

Competencias clave en la Educación Física

Guillermo De Castro Maqueda



Prólogo

La finalidad principal de este documento es ofrecer a los docentes una propuesta de trabajo dentro del área de Educación física que se interrelacione con todos los ámbitos que nos ofrece el currículo, destacando sobremanera las relaciones bidireccionales con la Educación en Valores.

La nuestra se ha denominado por los expertos Sociedad del conocimiento, que llego junto con el cambio de siglo, pero paralelamente al uso de las Nuevas Tecnologías, el uso de Internet o los teléfonos móviles empieza a sonar en foros de sociología y psicología el talón de Aquiles de la misma que no es otro que la Crisis de valores que estamos sufriendo.

Leopoldo Abadía profesor y escritor español conocido por su análisis de la crisis económica actual, al ser preguntado por una mujer en una de sus múltiples conferencias sobre el mundo que íbamos a dejarle a nuestros hijos e hijas contestó lo siguiente “ ...Mis padres fueron un modelo para mí. Se preocuparon mucho por mis cosas, me animaron a estudiar fuera de casa, se esforzaron para que fuera feliz y me exigieron mucho. Pero, ¿qué mundo me dejaron?, pues me dejaron la guerra civil española, la segunda guerra mundial, las dos bombas atómicas, Corea, Vietnam, Los Balcanes, Afganistán, Irak, Internet, la globalización.

...Lo que sí hicieron fue algo que nunca le agradeceré lo bastante: intentar darme una buena formación. Eso es lo que quiero dejar a mis hijos, porque si me pongo a pensar en el futuro me entra la “depre” y, además no les servirá de nada, porque no les ayudaré en lo más mínimo.

A mí me gustaría que mis hijos y los hijos de los demás señores sean gente sana, responsable, de mirada limpia, honrados, no murmuradores, sinceros, leales. Lo que por ahí se llama “buena gente”.

Porque si son buena gente harán un mundo bueno”

De este artículo se extraen las finalidades principales que me he propuesto, este es un libro de guía y ayuda para el docente, que no pretende explicar que va a pasar con los alumnos y alumnas del futuro, tan solo quiere actuar en el presente para que, tal y como dice el artículo la “buena gente” cree un mundo bueno.

Esta finalidad puede ser lo ambiciosa que queramos y esa ambición va a depender de los niveles de integración, y en la mía estos niveles son máximos considerando los valores como elementos cognitivos para el aprendizaje distribuido.

Esta idea surgió de varias inquietudes, una de las principales es la convicción de entender la escuela como uno de los principales agentes de socialización y la segunda es aprovechar la situación privilegiada que tiene nuestra área para todo este tipo de dinámicas. En la mayoría de los casos, en nuestras clases el alumnado se desinhibe, se olvida de factores que lo encorsetan en el trabajo de aula y se presenta tal y como es, por tanto, en esos momentos tenemos a niños y niñas receptivos al 100x100, esponjas ávidas de experimentar cuanto de bueno tiene el compañerismo, la solidaridad, el trabajo en equipo, la tolerancia etc...

Experimento día a día en las aulas, que el docente apuesta por este tipo de situaciones y empiezan a confiar en la sincronización del trabajo de contenidos formales como los juegos tradicionales, la expresión corporal o el conocimiento del cuerpo con otros que están más cerca de formación de personalidades como los que cite anteriormente.

*Las bases legislativas las encontramos en la legislación vigente, **LOMCE**. Ley orgánica de mejora de la calidad educativa (2014) **RD 126/2014**, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, en Andalucía **Decreto 97/2015** de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía (BOJA 13-03-2015). **Orden 17 marzo 2015** por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía (BOJA 27/03/2015)*

A continuación estableceremos un marco teórico de aquellos valores más presentes en nuestro sistema educativo, diseccionándolos, estudiándolos, haciendo hincapié en la viabilidad de su aplicación dentro del marco educativo y las Competencias Básicas de ámbito personal que son las más cercanas a nuestra área.

Macarena Rivero Vila.

TRABAJO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE EN EDUCACIÓN FÍSICA

1-Introducción.

En este documento pretendemos establecer una conexión clara de cómo los valores pueden ser tratados por medio de nuestra área, la Educación Física. Es claro y evidente que nos encontramos en una situación que podría clasificarse de alarmante; continuamente nos asaltan noticias de violencia de género, en las propias aulas entre los propios compañeros o dirigida a profesores/as etc....eso por no hablar de casos ya extremos de parricidios, tiroteos en plena calle etc...

Creemos fervientemente que todos los sectores de la sociedad estamos obligados a actuar en la medida de nuestras posibilidades para intentar frenar este desastre y por supuesto pensamos que los docentes tenemos una situación privilegiada para esto. La idea anterior emana que somos personas que en algunos de los casos pasamos tanto tiempo con el niño/a como sus propios padres, y por ello nos creemos en la necesidad de actuar en este sentido.

Nuestra actuación y dado el cariz que están tomando los tiempos debe de ir más allá de incluir varios temas transversales dentro del currículo, debemos tomarnos muy en serio este tipos de dinámicas y establecer conexiones claras y continuas entre los conocimientos teóricos y los relacionados con las actitudes de socialización, de cooperación, solidaridad, comunicación etc....

La Etapa que nos ocupa, la Etapa de Primaria es la etapa por excelencia para la creación de hábitos, tanto en la alimentación, como en la higiene, y por supuesto en el posterior desarrollo de actitudes sociales que van a definir en este sentido al individuo.

Desde nuestra área, el área de educación Física también debemos potenciar este tipo de dinámicas. La Educación Física supone en la mayoría de los casos un espacio en el que el alumno y la alumna se desinhibe y se presenta tal y como es, sin los

encorsetamientos que puede presentar en otro tipo de áreas, por tanto debemos de aprovechar esta situación privilegiada en la que nos encontramos para intentar paliar las deficiencias que hoy por hoy nos ofrece la sociedad.

Muchas veces nos encontramos compañeros/as que ven imposible la sincronización de contenidos formales como pueden ser los juegos tradicionales, la coordinación, la condición física, con el trabajo de la educación para la convivencia, la educación para la solidaridad etc.... y este es el sentido fundamental del documento, proponer una puesta en práctica donde ambos conceptos se trabajen a la vez, y que consigamos engrasar de tal modo la máquina que uno sin el otro no lleguen a tener sentido.

Como hemos indicado con anterioridad vamos a desarrollar unidades donde se trabajen valores a través de contenidos propios de la educación física como son la CONDICIÓN FÍSICA, LA EXPRESIÓN CORPORAL, LA SALUD, LOS JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES etc....

Tras la presentación de las unidades proponemos una batería de sesiones que por supuesto se corresponden en el contenido de las unidades, para ofrecer un argumento práctico que justifiquen los ejes de esta propuesta. Ofreceremos dos tipos de sesiones, una de corte más convencional con una estructura libre, eso sí, y otra dinámica algo diferente como van a ser las gymkhanas de corte cooperativo.

Por tanto y para terminar el documento estará compuesto por una contextualización del trabajo de los valores por medio de la educación física, donde por supuesto definiremos el concepto de valor y de actitud, veremos cómo están presente los valores dentro del currículo, los temas transversales que este nos ofrece etc... para enmarcar desde un punto de vista teórico el contexto de la propuesta.

En un segundo término ofrecer una batería de Unidades Didácticas donde trabajar con los valores, en la que muchas se corresponden con la Educación Cívica para acabar ofreciendo una serie de sesiones, unas de corte más tradicional y otras con propuestas más innovadoras como pueden ser las gymkhanas.

2- LOS VALORES.

La comprensión de ¿qué son los valores?, ha sido objeto de reflexión y polémica por los más relevantes filósofos hasta la actualidad. El objetivismo y el subjetivismo como corrientes axiológicas son expresión de ello, manifiesto en “si el hombre crea el valor o lo descubre” (Guervilla, 1994; 31). “El valor como el poliedro posee múltiples caras y puede contemplarse desde variados ángulos y visiones, desde una posición metafísica, los valores son objetivos: valen por sí mismos; desde una visión psicológica, los valores son subjetivos: valen si el sujeto dice que valen; y desde el aspecto sociológico, los valores son circunstanciales: valen según el momento histórico y la situación física en que surgen” (Guervilla, 1994, 32). Por supuesto que con ello no se puede concordar, es necesario integrar todas las posiciones científicas en una concepción única y coherente, puesto en cada uno existe una verdad.

