última cuestión que resulta imprescindible indicar es que la creación de propensiones está íntimamente ligada al componente emocional. Si el estudiante no conecta emocionalmente con lo que hace, la transferencia es limitada. Esta conexión emocional se relaciona con los sentimientos, las sensaciones y las impresiones que una actividad genera en el individuo. Es importante que, tanto en la asimilación como en el despliegue de sus conocimientos y habilidades, el alumno encuentre vínculos emocionales positivos que refuercen el proceso. Por este motivo, se valora favorablemente el uso de las metodologías activas que implican juego, narrativa o elementos de la vida real que puedan generar implicación y dar un sentido oportuno a la tarea.

4.3. El Principio de Alternancia Horizontal en Especificidad: la organización desde una lógica para el aprendizaje

El principio metodológico de la Alternancia Horizontal en Especificidad pone el foco en variar la carga y el tipo de esfuerzo cognitivo a lo largo de la semana, con la intención de optimizar el aprendizaje y, paralelamente, evitar la monotonía. Siguiendo la lógica del Morfociclo Patrón, este principio se adaptaría al ámbito educativo mediante una distribución semanal que combine clases de distinta «intensidad» y enfoque. Dado que el módulo IPE I cuenta con tres horas de clase semanales, se propone establecer tres sesiones semanales de una hora, en las que primarán las siguientes características:

- Clase 1: día de tensión (actividades intensas y cortas)

Estas clases se centran, principalmente, en sub-subprincipios. El objetivo es activar conocimientos, provocar decisiones rápidas y promover la participación activa en interacciones entre pocos alumnos. Las dinámicas cortas e intensas permiten despertar la motivación inicial y fomentar la implicación del alumnado desde el principio de la clase. Una primera opción para cumplir con esta dinámica es el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP). Esta metodología habilita la presentación a los alumnos de una situación o un problema real, que deberán resolver utilizando los conocimientos que poseen o explorando nueva información. Además, fomenta la toma de decisiones, el trabajo en equipo y el pensamiento crítico.

Otra alternativa apropiada sería el uso del *Role-playing*, que se basa en la representación de roles en una situación simulada. De esta forma, los alumnos podrán experimentar distintos puntos de vista, aplicar sus conocimientos desde dichas posiciones y poner en práctica habilidades blandas de todo tipo. Para trabajar en grupos reducidos también se puede recurrir al estudio de casos. Aquí, los alumnos analizarán situaciones reales documentadas, con el fin de extraer aprendizajes y debatir la idoneidad de las diferentes decisiones o acciones que se podrían emprender. Es una aplicación contextualizada del contenido muy interesante dentro de la dinámica que se busca en esta clase, en especial si se plantea una batería de situaciones a abordar.

La clave de esta sesión está en provocar un impacto cognitivo inicial, que motive al alumno a seguir profundizando en los conceptos de mayor complejidad que se introducirán más adelante. Se puede plantear una estructura tipo “reto” preliminar, usarse como activación de conocimientos previos e, incluso, como evaluación inicial o diagnóstico informal.

- Clase 2: día de duración (actividades reflexivas y profundas)

En el momento central de la semana se va a plantear la sesión más extensa, en términos de profundidad cognitiva. El objetivo es integrar aprendizajes mediante la articulación e interrelación de subprincipios y sub-subprincipios de contenidos, de manera que se logren aproximaciones a los principios. Esta será la fórmula a través de la que se consolidarán los conocimientos y se desarrollarán las competencias transversales.

Para conseguirlo, se dispone del Aprendizaje Basado en Proyectos, una metodología en la que se plantea una pregunta, problema o reto de cierta complejidad al alumnado, solicitándole una propuesta o solución elaborada, que le servirá para investigar y construir un producto final propio. Lo que se va a tratar de propiciar es la planificación, la autonomía personal y el uso de sus conocimientos. Asimismo, el aprendizaje cooperativo será otra elección de gran utilidad para invitar a los alumnos a trabajar juntos en la consecución de objetivos comunes, reforzando la interdependencia positiva y la responsabilidad y los liderazgos compartidos.