Los valores no son pues el resultado de una comprensión y, mucho menos de una información pasiva, ni tampoco de actitudes conducidas sin significación propia para el sujeto. Es algo más complejo y multilateral pues se trata de la relación entre la realidad objetiva y los componentes de la personalidad, lo que se expresa a través de conductas y comportamientos, por lo tanto, sólo se puede educar en valores a través de conocimientos, habilidades de valoración, reflexión en la actividad práctica con un significado asumido. Se trata de alcanzar comportamientos como resultado de aprendizajes conscientes y significativos en lo racional y lo emocional

¿Qué es valor? Para entender este concepto se deben tener claro un conjunto de aspectos que contribuyen a una definición en sentido amplio.

- Los seres humanos establecen relaciones con el medio natural y social en que ellos se desenvuelven.
- A través de su actividad (productiva, intelectual, artística, deportiva...) se ponen en contacto con objetos materiales e ideales (un producto tangible, una cualidad de la personalidad, una concepción, un sentimiento...)

- En este proceso de la actividad humana, en permanente comunicación social, surgen en el ser humano necesidades materiales y espirituales, que al concretarse en objetos materiales y espirituales que las satisfacen, se convierten en valores.
- Los valores se identifican con cualquier objeto material o espiritual (o sea, productos tangibles, cualidades de la personalidad, concepciones, sentimientos...) que al satisfacer una necesidad humana, son interiorizados y aprehendidos a través de su propia experiencia vital, esto da un sentido personal a las significaciones del mundo exterior a él.
- Cada ser humano interioriza aquello que satisface sus necesidades personales y, sobre esta base posee intereses (los intereses son las necesidades hechas conciencia), forma convicciones, precisa sus aspiraciones futuras y llega a analizar las posibilidades que tiene de alcanzarlas: así se manifiestan los valores.
- Dirigen y orientan las acciones humanas de forma consciente y a la vez, como proceso individual, permite diferenciar a unos hombres de otros como entes únicos e irrepetibles. Dos personas pueden realizar una misma actividad y estar impulsados por valores diferentes. De ahí que se afirme que son significados subjetivos que poseen un fuerte componente individual. Por ejemplo: dos estudiantes pueden realizar esfuerzos similares por asimilar los contenidos necesarios para ser un buen profesional, pero uno puede hacerlo porque se siente identificado con la profesión, aprecia su función social y otro porque esa profesión puede darle beneficios económicos, prestigio social y otras ventajas.
- Los valores se forman en el proceso de socialización bajo la influencia de diversos factores (familia, escuela, medios masivos de comunicación, organizaciones políticas, sociales, religiosas, etc.)
- No son inmutables ni absolutos, su contenido puede modificarse por circunstancias cambiantes y pueden expresarse de manera diferente en condiciones concretas también diferentes.
- En la medida en que los seres humanos se socializan y la personalidad se regula de modo consciente, se va estructurando una jerarquía de valores que se va haciendo estable, aunque puede variar en las distintas etapas de desarrollo y situaciones concretas.
- Son significaciones sociales que poseen las cosas, las personas, etc. Dicha significación se refiere al grado en que se expresa el progreso y el

redimensionamiento humano en cada momento histórico o circunstancia particular.

- Son cualidades reales externas e internas al sujeto. “No es un objeto, ni una persona, sino que está en ellas”. (Xavier Zubiri)
- No sólo son cualidades reales externas e internas que expresan las cosas, personas, fenómenos, etc., sino que también componen la estructura de la personalidad, en tanto, que permiten captar esos significados reales a través de la capacidad de los sentidos en su actividad de valoración o estimación, que permiten asumirlos o no, es decir funcionan a su vez como filtros en el proceso de socialización, incidiendo así en la función reguladora de la conducta y por tanto en las actitudes hacia el mundo circundante, actitudes que están dirigidas e intencionadas por motivaciones e intereses, y que expresa una correspondencia entre lo que se piensa, lo que se dice y lo que se hace en el plano individual, y que posee una correspondencia con la sociedad.
- Al ser la personalidad un sistema de formaciones psicológicas, el valor puede manifestarse en toda su estructura: el carácter, las convicciones, las capacidades, etc., pues se manifiesta en la actuación humana.
- “Son guías y principios de conducta que dan sentido a la vida hacia la autorrealización, el progreso y el redimensionamiento humano” (García, 1996).

Por lo tanto, una definición en sentido estricto de los valores sería:

Se identifican:

- Con lo material o espiritual (cosas, hechos, personas, sentimientos y relaciones).
- Con cualidades reales externas e internas al sujeto, de significación social. Dicha significación se refiere al grado en que se expresa el redimensionamiento humano.
- Con cualidades de los componentes de la estructura de la personalidad, en tanto permiten captar los significados a través de la capacidad de los sentidos en la actividad humana.

Se manifiestan:

- A través de la actividad humana, la que permite interiorizar de la realidad aquellas cualidades que satisfacen necesidades e intereses individuales y sociales.

- En guías y principios de conducta que dan sentido a la vida hacia la autorrealización, el progreso y el redimensionamiento humano.

Se estructuran:

- Por las circunstancias cambiantes de la realidad, por lo que puede su contenido expresarse de manera diferente en condiciones concretas.
- Se jerarquizan en dependencia del desarrollo de la personalidad y del desarrollo social del contexto.

La relación entre valor y valoración

En cuanto a la relación entre valor y valoración, la valoración se ejecuta a través de los valores que posee el sujeto, y es la acción más directa en que éstos se manifiestan; ello se expresa al valorar cada objeto, suceso, idea y conducta. “La valoración conforma el propio sistema subjetivo de valores”. (Fabelo, 1996). Sólo se valora mediante los valores propios, es decir a través de contenidos valorativos, que se expresan en un constante proceso de valoración.

¿Qué debemos entonces desarrollar en la educación, los valores o la capacidad valorativa? ¿Es posible enseñar a valorar sin hacerlo? Es evidente que a la educación en valores la acompañan los valores y la valoración, ya que para valorar se requiere significados de valor que permitan saber apreciar dicho valor, caracterizar el objeto de valoración, establecer los criterios de valoración, comparar el objeto con los juicios de valor establecidos, refutar y criticar.

3- LAS COMPETENCIAS CLAVE DE ÁMBITO PERSONAL.

Por Competencias Clave (a partir de ahora CC) entendemos el “ Conjunto de destrezas, conocimientos y actitudes adecuadas al contexto, que todo el alumnado que cursa esta etapa debería alcanzar para su realización y desarrollo personal, así como una ciudadanía activa y la integración social” (D97/2015).

Las características principales de las CC pasan por:

CARÁCTER HOLÍSTICO E INTEGRADO. Conocimientos, capacidades, actitudes valores y emociones no pueden entenderse de manera separada.

CARÁCTER CONTEXTUAL. Las competencias se concretan y desarrollan vinculadas a los diferentes contextos de acción.

DIMENSIÓN ÉTICA. Las competencias se nutren de las actitudes, valores y compromisos que los sujetos van adoptando a la largo de la vida.

CARÁCTER CREATIVO DE LA TRANSFERENCIA. La transferencia debe entenderse como un proceso de adaptación creativa en cada contexto

CARÁCTER REFLEXIVO. Las competencias clave suponen un proceso permanente de reflexión para armonizar las intenciones con las posibilidades de cada contexto.

CARÁCTER EVOLUTIVO. Se desarrollan, perfeccionan, amplían, o se deterioran y restringen a lo largo de la vida.

PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS QUE SUBYACEN AL ENFOQUE BASADO EN LAS COMPETENCIAS

- La pretensión central del dispositivo escolar no es transmitir informaciones y conocimientos, sino provocar el desarrollo de competencias clave.

- El objetivo de los procesos de enseñanza no ha de ser que los alumnos/as aprendan las disciplinas, sino que reconstruyan sus modelos mentales vulgares, sus esquemas de pensamiento.

- Provocar aprendizaje relevante de las competencias clave requiere implicar activamente al estudiante en procesos de búsqueda, estudio, experimentación, reflexión, aplicación y comunicación del conocimiento.

- El desarrollo de las competencias fundamentales requiere focalizar en las situaciones reales y proponer actividades auténticas. Vincular el conocimiento a los problemas importantes de la vida cotidiana.

- La organización espacial y temporal de los contextos escolares ha de contemplar la flexibilidad y creatividad requerida por la naturaleza de las tareas auténticas y por las exigencias de vinculación con el entorno social.

- Aprender en situaciones de incertidumbre y en procesos permanentes de cambio es una condición para el desarrollo de competencias básicas y para aprender a aprender.