Cabe mencionar, por último, el portafolio de aprendizaje como herramienta ideada para que el alumno recopile evidencias de su aprendizaje, reflexione sobre su proceso y establezca metas personales. En cualquier caso, se recomienda que estas sesiones incluyan tiempo para la reflexión individual y grupal, una retroalimentación estructurada y actividades de desarrollo escrito, ya que son esenciales para la interiorización.

- Clase 3: día de velocidad (actividades lúdicas y de agilidad mental)

Esta clase está concebida para ser la última de la semana y su diseño persigue el ejercicio de la velocidad mental y la consolidación rápida de contenidos, en un escenario de alta motivación. En consecuencia, se busca mantener una alta implicación y reforzar aprendizajes mediante el juego y el desafío. Los contenidos incluidos en la escala de subprincipios serían los ideales para este tipo de sesión, aunque se pueden combinar con sub-subprincipios sin provocar desajuste alguno.

Para llevarla a cabo, la gamificación es la primera metodología que se plantea, pues se centra en la aplicación de elementos del juego en contextos educativos. Se pueden incluir dinámicas competitivas, recompensas, niveles y retos para aumentar el grado de motivación y compromiso con la tarea. De igual manera, el Aprendizaje Basado en Desafíos (ABD) servirá para proponer retos concretos y limitados en el tiempo, incentivando a los estudiantes a movilizar todas sus habilidades personales y conocimientos para alcanzar el éxito en la actividad. Esto resulta muy estimulante para la creatividad y la agilidad en la toma de decisiones.

Para finalizar, se dispone de los *Escape Rooms* educativos. Limitando su duración, pueden ser una actividad grupal en la que el alumnado tenga que resolver alguna incógnita relacionada con los contenidos del módulo, de manera que puedan «escapar» de cierta situación planteada. Sin duda, es una fórmula lúdica que fomenta la colaboración, la lógica y la transferencia de aprendizajes.

Más allá de consolidar contenidos, la pretensión es generar una experiencia emocionalmente positiva, que impacte en la memoria y la motivación del alumnado. El enfoque debe ser ligero en forma, pero riguroso en fondo. La idea es favorecer una atmósfera de menor carga global que la de las otras dos sesiones, no trivializar los aprendizajes.

4.4. Contenidos

En la Región de Murcia, el texto legislativo de referencia es la Resolución de 5 de julio de 2024 de la Dirección General de Formación Profesional, Enseñanzas de Régimen Especial y Educación Permanente, por la que se dictan instrucciones sobre la ordenación y organización de los ciclos formativos de grado medio y de grado superior en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, en aplicación del Real Decreto 659/2023, de 18 de julio, por el que se desarrolla la ordenación del sistema de formación profesional. Los contenidos establecidos para el nuevo módulo de IPE I son los expuestos a continuación:

- Funciones del nivel básico en Prevención de Riesgos Laborales:
 - a) El trabajo y la salud. Análisis de las condiciones de trabajo y su impacto en la salud del trabajador.
 - b) Identificación y clasificación de los factores de riesgo en general y, en concreto, en el sector profesional del título del ciclo formativo
 - c) Daños derivados del trabajo: Accidentes de trabajo. Enfermedades profesionales. Otras patologías derivadas de la actividad laboral.
 - d) Marco normativo básico. Derechos y deberes básicos de trabajadores y empresarios.

e) Riesgos laborales generales relacionados con las condiciones de seguridad, las condiciones medioambientales, las condiciones ergonómicas y las condiciones psicosociales.

f) Riesgos laborales específicos y sus posibles consecuencias para la seguridad y salud de los trabajadores, en el sector en el que se ubica el título.

g) Medidas de prevención y protección de riesgos laborales. Medidas de prevención. Principios y técnicas de prevención. Medidas de protección colectiva. La señalización de seguridad. Medidas de protección individual. Los equipos de protección individual. Especial protección a colectivos específicos.

h) Aplicación de las medidas de prevención y protección en el sector profesional en el que se ubica el título.

i) Organismos públicos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo.

j) Plan de prevención de riesgos laborales. Evaluación de riesgos. Organización y planificación de la prevención. Plan de Autoprotección: planes de emergencia y de evacuación.

k) Primeros auxilios: concepto y principios generales y protocolo de actuación ante situaciones de emergencia. Técnicas básicas de primeros auxilios aplicadas en el lugar del accidente. Actuación en función de las lesiones. El botiquín de primeros auxilios: composición y uso.

- El sector productivo y su relación con el perfil profesional del título:

a) Análisis del sector profesional del título del ciclo formativo. Coyuntura laboral.

b) Tendencias del mercado laboral y oportunidades emergentes. Inteligencia artificial y automatización en el mercado laboral y en el sector profesional.

c) Las competencias personales y sociales más demandadas en el mercado laboral actual. Identificación de las más relevantes en el sector profesional del título del ciclo formativo.

d) Actitudes y aptitudes profesionales. Concepto y diferencias. Importancia de las aptitudes profesionales para la empleabilidad.

e) Identificación y descripción de los puestos de trabajo relacionados con los perfiles profesionales del título. Características. Funciones. Competencias, formación, actitudes y aptitudes requeridas.

f) Análisis de las competencias profesionales y requisitos para el ingreso en la Administración pública.

- La relación laboral. Acción protectora del sistema de Seguridad Social:

a) El derecho del trabajo. Marco jurídico. Derechos y deberes derivados de las relaciones laborales.

b) El contrato de trabajo. Modalidades de contrato. El periodo de prueba. Medidas establecidas para la conciliación de la vida laboral y familiar.

c) Tiempos de trabajo. Análisis en el convenio aplicable al sector profesional del título del ciclo formativo. Nuevas formas de flexibilidad y de organización del trabajo.

d) El recibo del salario. Condiciones económicas establecidas en el convenio colectivo aplicable al sector profesional del título del ciclo formativo.

e) Modificación, suspensión y extinción del contrato de trabajo. Causas y efectos. El finiquito.

f) Juzgados y tribunales laborales. Procedimiento de reclamación judicial.

g) Tramitación digital en el ámbito laboral.

h) La Seguridad Social. Estructura del sistema. Principales obligaciones de empresarios y trabajadores en materia de Seguridad Social. Acción protectora: contingencias y principales prestaciones económicas. Incapacidad temporal. La protección por desempleo: situación legal de desempleo, prestación, subsidio y otras ayudas.

i) La representación de los trabajadores. Medidas de conflicto colectivo. Procedimientos de resolución de conflictos.

- El potencial profesional: autoorientación para la inserción profesional:

a) Análisis del potencial profesional. El autoconocimiento como proceso de introspección. Autopercepción. Características personales y profesionales en el plano cognitivo, emocional, de intereses y valores. La aceptación y la autoestima como claves para una mentalidad de crecimiento personal y mejorar la empleabilidad. Herramientas de Inteligencia artificial en el proceso del autoconocimiento.

b) Autoanálisis de las fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades para el empleo.

c) Reflexión sobre las competencias, intereses profesionales y destrezas personales en relación a los requerimientos actuales del perfil profesional.

d) Identificación de itinerarios formativos profesionales relacionados con el título del ciclo formativo. Oportunidades de formación y educación en Europa.

e) Plan de acción para mejorar y enriquecer nuestras competencias. Carencias. Metas y objetivos. Recursos. Plazos. Seguimiento y evaluación.

f) El curriculum vitae. Aspectos esenciales. Tipos. Modelos. Herramientas digitales para su elaboración. La carta de motivación. El Curriculum Europass. Oportunidades de empleo en Europa.

- El aprendizaje autónomo:

a) Creación de un entorno personal de aprendizaje. Concepto. Identificación de necesidades de aprendizaje. Fuentes de información: páginas y sitios web. Herramientas digitales para crear y organizar información y contenidos de aprendizaje. Red personal de aprendizaje: redes sociales, profesionales y de comunicación.

b) El plan de desarrollo personal (PDP) como herramienta para maximizar el potencial y el desarrollo personal y profesional. Evaluación periódica del progreso.

c) La identidad digital. Concepto y características. Riesgos derivados de una gestión inadecuada. Protección de datos personales e identidad digital.

Relevancia para el empleo.

4.5. Temporalización y actividades

Esta propuesta está concebida para llevar a cabo su aplicación a lo largo de un curso académico, abarcando la totalidad del currículo de IPE I. No obstante, por sus propias características intrínsecas, se podría ceñir a un bloque temático concreto, si así lo deseara el docente. Teniendo en cuenta que el módulo de IPE I dispone de tres horas semanales en todos los Ciclos Formativos en los que se imparte, se van a proponer tres sesiones distintas, de una hora de duración cada una, para trabajar los contenidos.