- La estrategia didáctica más relevante se concreta en la preparación de entornos de aprendizaje caracterizados por el intercambio y vivencia de la cultura más viva y elaborada.
- El aprendizaje relevante requiere estimular la metacognición de cada estudiante, su capacidad para comprender y gobernar su propio y singular proceso de aprender y de aprender a aprender.
- La cooperación entre iguales es una estrategia didáctica de primer orden. La cooperación incluye el diálogo, el debate y la discrepancia, el respeto a las diferencias, saber escuchar, enriquecerse con las aportaciones ajenas y tener la generosidad suficiente para ofrecer lo mejor de sí mismo.
- El desarrollo de las competencias requiere proporcionar un entorno seguro y cálido en el que el aprendiz se sienta libre y confiado para probar, equivocarse, realimentar, y volver a probar.
- La evaluación educativa del rendimiento de los alumnos ha de entenderse básicamente como evaluación formativa, para facilitar el desarrollo en cada individuo de sus competencias de comprensión y actuación.
- La función del docente para el desarrollo de competencias puede concebirse como la tutorización del aprendizaje de los estudiantes, lo que implica diseñar, planificar, organizar, estimular, acompañar, evaluar y reconducir sus procesos de aprendizaje.

1. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER. CONTRIBUCIÓN DE LAS DIFERENTES ÁREAS AL DESARROLLO DE LA MISMA.

Una vez establecido el marco teórico en cuanto a definición características y principios en este apartado, desgranaremos la competencia aprender a aprender en sí, estableciendo en un segundo término cómo las áreas de EP contribuyen a u desarrollo.

1.1 Competencia aprender a aprender.

¿Qué es aprender a aprender?

La LOMCE recoge las propuestas de la Unión Europea y propone entre las siete competencias clave la de aprender a aprender, que en cierto sentido subyace a todas las otras. La Comisión Europea define esta competencia como “la capacidad para proseguir y persistir en el aprendizaje, organizar el propio aprendizaje, lo que conlleva realizar un

control eficaz del tiempo y la información, individual y grupalmente. Esta competencia incluye la conciencia de las necesidades y procesos del propio aprendizaje, la identificación de las oportunidades disponibles, la habilidad para superar los obstáculos con el fin de aprender con éxito. Incluye obtener, procesar y asimilar nuevos conocimientos y habilidades así como la búsqueda y utilización de una guía.

Aprender a aprender significa que los estudiantes se comprometan a construir su conocimiento a partir de sus aprendizajes y experiencias vitales anteriores con el fin reutilizar y aplicar el conocimiento y las habilidades en una variedad de contextos: en casa, en el trabajo, en la educación y la instrucción. En la competencia de la persona son cruciales la motivación y la confianza.”

La competencia de Aprender a aprender, como todas las demás, por otra parte, implica desarrollar aspectos tanto cognitivos como emocionales. Desde luego, supone adquirir determinadas competencias metacognitivas, es decir, capacidades que permiten al estudiante conocer y regular sus propios procesos de aprendizaje. Pero, de nada sirve conocerse como aprendiz si lo que “vemos” al analizarnos nos desagrada y nos lleva por tanto a considerarnos poco capaces. La autoestima, la capacidad de aceptar el rechazo que provoca el error, la tensión que implica mantener el esfuerzo...son algunas de las dimensiones de aprender a aprender que con mayor claridad revelan su naturaleza emocional.

Destacar esta doble dimensión tiene como objetivo principal enfatizar que los docentes debemos trabajar ambas. No se trata por tanto de enseñar únicamente determinados recursos que ayudan a planificar y desarrollar una tarea estratégicamente, sino de acompañar al alumno desde el inicio de su escolaridad en un largo proceso que le permita conocerse como aprendiz, aceptarse y aprender a mejorar. Enseñar a aprender a aprender significa conseguir que los alumnos y alumnas experimenten a lo largo de su escolaridad el placer que produce entender algo que antes no comprendíamos, resolver un problema que se nos resistía, sentirnos capaces en último término.

Enseñar a aprender a aprender puede y debe hacerse desde la Educación Infantil. El énfasis en las características conscientes del proceso de aprender a aprender ha podido llevar a la idea de que esta disposición sólo puede recomendarse y conseguirse a partir de determinado momento en el desarrollo. Sin embargo, esta suposición es errónea. En los primeros niveles podemos comenzar ya a instaurar el hábito de interrogarse por cuáles son los objetivos, qué pasos hay que dar, lo hemos hecho bien o mal, qué otra cosa podemos hacer, qué nos gusta más de aprender y qué nos resulta más difícil. Esto siempre

recordando que la acción es lo esencial en estas edades y que demandas excesivas de explicitación pueden resultar tediosas y prematuras. Investigaciones y experiencias de aula con preescolares (Lacasa y Herranz, 1995; Real y Tena, 2005) han constatado que niños y niñas de estas edades pueden llevar a cabo actuaciones estratégicas en situaciones de aprendizaje cooperativo. Por supuesto, la índole de las tareas o el apoyo de los adultos se transformarán en cada etapa escolar pero el hábito de aprender a aprender se construye desde el comienzo de la escolaridad.

No se puede enseñar a aprender a aprender al margen de los contenidos de las áreas del currículum. Aprender a aprender necesita de cada área para su desarrollo. Por tanto, no abogamos por la introducción de programas generales sobre razonar, observar o recordar. La utilización de algunos de ellos, como el Programa de Enriquecimiento Instrumental de Feuerstein o el Proyecto Inteligencia de la Universidad de Harvard, cuenta ya con cierta tradición en nuestro medio educativo. Aunque pensamos que estos programas, como otros relacionados, por ejemplo, con la enseñanza de las habilidades del método científico, pueden ponerse al servicio de aprender a aprender, no comparten los mismos objetivos y, lo que es fundamental, alcanzar la transferencia de las habilidades incluidas en aprender a aprender supone que éstas formen ineludiblemente parte de las áreas curriculares de Educación Infantil, Primaria o Secundaria.

¿Cómo se enseña a aprender a aprender?

En el apartado anterior ya se ha contestado en parte a esta pregunta: se enseña desde el inicio de la escolaridad y es responsabilidad de todos los docentes y del conjunto de las áreas curriculares. Queríamos ahora referirnos sucintamente a algunos principios metodológicos especialmente relevantes para este ámbito del conocimiento. El primero de ellos se refiere a la importancia que tiene explorar las concepciones que estudiantes y docentes tienen sobre el aprendizaje. En concreto, las creencias sobre la inteligencia pueden influir específicamente en el proceso de aprender a aprender a través de tres ideas concretas: qué piensan los estudiantes que significa ser inteligente, sus creencias sobre el carácter estable o modificable de la inteligencia y sus teorías sobre el origen de las diferencias individuales. Con demasiada frecuencia encontramos que los propios docentes tienen una representación demasiado simplista de lo que significa ser inteligente y aprender. Una concepción en la que el aprendizaje se entiende como una copia de la realidad y el papel del aprendiz depende de rasgos que no es fácil modificar. La influencia

de estas concepciones sobre la práctica docente es muy importante y los estudiantes a su vez van construyendo su forma de entender el aprendizaje a partir de las prácticas educativas en la que se ven insertos. Por lo tanto, ayudar al profesorado a que enseñe a aprender a aprender implica ante todo ayudarlo a tomar conciencia de lo que piensa y a modificar sus concepciones si es que están son excesivamente simples. Asimismo, supone hablar explícitamente en clase con los alumnos sobre lo que es aprender y discutir lo que ellos y ellas piensan.

Un segundo principio metodológico implica enseñar al alumnado a regular sus propios procesos de aprendizaje. Es decir a planificar, supervisar y evaluar su comportamiento cuando se enfrentan a cualquier tarea escolar. Antes de comenzar con la planificación, nuestros estudiantes deben preguntarse por los objetivos de esa tarea.

Aunque parezca trivial, preguntarse dónde se quiere llegar, no siempre es un hábito consolidado en los estudiantes y, sin embargo, es condición indispensable para avanzar de forma reflexiva en los siguientes pasos del proceso. De otra forma, cómo planificamos o cómo sabemos si nuestros resultados son los correctos. Los docentes debemos hacer explícitas las metas sabiendo que, a pesar de esta declaración, no siempre se comprenden bien. Por otro lado, no sólo debe dejarse claro dónde hay que llegar sino también los criterios de calidad, lo que tendremos en cuenta para juzgar si la tarea está o no bien resuelta.