Como se detalló con anterioridad, la Periodización Táctica se fundamenta en una planificación de tipo semanal, que se articula a través del Morfociclo Patrón. A partir de esta premisa, y una vez realizada la jerarquización de los contenidos para identificar los conceptos que ocuparán el rango de principios, subprincipios y sub-subprincipios, el profesor debe ceñirse a la adaptación del Morfociclo Patrón que se propone a continuación para un aula de Formación Profesional, ideada para hacer operativa la impartición del módulo de IPE I:

Tabla 2.
Morfociclo Patrón adaptado a la impartición del módulo de IPE I

	<i>Sesión 1</i>	<i>Sesión 2</i>	<i>Sesión 3</i>
<i>Disposición de la clase</i>	<i>Grupos de alumnos reducidos (3-5)</i>	<i>Participación individual de todos los alumnos y grupos grandes (+5)</i>	<i>Participación individual o en grupos</i>
<i>Contenidos</i>	<i>Se priorizan sub-subprincipios</i>	<i>Articulación de subprincipios y sub-subprincipios</i>	<i>Subprincipios y/o sub-subprincipios</i>

<i>Dinámicas metodológicas</i>	<i>Aprendizaje Basado en Problemas, estudios de caso, debates dirigidos, mini role-playing</i>	<i>Aprendizaje Basado en Proyectos, Aprendizaje Cooperativo, análisis de documentos reales, portafolios</i>	<i>Aprendizaje Basado en Desafíos, Gamificación, quizzes, escape room, simulaciones rápidas</i>
<i>Concentración</i>	<i>Media</i>	<i>Alta</i>	<i>Baja</i>
<i>Desgaste</i>	<i>Medio</i>	<i>Alto</i>	<i>Bajo</i>
<i>Tipo de esfuerzo</i>	<i>Actividades intensas, de corta duración y alto nivel de intervención</i>	<i>Actividades reflexivas, de larga duración y alto nivel de interiorización</i>	<i>Actividades de carácter lúdico, rápidas y cortas y con alto nivel de desafío</i>

Fuente: Elaboración propia

Mediante esta adaptación del Morfociclo Patrón, el docente dispone de una guía sólida para organizar el proceso de enseñanza-aprendizaje, que facilitará que se vayan introduciendo semana a semana los contenidos del currículo, siempre desde una estructuración lógica. Como se puede apreciar, la temporalización semanal favorece una planificación equilibrada y consecuente con la estructura de la FP, permitiendo adaptarse a distintas unidades formativas sin perder la lógica metodológica. En resumen, este patrón asegura el cumplimiento de los tres principios de la Periodización Táctica sin comprometer ninguno de los resultados de aprendizaje fijados para el módulo.

4.6. Recursos

La propuesta realizada no requiere inversiones adicionales o recursos especiales, ya que se basa en una «reorganización» de carácter metodológico. Esto significa que solo demandará los recursos que habitualmente están disponibles en un centro de Formación Profesional:

- Libro de texto de Itinerario Personal para la Empleabilidad I, como apoyo de referencia para el alumno.
- Apuntes y presentaciones elaboradas por el docente para guiar las clases.
- Material audiovisual seleccionado por el docente.
- Principales textos legislativos mencionados en los contenidos.
- Otros textos o documentos necesarios para las actividades propuestas (libros, artículos, contratos de trabajo, recibos de salario, modelos de CV, etc.).
- Aula convencional.
- Aula equipada con equipos informáticos.

5. EVALUACIÓN

La evaluación de esta propuesta metodológica inspirada en los principios de la Periodización Táctica se concibe como una fase imprescindible para valorar su eficacia, coherencia y funcionalidad en el contexto educativo del módulo IPE I. Se construirá desde una lógica formativa y sistémica y tendrá como fin último valorar si la aplicación de los principios metodológicos (Progresión Compleja, Propensiones y Alternancia Horizontal en Especificidad) ha sido adecuada. Esto implica revisar el diseño y la concepción de cada uno de los pasos necesarios para llevarla a cabo.