Mientras se realiza la actividad, hay que enseñar a los alumnos a centrar la atención fundamentalmente en saber si el camino emprendido se adapta a los objetivos establecidos anteriormente y cómo podemos actuar en caso contrario. Finalmente es preciso supervisar los resultados. Este aspecto no sólo tiene como objetivo mejorar el resultado específico logrado sino también, y especialmente, revisar el proceso de aprender. Aunque parezca trivial, la primera pregunta que debemos hacernos es si la tarea está concluida y, para ello, debemos traer a la mente los objetivos que nos marcamos y lo que sabemos son los criterios de logro. Esta comprobación significa además verificar si nuestras respuestas son plausibles. Supone asimismo analizar si hemos sido eficaces al resolver el problema o hubiera sido mejor hacerlo de otra manera y, muy importante, reflexionar sobre lo que hemos aprendido.

Enseñar a aprender a aprender se apoya en tercer lugar en ayudar a los alumnos a que realicen atribuciones adecuadas de sus éxitos o fracasos, para prestar atención a la dimensión emocional a la que se hizo referencia en el apartado anterior. Hay que ayudar a que los estudiantes atribuyan los resultados de su proceso de aprendizaje a causas que

están bajo su control y que son modificables. Si alguien piensa que no tiene capacidad o que “se le da mal” una asignatura, difícilmente se va a poner a la tarea de aprender ni va a mantener el esfuerzo que ello implica. Sin embargo, si acepta que el resultado se debe al tiempo que ha estudiado o a la manera en la que lo ha hecho, el problema tiene solución; exige trabajo y disciplina, pero puede resolverse. Estos estilos atribucionales se construyen, uno no nace con ellos y los docentes tenemos mucha influencia en ellos.

El cuarto recurso metodológico al que queríamos hacer referencia es la escritura epistémica. Son muchos los estudios que ponen de manifiesto la gran capacidad del lenguaje para hacer explícitas ideas y conocimientos que tenemos pero que no sabemos que tenemos o que se “aclaran” al expresarlas (Olson, 1998, Vygostki, 1977, 1979). Es muy habitual la experiencia de querer comunicar una idea y acabar diciendo “no sé cómo decirlo”. Esta dificultad es interpretada por estos autores como una manifestación del costoso proceso de hacer explícito lo que está implícito. El lenguaje cumple una función de andamiaje del pensamiento. Al verbalizar lo que vamos pensando, se ordenan las ideas porque se toma conciencia de ellas.

Este papel del lenguaje oral se ve potenciado cuando se utiliza la escritura. El texto escrito tiene una serie de características que favorecen su función de apoyo al razonamiento y en este caso al aprendizaje. La primera de ellas se refiere a la mayor exigencia de precisión y rigor en los términos que se utilizan, lo que obliga a definir mejor lo que quiere comunicarse exactamente. Por otra parte, la distancia tanto temporal como espacial del autor y el lector exige que el primero haga explícitos en el texto todas las claves que pueden ayudar al lector a interpretar la información de acuerdo con la intención de quien lo ha escrito. Esto implica entre otras cosas especificar lo más posible la relación entre las ideas que se expresan. Como es bien sabido un aprendizaje es más significativo cuantas más ricas son las relaciones entre los distintos conocimientos. Por tanto, reflexionar sobre las conexiones entre distintos aspectos del contenido sobre el que se esté escribiendo debería permitir profundizar en el aprendizaje.

Por otra parte, cuando uno escribe tiene que representarse las características de la “audiencia”. Lo que esa persona ya sabe y no hace falta por tanto explicarle, lo que puede resultarle más importante, lo que le gusta, lo que le interesa...en último término, los principales rasgos de la mente del lector. Escribir implica desde esta perspectiva importantes capacidades mentalistas, propias de los procesos metacognitivos.

Finalmente, el texto escrito se elabora con un tiempo más pausado que el lenguaje oral, lo que permite, si bien no asegura, mayor planificación y sobre todo la posibilidad de

revisar lo escrito durante el proceso y al finalizarlo. La mayor serenidad de la escritura es también especialmente propicia para la regulación emocional. No es sencillo tomar conciencia de los sentimientos, por otra parte hacerlo no asegura controlarlos, pero ayuda en gran medida, como hemos venido comentando.

La prioridad debería centrarse por tanto en que los equipos docentes acordaran realizar en todas las materias y a lo largo de todos los cursos resúmenes, mapas conceptuales, síntesis, comentarios de texto, reflexiones sobre el aprendizaje, en síntesis tareas de lectura y escritura reflexiva Camps, 1990; Cassany, 1997; Monereo y Castelló 1997; Sánchez, 1998; Solé, 1992).

El trabajo colaborativo constituye asimismo uno de los pilares de aprender a aprender. Trabajar con otros ayuda a tomar conciencia de los propios procesos cognitivos y emocionales. , al trabajar con los otros, debemos ponernos de acuerdo en los objetivos y, por tanto, pensar sobre ellos; debemos acordar cómo avanzar, pensar sobre las estrategias y pasos; debemos detectar errores propios y ajenos, y dar explicaciones de por qué lo consideramos un error; debemos llegar a una solución compartida, y explicar por qué ésta es la solución correcta. En resumen, el aprendizaje en colaboración no puede darse sin leer nuestra mente, leer la de los demás y buscar las vías de comunicación entre ambas. Nos conduce a explicarnos frente a nosotros mismos y los demás, a controlar y a inhibir nuestras respuestas y a ser flexibles para adaptarnos a la situación y al grupo.

Finalmente, para ayudar a los alumnos y alumnas a aprender a aprender es preciso que los docentes evaluemos de acuerdo a los principios de la evaluación formadora Coll, Martín y Onrubia, 2001, Nunziati, 1990, Sanmarti, 2007, Jorba y Sanmarti, 2005). Se trata de evaluar de tal manera que el proceso, además de servir al profesor para regular la enseñanza, le permita al alumno autorregular su aprendizaje.

Para ello, el estudiante debe ser capaz de identificar cuándo aprende y cuándo no y sobre todo qué de lo que hace es lo que le ayuda a aprender. La autoevaluación y la coevaluación son procedimientos útiles para poner en marcha la evaluación formadora.

Aprender a evaluarse a uno mismo no es tarea fácil y necesita ejercitarse para llegar a formar parte del repertorio de capacidades consolidadas del alumno. Por ello es importante que sea una práctica que se utilice desde los primeros años.

4.2 Contribución de las áreas de EP al desarrollo de la misma.

Ciencias Naturales y Ciencias Sociales:

Técnicas para aprender, organizar, memorizar y recuperar la información (resúmenes, esquemas o mapas mentales)

Reflexión sobre el propio aprendizaje y comunicación del mismo, oralmente y por escrito.

Educación artística:

Reflexión sobre los procesos en la manipulación de objetos y la experimentación con técnicas y materiales.

Exploración sensorial de sonidos, texturas, formas o espacios.

Utilización y aplicación de los conocimientos adquiridos.

Técnicas para trabajar la observación con el objeto de que este ejercicio proporcione información relevante y suficiente.

Educación Física:

Conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje motor.

Establecimiento de metas alcanzables para generar autoconfianza.

Adquisición de recursos de cooperación a través de actividades físicas colectivas.

Lengua Castellana y Literatura:

Estímulo de las habilidades sociales, del trabajo en equipo y la participación.

Uso sistemático de la argumentación, que requiere el desarrollo de un pensamiento crítico propio.

Síntesis de las ideas propias y ajenas, presentación razonada de criterios y confrontación ordenada y crítica de conocimiento, información y opinión como base de aprendizajes posteriores.

Lengua Extranjera:

Reflexión sobre el propio aprendizaje.

Identificación de las mejores y más eficaces estrategias de aprendizaje.

Matemáticas:

Uso las herramientas matemáticas básicas como herramienta para nuevos aprendizajes.

Incidencia en la autonomía, la perseverancia y el esfuerzo para abordar situaciones de aprendizaje.

Creciente complejidad, la sistematización, la mirada crítica y la habilidad para interactuar, comunicando con eficacia procesos y resultados del propio trabajo, analizando y comparando con otros posibles.

Reflexión sobre los aprendizajes y comunicación de los mismos

1. COMPETENCIA EN AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL. CONTRIBUCIÓN DE LAS DIFERENTES ÁREAS DE LA EP AL DESARROLLO DE LA MISMA.

Otra de las competencias referidas al ámbito personal es la de Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor, que como hemos visto en el apartado anterior va ligada a la de aprender a aprender ya que una es complementaria de la otra, de forma que si conseguimos que los discentes aprendan a aprender desarrollaremos en ellos y ellas una autonomía que les permitan tener iniciativas personales. Veremos a continuación cómo esta competencia presente en la EP así como la contribución de las áreas de EP al desarrollo de la misma.

1.1.Sentido iniciativa y espíritu emprendedor.

“Esta competencia se refiere, por una parte, a la adquisición de la conciencia y aplicación de un conjunto de valores y actitudes personales interrelacionadas, como la responsabilidad, la perseverancia, el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la creatividad, la autocrítica, el control emocional, la capacidad de elegir, de calcular riesgos y de afrontar los problemas, así como la capacidad de demorar la necesidad de satisfacción inmediata, de aprender de los errores y de asumir riesgos. Por otra parte, remite a la capacidad de elegir con criterio propio, de imaginar proyectos, y de llevar adelante las acciones necesarias para desarrollar las opciones y planes personales -en el marco de proyectos individuales o colectivos responsabilizándose de ellos, tanto en el ámbito personal, como social y laboral...”

Del libro “Competencia en autonomía e iniciativa personal“. Josep M^a Puig y Xus Martín , publicado por Alianza Editorial, dentro de la colección “Competencias básicas en educación”, se extraen seis claves pedagógicas para esta competencia a diferentes niveles, aunque estemos hablando en este caso de una competencia actual:

- a) Autogobierno escolar. Abrir el centro a la participación en espacios como la convivencia, el trabajo y la vida del centro, por medio de asambleas semanales, consejo de delegados, comisiones de mediación, elaboración de normas consensuadas, trabajo cooperativo...
- b) Aprendizaje cooperativo y tutoría entre iguales como estrategias de aprendizaje
- c) Reflexión personal del alumnado sobre si mismo con actividades

del tipo:

* Escribir su biografía

* Actividades de autorregulación de su aprendizaje, autoevaluación, que supongan retos alcanzables para trabajar la autoestima y motivación personal, identidad personal...

* Técnicas de clarificación de valores (frases inacabadas, ejercicios expresivos, diarios, revisiones por escrito, entrevistas, escribir sobre personas que se admiran, como nos vemos dentro de x años...)

d) Trabajo por proyectos donde se aprende a ver la complejidad, gestionar la información, ensayo-error, elaborar la información, comunicarla, evaluar.

e) Deliberaciones morales sobre dilemas o aprovechando situaciones cotidianas de aula que den lugar al diálogo. Ejercicios de comprensión crítica de textos, imágenes, literatura, cine, noticias...

f) Aprendizaje-servicio. Propuesta educativa que combina el aprendizaje y el servicio a la comunidad. Ejemplos: recuperación de la memoria histórica de una población mediante entrevistas a mayores, diseñar páginas web para O.N.G.S., dinamizar una campaña de donación de sangre en el barrio, impartir clases particulares de repaso a alumnado de otros cursos inferiores, ofrecer representaciones teatrales gratuitas, participar en campañas como Agenda 21.

¿Cuáles son las dificultades que se pueden encontrar en el aula al aplicar las competencias en Sentido iniciativa y espíritu emprendedor?.

Las dificultades suelen venir derivadas de tres campos:

1.- El desarrollo curricular. La forma como el centro organiza los contenidos determina que se trabaje la Competencia en AIP. Si el alumnado nunca tiene la ocasión de planificar, realizar y evaluar proyectos propios difícilmente se adquirirá esta competencia. También la forma como se evalúa. Si se evalúa para calificar los alumnos no desarrollan su autonomía para aprender. Si se evalúa para regular adquieren conciencia de sus puntos fuertes y débiles.

2. El desarrollo organizativo. La forma como se toman las decisiones en el aula, el nivel de protagonismo del pensamiento de los alumnos en el proceso de aprendizaje. La flexibilidad en la organización horaria y temporal.

3. La formación docente. Difícilmente se adquirirá la Competencia sentido iniciativa y espíritu emprendedor si los profesores no son competentes (en planificar, trabajar en equipo, autoevaluación...)

4. UDD DE EJEMPLIFICACIÓN

<p>Ciclo: 3° Nivel: 2° Trimestre: 1°</p>	<p>Título: ¿QUÉ HAY DE NUEVO AMIGOS! N° de sesiones:6</p>
<p>JUSTIFICACIÓN</p>	<p>Aunque los alumnos y alumnas con los que voy a trabajar pertenecen a un tercer ciclo de la Educación Primaria, y ya se conocen todos puesto que no hay ninguna incorporación durante el presente curso, creo importante empezar todos los niveles con este tipo de unidades. La idea de esta unidad en este ciclo se trata sobre todo de volver a conectar a los alumnos y alumnas con la Educación Física después del período vacacional, por lo tanto se trata fundamentalmente de repasar normas, dinámicas etc.... además de llevar a cabo la evaluación inicial, dar la ficha de salud y presentar los contenidos que vamos a trabajar conectándolo con sus intereses. Mi justificación gira en torno a cuatro ejes fundamentales como son:</p> <p>1- Recordar al alumno y alumna como se lleva a cabo la dinámica general de la clase: aspectos tan livianos como donde deben esperar al profesor, crear los grupos de recogida del material, donde se deben colocar para las explicaciones etc.... Son claves para un buen desarrollo de las sesiones durante todo el curso y conviene recordarlo todo al principio.</p> <p>2- Desinhibir a los alumnos y alumnas y afianzar las relaciones afectivas que había entre ellos: Este factor gira en torno a la vergüenza para con algún tipo de actividades que los alumnos puedan presentar después del verano. Es decir, la falta de actividades cooperativas, reexpresión corporal, el hablar delante del grupo etc.... no se han realizado en la mayoría de los alumnos y alumnas durante casi tres meses, por tanto a algunos les puede dar un poco de corte empezar de nuevo, para esto es también un valor fundamental que nos va a servir durante todo el curso.</p> <p>Al igual que con las actividades se ha perdido la confianza, con algunos compañeros también sobre todo en los primeros días de clase, no olvidemos que es una época para ellos de muchos cambios y algunos bastante drástico por lo que algunos se encontraran con personas casi desconocidas para ellos a la vuelta de las vacaciones estivales. Tenemos que activar esos lazos de amistad porque como dice el dicho “el roce hace el cariño”.</p> <p>3- Presentar los contenidos del curso: Mediante esta unidad vamos a realizar la presentación de todos los contenidos que vamos a desarrollar a lo largo del curso. Lo haremos a través de la gymkhana ya que cada prueba de esta corresponde con uno de los anteriores. De esta forma podremos saber cuáles les parecen más interesantes, cuales les motivan más y también cuál es su nivel de aptitud motriz para con ellas.</p> <p>Al hilo de todo lo anterior, todas las actividades que se desarrollen en la Unidad seguirán un hilo conductor, el de los juegos cooperativos. Éstos son propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Se pretende facilitar el</p>

	<p>acercamiento con los otros, busca la participación de todos, predominando los objetivos colectivos sobre las metas individuales; juegan para superar desafíos u obstáculos y no para superar a otros. Creo importantísimo involucrar a los alumnos y alumnas en un proceso de socialización en el que se les enseñe a valorar comportamientos constructivos.</p> <p>Por supuesto con todo esto y como dije en la introducción estableceré el trabajo de la Educación para la ciudadanía.</p>
<p>VINCULACIÓN CON LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y...</p>	
<p>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</p>	<p>Al finalizar la UD los alumnos deben ser capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concienciar de lo positivo que tiene la labor de equipo. - Comportarse de forma correcta y equilibrada en juegos que precisen la colaboración de todos. - Aceptar el nivel de destreza propio y el de los demás. - Adoptar medidas y normas de seguridad, en cuanto a la utilización de material, instalaciones y espacios de juegos y actividades físicas. - Reconocer como está el otro, sus preocupaciones, sus expectativas, sus necesidades su realidad y valorar la empatía y desarrollar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad. - Participar en las actividades de grupo con un comportamiento constructivo, responsable y solidario y valorar las aportaciones propias y ajenas. - Recordar cuáles son las instalaciones del centro destinadas a la Educación Física - Explorar las posibilidades de acción de los materiales y recordar cuales son las instalaciones destinadas a la E.F a través de entornos de motivación como las gymkhanas cooperativas. - Concienciar de la importancia de los materiales para el desarrollo de los juegos y actividades que se realizarán en Educación Física, así como la indumentaria y elementos a incorporar en la bolsa de aseo. - Promover la reflexión, el análisis, el debate y la investigación sobre la Cultura de Paz y de No violencia. - Presentar los contenidos del curso a través de contextos motivantes como las gymkhanas cooperativas.