A continuación, se detalla cómo se mediría el grado de consecución de cada uno de los cinco objetivos específicos planteados:

Tabla 3.
Evaluación de la validez del diseño del proyecto

Elemento de evaluación	Criterios de evaluación	Instrumento de evaluación
Jerarquización del contenido del módulo resultante de la aplicación del Principio de Progresión Compleja	<p>Claridad en la organización jerárquica de contenidos.</p> <p>Secuencia lógica en la complejidad cognitiva de las tareas.</p> <p>Conexión entre principios, subprincipios y sub-subprincipios con resultados de aprendizaje.</p>	<p>Revisión de la programación didáctica.</p> <p>Checklist para el análisis de las sesiones planteadas.</p> <p>Entrevistas con el docente sobre criterios organizativos.</p>
Relación existente entre el Principio de Propensiones y la aplicación efectiva de las metodologías activas	<p>Nivel de implicación activa del alumnado.</p> <p>Utilización sistemática de metodologías activas.</p> <p>Transferencia de aprendizajes a</p>	<p>Observación directa del aula.</p> <p>Portafolios del alumno.</p> <p>Encuestas y entrevistas centradas en la percepción del aprendizaje.</p>

	<i>situaciones reales o simuladas</i>	
<i>El Principio de Alternancia Horizontal en Especificidad traducido en una organización coherente y contextualizada del contenido</i>	<p><i>Variación congruente de las dinámicas de cada una de las sesiones.</i></p> <p><i>Mantenimiento del grado de especificidad requerido.</i></p> <p><i>Mejora del clima de aula y reducción de la monotonía.</i></p>	<p><i>Análisis de la distribución semanal.</i></p> <p><i>Encuestas al alumnado.</i></p> <p><i>Revisión de actas, cronogramas o diarios docentes.</i></p>
<i>El Morfociclo Patrón en la realidad de la impartición semanal del módulo</i>	<p><i>Correlación entre planificación semanal y lógica del Morfociclo Patrón.</i></p> <p><i>Aplicación contextualizada de principios metodológicos.</i></p> <p><i>Uso adaptativo del modelo según la realidad del grupo.</i></p>	<p><i>Comparativa entre propuesta inicial y realidad aplicada.</i></p> <p><i>Grabaciones de clase.</i></p> <p><i>Observación externa por parte de especialistas o formadores.</i></p>
<i>Validez de la adaptación metodológica para guiar el proceso de enseñanza-aprendizaje durante todo el curso académico</i>	<p><i>Alcance general de los resultados de aprendizaje.</i></p> <p><i>Satisfacción del alumnado y percepción de utilidad.</i></p> <p><i>Mejora en el rendimiento y autonomía competencial.</i></p>	<p><i>Evaluación del desempeño del alumnado.</i></p> <p><i>Rúbricas globales conectadas con competencias del módulo.</i></p> <p><i>Entrevistas y focus groups de valoración final.</i></p>

Fuente: Elaboración propia

Si se acota el proceso de evaluación a cada uno de los momentos propios de la aplicación, se podrían considerar apropiadas las siguientes acciones:

- Antes de la aplicación:
 - Análisis documental centrado en las programaciones, la planificación didáctica y los materiales preparados.
 - Diseño de rúbricas específicas para comprobar el ajuste entre el diseño de sesiones y los principios metodológicos.
- Durante la aplicación:
 - Observación directa en el aula y registro de patrones de comportamiento, participación, motivación y toma de decisiones del alumnado.
- Tras la aplicación:
 - Entrevistas y *focus groups* con el profesorado para valorar la percepción final sobre la aplicabilidad real del modelo.
 - Revisión del producto final generado por el alumnado, como portafolios, proyectos, presentaciones, simulaciones o informes.

No obstante, lo que resultará verdaderamente interesante será comparar los resultados académicos obtenidos por el grupo de alumnos sometido a esta metodología con los de cursos anteriores o con los de grupos que hayan seguido otras metodologías, pues permitirá concluir si la innovación metodológica ha generado una mejora tangible.