	<p>Conceptos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocimiento de una ciudadanía democrática. - Medidas y normas de seguridad. Prevención de accidentes. - Concienciación de lo positivo que tiene la labor de equipo. - Reconocimiento y comprensión del juego como fenómeno social y cultural. - Cultura de Paz y No violencia. - Derechos y deberes. 		
CONTENIDOS	<p>Procedimientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adopción de medidas y normas de seguridad en cuanto a la utilización del material, instalaciones y espacios de realización de los juegos y actividades físicas. - Práctica de hábitos de limpieza y aseo corporal. - Realización de juegos que impliquen la interacción con los materiales e instalaciones del centro. - Prevención de la violencia. - Creación de una Carta de Derechos Escolares. - Elaboración y entrega de la ficha de salud. - Ejecución de tareas motrices, relacionadas con los contenidos del curso, que impliquen las capacidades y dinámicas como la gymkhana cooperativa. - Exploración de capacidades respecto a los contenidos del curso a través de juegos. 		
	<p>Actitudes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respeto a las diferencias ajenas. - Adopción de un comportamiento correcto y equilibrado. - Desarrollo de la afectividad. - Anteposición del placer de jugar al de ganar. - Aceptación del nivel de destreza propio y el de los demás. 		
RELACION CON...	<p>Otras Áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Área del conocimiento del medio social, natural y cultural: El estudio de los deberes y derechos de los ciudadanos amparados por nuestra Constitución es un contenido muy ligado a esta área. - Educación artística: La realización de materiales para el mural final de deberes y derechos de los alumnos así como la culminación de otros materiales que utilizaremos en el desarrollo de las sesiones hacen que las conexiones con esta área sean continuas. - Lengua castellana y literatura: La expresión oral que deberán utilizar los alumnos para el debate, la negociación y los cuentos en blanco fundamentan la conexión. Además de la incorporación de 	Otras Unidades:	<p>Temas Transversales:</p> <p>Educación moral y cívica: mantiene contenidos y valores comunes con la nombrada Educación para la ciudadanía, va a estar presente tanto en esta como en todas las unidades de nuestro primer trimestre ya que la he considerado como mi centro de interés, esto es, como el panel de fondo en torno al cual van a girar mis propuestas. Es muy importante concienciar a los alumnos de que debemos ser capaces de vivir en sociedad como dijo Aristóteles el ser humano es sobre todo un ser social aunque muchos se empeñen en desmentirlo dado el cariz que están tomando los tiempos. El estudio y la vivencia de cómo conseguir los derechos que hoy día nos amparan, el conocimiento de nuestros deberes, la participación en actividades que requieran consenso etc.... van a ser lazos inequívocos de que en esta unidad este contenido transversal va a estar muy presente. A nivel más práctico queda absolutamente demostrado con la realización de nuestra Carta de Deberes y Derechos Escolares.</p>

	<p>vocabulario de la paz, conceptos de no violencia, etc....</p> <p>- Área de Matemáticas: En los juegos situaciones de agrupamientos, dispersiones, trayectorias y sistemas de tanteos hacen que sin la ayuda de esta área de conocimiento el desarrollo de esta unidad sea mucho más arduo.</p>	<p>Educación para la paz: también está muy presente, como hemos visto en los objetivos y en los contenidos y como veremos en las actividades. Recuerdo que mi centro está inmerso en el proyecto La escuela: Espacio de paz y muchas de las actividades de las sesiones girarán en este sentido.</p> <p>Mediante la Educación Física debemos potenciar la resolución de conflictos utilizando el diálogo y el consenso, respetar a los demás valorar sus opiniones y aceptarlas, nos darán como resultado la creación de individuos críticos capaces de decidir por ellos mismos.</p> <p>-Educación intercultural: El respeto del que hablamos y aceptación del otro también conlleva la no discriminación por motivo de raza, religión, lengua o simplemente por provenir de extranjero. En nuestro grupo no tenemos ningún caso de inmigración pero si existen dentro del centro, y mediante la realización de actividades de integración ayudaremos a que estos se sientan mejor.</p> <p>Educación para la salud: En esta Unidad voy a hacer hincapié en el aseo corporal, creo importantísimo que el alumno adopte hábitos de aseo después de realizar ejercicio y para ello le propondremos que traigan una muda de casa y un neceser para cuando acaben las clases.</p> <p>Educación del consumidor: La importancia que actualmente está adquiriendo este tema es tal que en la medida de lo posible todos los docentes debemos de introducir pinceladas en torno a este tema. Muchas veces vivimos a un nivel muy superior a nuestras posibilidades por miedo al rechazo, o a la vergüenza que supone no ir vestido de marca. En esta unidad lo trabajaremos realizando nosotros muchos de los materiales con los que vamos a trabajar, para inculcar a los alumnos que hay cosas que compramos que las podemos hacer nosotros mismos y guardar ese dinero para otras cosas más importantes.</p>
<p>RECURSOS MATERIALES Y DIDÁCTICOS</p>		
<p>ACTIVIDADES DE E/A</p>	<p>De iniciación, de desarrollo, de refuerzo, de ampliación, de evaluación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - De introducción: sirven para averiguar las ideas previas y motivaciones de los alumnos/as sobre el contenido en cuestión. - De desarrollo: El alumno/a se pone en contacto con los contenidos, con las tareas con los juegos y actividades. 	

- De consolidación: sirven para afianzar los aprendizajes asimilados.
- De refuerzo: para aquellos alumnos con dificultades y que no han asimilado suficientemente los contenidos.
- De ampliación: permiten seguir construyendo conocimientos a los alumnos que no han asimilado los contenidos de manera satisfactoria.
- De evaluación: son actividades para evaluar los aprendizajes logrados en un momento concreto. Puede llevarse a cabo en conocimientos previos (evaluación inicial), y sobre los aprendizajes adquiridos (evaluación formativa y final).

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:

En cuanto a la metodología destacar que esta es definida como los procedimientos para alcanzar determinados objetivos. Los caminos para conseguirlos no son únicos e invariables por tanto se proponen orientaciones metodológicas diferentes. Aunque no existe una metodología considerada como la ideal, como ya dije en mi programación utilizaré en esta y en todas mis unidades didácticas, una metodología activa, considerando al alumnos como un sujeto activo, que actúa, que participa, que experimenta ya que la considero como la más adecuada para este proceso; ya lo apuntó Galileo “*nada puedes enseñar a una persona, solo puedes ayudarlo a que lo descubra por sí misma*”.

Distinguiré en este sentido entre la **ESTRATEGÍA EN LA PRÁCTICA** y los **ESTILOS DE ENSEÑANZA**.

- En cuanto a la estrategia en la práctica utilizaré una estrategia global, en la mayoría de actividades y en otras como la adaptación de los derechos y deberes constitucionales a nuestra realidad educativa utilizaré una estrategia global con modificación de la situación real. *Para María ejercitaré una estrategia global con polarización de la atención.*
- En cuanto a los estilos de enseñanza y teniendo en cuenta las reflexiones iniciales, los que más presentes van a estar en esta unidad son: La asignación de tareas; el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

METODOLOGÍA

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Dentro del grupo encontramos a dos alumnos que presentan Necesidades Educativas Especiales uno de corte significativa y otro de corte no significativa. El primero de los casos corresponde a María que es una alumna que sufre Apraxia (torpeza motriz) debido a un accidente de tráfico a los 6 años. Esta enfermedad provoca en María:

- Deficiencias en capacidades locomotrices

- Deficiencias en capacidades manipulativas.
- Dificultades en equilibrio.
- Dificultades en coordinación.
- Marcha atáxica

Esto quiere decir que en el posterior desarrollo de los elementos curriculares de mi Unidad Didáctica necesitará de adaptaciones curriculares de carácter significativo debido a las deficiencias que posee. El otro alumno que necesita de Necesidades Educativas Especiales es Alvarito que debido a su condición social de niño con graves problemas familiares y bajísima situación económica presenta conductas disruptiva y necesitará de atención especial durante el desarrollo de las sesiones. Con respecto al resto de los alumnos comentar que no hay ninguno que presente ningún problema a nivel cognitivo, afectivo o motriz y no demandan más atención de la inicialmente prevista.

OBJETIVOS ADAPTADOS:

Las adaptaciones para María se centrarán:

Sobre la aceptación de las actividades y juegos para facilitar su participación y facilitar su integración.

° Sobre el conocimiento de sus posibilidades y limitaciones.

Sobre el aumento de la confianza en sí misma y en los movimientos que realiza.

° Sobre la mejora de su autonomía motriz.

° Sobre la adecuación de esfuerzos según sus posibilidades.

° Sobre la importancia de utilización de elementos de seguridad.