6. REFLEXIÓN Y VALORACIÓN FINAL

Una vez expuesta la aplicación de los tres grandes principios de la Periodización Táctica en la enseñanza de IPE I, resulta ineludible hacer una valoración más calmada sobre los efectos que su interacción provoca en el aprendizaje del alumno. Cuando se logra que estos principios coexistan armónicamente, el aula se convierte en un ecosistema de aprendizaje donde cada elemento tiene sentido y función. Los alumnos no perciben las clases como compartimentos estancos, sino como partes de un conjunto educativo cohesionado. Así, se configura un modelo sistémico de aprendizaje que responde a las necesidades reales del alumnado de Formación Profesional.

La pretensión no es solo mejorar la comprensión de los contenidos, sino promover la asimilación de competencias clave para el futuro profesional del estudiante. De forma similar a cómo un futbolista interioriza y automatiza patrones de conducta propios del Modelo de Juego a través de la repetición contextualizada, esta propuesta metodológica permitirá al alumnado asimilar los patrones funcionales del módulo (es decir, sus resultados de aprendizaje) e integrarlos en su plano subconsciente.

A través de la exposición continua a situaciones auténticas y variables, los alumnos integrarán de forma casi automática competencias asociadas a los grandes principios que se plantearon para el módulo. Este aprendizaje implícito, que surge del «hacer» y no solo del «saber», es el que otorga a la Periodización Táctica su verdadero valor como herramienta educativa en contextos ajenos a la práctica deportiva. Dicho de otro modo, este tipo de aprendizaje subconsciente, que emerge de la interacción entre el alumno y un entorno de aprendizaje diseñado estratégicamente por el docente, es el que define el verdadero potencial de esta innovación vinculada a la Periodización Táctica.

La convergencia de los principios metodológicos también aporta ventajas organizativas al docente, ya que le permite establecer rutinas semanales flexibles, estructurar las secuencias didácticas de forma clara y anticiparse a las necesidades formativas específicas del grupo. En este sentido, destaca como gran fortaleza de este proyecto su viabilidad práctica, pues no tiene una complejidad inabordable ni exige recursos extraordinarios. Su implementación

puede llevarse a cabo con los medios habituales disponibles en un centro de Formación Profesional, ya que sus bases son el diseño estratégico de las sesiones, la organización coherente del contenido y el uso razonado de las metodologías activas.

Además, la estructura modular de los Ciclos Formativos, la flexibilidad metodológica que permiten los currículos oficiales y la autonomía docente son factores clave que respaldan la puesta en práctica de la propuesta. También se puede hacer referencia a su coincidencia con las tendencias pedagógicas actuales, centradas en la participación activa del alumno.

Sin embargo, hay que reconocer que existen algunas limitaciones. En primer lugar, al tratarse de una propuesta innovadora y algo alejada del paradigma tradicional de enseñanza en módulos como el de IPE I, no sería extraño que surgiese cierta resistencia a su aceptación, tanto por parte del alumnado como de otros docentes que no compartan el enfoque. Asimismo, la implementación efectiva del modelo requiere altos grados de convicción, dedicación y planificación por parte del docente. Esto supone, irremediablemente, una carga de trabajo más alta, sobre todo en los primeros cursos en los que comience a aplicarse.

Otra posible limitación sería la necesidad de incluir una evaluación continua y rigurosa, para garantizar que los aprendizajes se están produciendo dentro de los niveles esperados. Dado el carácter abierto (y en gran parte subconsciente) del método de aprendizaje propuesto, el diseño y uso de instrumentos de evaluación fiables es un reto que puede llegar a requerir formación específica en el profesorado.

Con todo, una vez llevada a la práctica y evaluada, esta propuesta puede dar lugar a nuevas líneas de trabajo e investigación. Una primera vía natural para su expansión es el desarrollo de materiales didácticos específicos, diseñados según esta lógica metodológica. De igual manera, se pueden plantear programas de formación docente que faciliten su aplicación por parte de otros profesionales del ámbito educativo. Por último, podría convertirse en la base de futuras investigaciones educativas centradas, por ejemplo, en el aprendizaje implícito, el

diseño de modelos sistémicos aplicados a la enseñanza no deportiva y la evaluación de metodologías activas desde una perspectiva holística.