Por tanto las capacidades a conseguir al finalizar la Unidad Didáctica responden a:

- *Experimentar el nivel de destreza propio.*
- *Practicar el juego como fenómeno social y cultural.*
- *Conocer medidas y normas de seguridad y material adaptado.*
- *Participar en las actividades cooperativas con un comportamiento activo, dentro de sus propias posibilidades.*
- *Desarrollar y demostrar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad.*

Para María sus contenidos formales en cuanto a los conceptos serán:

- *Medidas y normas de seguridad.*
- *Reconocimiento de las propias limitaciones.*
- *Derechos y deberes.*

Para María sus contenidos formales en cuanto a procedimientos serán:

- *Adopción de medidas y normas de seguridad.*
- *Experimentación del nivel de destreza propio y el de los demás.*
- *Prevención de accidentes: caídas, golpes con material.*
- *Práctica de hábitos de limpieza y aseo corporal con la máxima autonomía que le permita sus limitaciones.*

Para María sus contenidos formales en cuanto a actitudes serán:

- *Respeto a sí misma por sus diferencias.*
- *Demostración de afectividad en situaciones jugadas de forma cooperativa.*
- *Desarrollo del placer de jugar.*
- *Adopción de un comportamiento correcto.*

A diferencia de María Alvarito no presenta necesidades educativas especiales que nos obliguen a modificar, ampliar, eliminar o simplificar ningún elemento curricular. Las actuaciones para con este alumno serán de otro tipo, estaremos muy pendientes de él dado que la unidad está centrada en juegos cooperativos, intentaremos darle importancia su persona en todos los temas relacionados con la Paz y no violencia nombrándole capitán de algún equipo o en ocasiones portavoz del grupo aunque sin abrumarle con demasiada responsabilidad, ya que es un chico bastante inteligente y se puede dar cuenta de nuestra estrategia.

-El ¿QUÉ EVALUAR?

- El ¿Cómo EVALUAR?

Para contestar a la primera cuestión, a continuación desglosaré los criterios de evaluación sobre los cuales evaluaré las capacidades que deben llegar a conseguir mis alumnos al término de esta unidad.

Dichos criterios deben tener como característica principal la coherencia horizontal con el resto de elementos curriculares ya planteados anteriormente. Éstos son:

- Reconoce lo positivo de la labor de equipo.
- Comprende el juego como fenómeno social y cultural.
- Experimenta empatía.
- Adopta normas de higiene y aseo personal.
- Participa en juegos con un comportamiento constructivo.
- Reflexiona, analiza y debate cuestiones de Cultura de Paz y No violencia.
- Utiliza de forma adecuada los materiales e instalaciones de E.F
- Participa en las actividades aplicadas en la evaluación inicial.

EVALUACIÓN

En cuanto a la pregunta ¿CÓMO EVALUAR?, los anteriores criterios de evaluación propuestos para el proceso de aprendizaje, me serviré de las siguientes técnicas e instrumentos de evaluación;

1- Técnicas cualitativas, observación indirecta, mecanismo de apreciación: REGISTRO ANECDOTARIO

2- Técnica cualitativa, observación indirecta, mecanismo de apreciación: LISTA DE CONTROL.

Valoración en tantos por ciento de lo que se evalúa:

- ° *Ámbito motor: 35%*
- ° *Ámbito cognitivo: 30%*
- ° *Ámbito afectivo: 35%*

<p style="text-align: center;">TEMPORALIZACIÓN</p>	<p>¿Eres un buen ciudadano? : Se trabajarán actividades que hagan reflexionar al alumno sobre su condición de ciudadano. Se les pedirá que formen grupos determinados al azar para seguir trabajando el carácter cooperativo que he querido imprimir a la unidad, y que vayan buscando en Internet los derechos y deberes de los ciudadanos</p>	<p>¿Conoces tus derechos y deberes? : Con la información de la actividad anterior realizaremos una serie de actividades, representación de esos derechos y deberes búsqueda y r que representen esos deberes que han encontrado, los más significativos. Con los mismos grupos del día anterior pediremos que nos pasen un informe de cuales son las actividades que les gustan más</p>	<p>- ¿Qué juegos te gustan más?: Después de recibir el citado informe realizaremos una batería de juegos de todo tipo teniendo en cuenta las preferencias de los alumnos y alumnas, al final de la clase realizaremos un consenso de cuales son para ellos los más significativos y haremos un mural con todo ello. Además en este sesión utilizaremos la vuelta a la calma para hacer los grupos de la siguiente sesión, así como explicar nuestra peculiar forma de jugar al trivial y las pruebas de las que</p>	<p>- La Unión hace la fuerza: Como marco de referencia un juego de mesa, realizaremos una gymkhana donde mediante juegos cooperativos deban ir resolviendo pruebas y preguntas en equipo, a la consecución de cada prueba se les otorgará un derecho en la clase de Educación física o un deber, hasta completar nuestra personal carta de Derechos Escolares que quedará recogida en un mural realizado por los alumnos y alumnas y puesto en el gimnasio durante todo el año... Además las pruebas de la</p>	<p>- ¿Que hemos aprendido?: Sesión de reflexión y de evaluación sobre de ejes, resumir qu tipo de actividades son ma significativa y sobre todo si conseguimos ser mejores ciudadanos escolares respetamos los derechos y realizamos los deberes.</p>

			consta nuestra gymkhana.	gymkhana corresponder án con los contenidos que vamos a desarrollar a lo largo del curso, por lo tanto nos servirá para hacer una presentación de los mismos.	
OBSE RVAC IONE S					
BIBLI OGRA FÍA					

1º ¿QUÉ CONOCEMOS DE LAS C.F.B? será una sesión donde realizaremos una pequeña evaluación inicial para ver cual es el punto de partida de mis alumnos y alumnas, se realizará en el aula de informática buscando en internet cuales son las C.F.B para que sirven etc...además les enseñaré en el aula como deben de tomarse las pulsaciones. Diré a los alumnos que en grupo deben de buscar en internet los derechos y deberes de la Constitución y hacer un decálogo parecido adaptado a nuestra realidad escolar.

2º EMPEZAMOS A PONERNOS EN FORMA En esta sesión realizaré una batería de juegos cooperativos, donde entren en juego las C.F.B la velocidad de reacción en los juegos de relevos, la velocidad gestual en juegos con pelotas, la resistencia aeróbica en juegos como el de los 10 pases etc...además utilizaré la vuelta

Creo importante comenzar esta justificación destacando que las CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS pertenecen a un bloque de contenidos de Secundaria y solo en este ciclo durante la etapa de Primaria se oferta a los alumnos y alumnas una familiarización con estas capacidades.

Dicho esto atendemos a la definición de ALVAREZ DEL VILLAR EN 1983 para entender por CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS (CFB), “como los factores que determinan la condición física de un individuo y lo orientan para la realización de una determinada actividad física, posibilitando mediante el entrenamiento que un sujeto desarrolle el máximo de su potencial físico”.

Como sabemos las capacidades físicas básicas ocuparían el aspecto Cuantitativo del Movimiento, mientras que las Habilidades Motrices constituirían los aspectos Cualitativos.

Para nosotros, en la edad del tercer ciclo de primaria, estas cualidades físicas, que no se tratarán de manera específica ninguna, son:

-Resistencia: Únicamente se dedicarán las actividades y los juegos a la resistencia aeróbica.

-Velocidad: Nunca a la velocidad pura en sí, sino a la de reacción, de desplazamiento y a la gestual.

-Fuerza: Nada de manera específica, solamente lo que se mejore por soportar su propio peso en situaciones de juego.

-Flexibilidad: mantenimiento y su desarrollo natural. Incidiremos en los calentamientos y vuelta a la calma.

JUSTIFICACIÓN

Las capacidades enunciadas anteriormente nos van a posibilitar el trabajo del acondicionamiento físico que queda definido como el desarrollo intencionado de las C.F cuyo resultado obtenido se corresponde con el grado de Condición Física.

Implicándonos dentro de la dinámica del ciclo resaltar la idea con la que empezamos esta justificación ratificar que el trabajo de acondicionamiento físico es propio de edades más tardías, pero es conveniente que los alumnos y alumnas vayan tomando contacto con este contenido en este ciclo; con todo esto nos asalta la pregunta de ¿Cuándo DEBEN EMPEZAR A ENTRENAR LOS NIÑOS/AS? Está claro que desde un punto de vista deportivo, los alumnos y alumnas deben comenzar el entrenamiento durante la edad escolar, pero dentro de nuestro ámbito escolar; y entiendo por ámbito escolar lo que trabajamos cuando los alumnos están en dicha edad escolar, no vamos en ningún momento a trabajar un entrenamiento específico con ellos tal y como viene fundamentado en el 105/1992.