No quisiera concluir sin señalar que la elaboración de este trabajo ha supuesto para mí toda una reflexión académica y profesional. Desde la comprensión de la relevancia de los marcos metodológicos estructurados, hasta la valoración de los aprendizajes duraderos y significativos, el proceso ha sido una ampliación de la visión que tenía acerca de la educación. He podido confirmar que no es suficiente con replicar métodos de moda o lanzar en el aula actividades aisladas, sino que, para enseñar, hay que construir estructuras integradoras y con una lógica sólida.

A lo largo de este trabajo he podido fundamentar la convicción de que enseñar es más que trasladar los contenidos al alumno. Los docentes del siglo XXI debemos ser capaces de aportar contextos orientados, experiencias formativas y espacios donde el conocimiento surja a partir de vivenciar. Haciendo un símil futbolístico: se juega como se entrena. Es decir, los profesionales del futuro solo estarán preparados para ejercer su rol exitosamente si han sido previamente «entrenados» por docentes que les hayan aproximado a las exigencias que se les demandarán.

7. REFERENCIAS

- Blanca, M. I. (2023). *La Formación Profesional en Economía, Empresa y Comercio*. Global Campus Nebrija.
- Cano F.J. & García, N. (2010). Un análisis sociológico de la actividad docente del módulo de FOL. En VV. AA. (Eds.), *La investigación y la enseñanza de la sociología del trabajo: un balance de la situación en España* (pp. 300-311). Germania.
- Consejo Escolar del Estado (2022). *Informe 2022 sobre el estado del sistema educativo. Curso 2020-2021*. Ministerio de Educación y Formación Profesional.
- Cordero del Castillo, P. (2011). La juventud española de principios del siglo XXI. *Humanismo y Trabajo Social*, 10, 103-134. <https://buleria.unileon.es/handle/10612/3268>
- Couto, J. (2018). *La sustentabilidad del Morfociclo Patrón: La "Célula Madre" de la Periodización Táctica*. MCSports.
- Delgado, J., & Méndez, J. (2012). Tactical periodization: Mourinho's bestkept secret. *Soccer NSCAA Journal*, 3, 28-34 https://www.researchgate.net/publication/313774247_Tactical_Periodization_Mourinho's_Best-kept_secret
- Delgado, J., & Méndez, J. (2018). *Tactical Periodization. A proven successful training model*. Soccer Tutor.
- Fernández, E. D. & Simón, N. (2022). Revisión bibliográfica sobre el uso de metodologías activas en la Formación Profesional. *Contextos educativos: revista de educación*, (30), 131-155. <http://doi.org/10.18172/con.5362>
- González, C. & González, N. (2015). Enseñar a transitar desde la Educación Primaria: el proyecto profesional y vital. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 18(2), 29-41. <https://doi.org/10.6018/reifop.18.2.219291>
- Guerrón, M. (2017). *Periodización Táctica-Neuronal 1-4-3-3*. MCSports.
- Ruiz-Aranda, D., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., Pulido, M., & Cabello, R. (2014). El papel de la motivación y la autoeficacia en el rendimiento académico. *Revista de Psicología Educativa*, 20 (1), 19–26.
- Soto-Cid, J., Silva-Gómez, D., Lago-Cancelo, M. I., Gómez-Cantorna, C., Vidal-Tubío, R. A., y Fernández-Vázquez, A. (2015). Análisis de la metodología de aprendizaje colaborativo en la impartición del módulo de Formación y

Título del TFM

Orientación Laboral (FOL). *Innovación Educativa*, 25, 207-2018.
<https://doi.org/10.15304/ie.25.2302>

Tacilla, I., Vásquez, S., Verde, E. E. y Colque, E. (2020) Rendimiento académico: Universo muy complejo para el quehacer académico. *Revista Muro de Investigación*, 5 (2), 53-65. <http://dx.doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1325>

Tamarit, X. (2007). *¿Qué es la Periodización Táctica? Vivenciar el "juego" para condicionar el Juego*. MCSports.

Tamarit, X. (2016). *Periodización Táctica vs Periodización Táctica*. Vitor Frade aclara. LibroFútbol.

Wehbe, C. (2022). *Cooperación y resolución de problemas para la mejora del rendimiento académico en FOL*. [Trabajo de fin de máster, Universidad Europea de Madrid].