La Unidad va a tener conexiones constantes con la EDUCACIÓN PARA LA SALUD, sobre todo con las capacidades relativas al calentamiento, a las tomas de pulsaciones, para ir conociendo mejorías en su desarrollo cardiovascular etc...

Con todo lo anterior decir que la Unidad va a llevar un hilo conductor, y por hilo conductor entiendo una seña de identidad, una característica común de todas las sesiones que la componen, los juegos cooperativos. He elegido este tipo de dinámicas ya que casi me veo obligada dado los argumentos de esta justificación, con la única inquietud de establecer argumentos prácticos sobre los que desarrollar dichos fundamentos. Se trata de obviar el rendimiento y resultado deportivo en nuestra etapa y por tanto creo que son dinámicas que me van a ayudar a justificar y a que mis intenciones tengan sentido y estén en coherencia con la práctica.

Por último recordar como ya dije en mi programación que muchos de los elementos de la Unidad se van a ver salpicados por mi Centro de Interés que es la Educación para la Ciudadanía sin olvidar el componente interdisciplinar que propone la actual LEY ÓRGANICA DE EDUCACIÓN.

Por supuesto con todo esto y como dije en la introducción estableceré e trabajo de la Educación para la ciudadanía.

VINCULACIÓN CON LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y...	
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<p>Al finalizar la UD los alumnos deben ser capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer cuáles son las cualidades físicas básicas, diferenciándola de otras capacidades. • Identificar algunas de las capacidades físicas básicas en relación a otras capacidades. • Tomar contacto con la importancia de los sistemas cardiovascular y respiratorio para el trabajo de la velocidad y de la resistencia. • Experimentar la importancia de un calentamiento adecuado para el trabajo de la velocidad y de la fuerza. • Valorar la importancia de respetar los elementos de seguridad en el trabajo de las C.F.B. • Conocer y valorar los efectos que el trabajo adecuado de las cualidades físicas básicas en LOS DIFERENTES ÓRGANOS Y SISTEMAS, UTILIZANDO PARA ELLO ENTORNOS MOTIVANTES COMO SON LAS GYMKANAS. • Descubrir la relación del ritmo cardiaco y el ejercicio físico mediante situaciones lúdicas cooperativas. • Tomar contacto con el trabajo de pulsaciones como vehículo para conocer los efectos de la actividad física sobre el organismo.
CONTENIDOS	<p>Conceptos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Derechos y deberes de los alumnos y alumnas. - Hábitos: correctos e incorrectos relacionados con la práctica de las cualidades físicas básicas. - Influencias del ejercicio físico en nuestro organismo: Nociones básicas - Efectos de la práctica de las cualidades físicas básicas sobre la salud. - Conocimiento de una ciudadanía democrática. <p>Procedimientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - Vivenciación de actividades de calentamiento y estiramiento/relajación como partes importantes para prevenir lesiones.

	<ul style="list-style-type: none"> • Identificación de la importancia de la alimentación para utilizarlas como fuentes de energía necesaria para el trabajo de la resistencia, velocidad y fuerza. • Realización de juegos de mesa que favorezcan la toma de contacto de nuestros alumnos y alumnas de los aspectos vinculados a las cualidades físicas tanto en el plano cognitivo como motor. • Utilización de las tic como elemento para recabar información acerca de los diferentes elementos de la unidad. • Experimentación de situaciones lúdicas de e/ a que favorezcan el conocimiento de las capacidades físicas básicas • Utilización de las propuestas de corte cooperativo para potenciar la interacción de los compañeros y compañeras como vehículo para mejorar el conocimiento sobre las capacidades físicas básicas. <p style="text-align: center;">-</p>		
	<p>Actitudes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valoración del esfuerzo realizado como forma de autoestima personal. • Respeto a las posibilidades y limitaciones propias y de los demás en la realización de los esfuerzos propios de las actividades físicas. • Aceptación de las posibilidades individuales de adaptación a los diferentes esfuerzos planteados. • Cooperación con el grupo y disfrute de este tipo de propuesta. 		
<p>RELACIÓN CON...</p>	<p>Otras Áreas:</p> <p>Área del conocimiento del medio social, natural y cultural: El estudio de los deberes y derechos de los ciudadanos amparados por nuestra Constitución es un contenido muy ligado a esta área.</p> <p>Educación artística: La realización de materiales para el mural final de deberes y derechos de los alumnos así como la culminación de otros materiales que utilizaremos en el desarrollo de las sesiones hacen que las conexiones con esta área sean continuas.</p>	<p>Otras Unidades:</p>	<p>Temas Transversales:</p> <p>Educación moral y cívica: mantiene contenidos y valores comunes con la nombrada Educación para la ciudadanía, va a estar presente tanto en esta como en todas las unidades de mi primer trimestre ya que la he considerado como mi centro de interés, esto es, como el panel de fondo en torno al cual van a girar mis propuestas. Es muy importante concienciar a los alumnos de que debemos ser capaces de vivir en sociedad, como dijo Aristóteles el ser humano es sobre todo un ser social, aunque muchos se empeñen en desmentirlo dado el cariz que están tomando los tiempos. El estudio y la vivencia de cómo conseguir los derechos que hoy día nos amparan, el conocimiento de nuestros deberes, la participación en actividades que</p>

	<p>Lengua castellana y literatura: La expresión oral que deberán utilizar los alumnos para el debate, la negociación y los cuentos en blanco fundamentan la conexión. Además de la incorporación de vocabulario de la paz, conceptos de no violencia, etc....</p> <p>Área de Matemáticas: En los juegos situaciones de agrupamientos, dispersiones, trayectorias y sistemas de tanteos hacen que sin la ayuda de esta área de conocimiento el desarrollo de esta unidad sea mucho más arduo.</p>	<p>requieran consenso etc.... van a ser lazos inequívocos de que en esta unidad este contenido transversal va a estar muy presente. A nivel más práctico queda absolutamente demostrado con la realización de nuestra Carta de Deberes y Derechos Escolares.</p> <p>Educación para la paz: también está muy presente, como hemos visto en los objetivos y en los contenidos y como veremos en las actividades. Recuerdo que mi centro está inmerso en el proyecto La escuela: Espacio de paz y muchas de las actividades de las sesiones giraran en este sentido.</p> <p>Mediante la Educación Física debemos potenciar la resolución de conflictos utilizando el diálogo y el consenso, respetar a los demás valorar sus opiniones y aceptarlas, nos darán como resultado la creación de individuos críticos capaces de decidir por ellos mismos.</p> <p>-Educación intercultural: El respeto del que hablamos y la aceptación del otro también conlleva la no discriminación por motivo de raza, religión, lengua o simplemente por provenir del extranjero. En nuestro grupo no tenemos ningún caso de inmigración pero si existen dentro del centro, y mediante la realización de actividades de integración ayudaremos a que estos se sientan mejor.</p> <p>Educación para la salud: En esta Unidad voy a hacer hincapié en el aseo corporal, creo importantísimo que el alumno adopte hábitos de aseo después de realizar ejercicio y para ello les propondremos que traigan una muda de casa y un neceser para cuando acaben las clases.</p>
--	--	---

		<p>Educación del consumidor: La importancia que actualmente está adquiriendo este tema es tal que en la medida de lo posible todos los docentes debemos de introducir pinceladas en torno al tema. Muchas veces vivimos a un nivel muy superior a nuestras posibilidades por miedo al rechazo, o a la vergüenza que supone no ir vestido de marca. En esta unidad lo trabajaremos realizando nosotros muchos de los materiales con los que vamos a trabajar, para inculcar a los alumnos que hay cosas que compramos que las podemos hacer nosotros mismos y guardar ese dinero para otras cosas más importantes.</p>
<p>RECURSOS MATERIALES Y DIDÁCTICOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Recursos humanos: Profesora y alumnos y alumnas. - Materiales: Los que van a realizar los propios alumnos y alumnas y los disponibles en el centro como son: aro, pelotas, picas, cuerdas, mazas, petos, banco suecos. - Instalaciones: El aula, las pistas polideportivas y el gimnasio. 	
<p>ACTIVIDADES DE E/A</p>	<p>De iniciación, de desarrollo, de refuerzo, de ampliación, de evaluación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - De introducción: sirven para averiguar las ideas previas y motivaciones de los alumnos/as sobre el contenido en cuestión. - De desarrollo: El alumno/a se pone en contacto con los contenidos, con las tareas con los juegos y actividades. - De consolidación: sirven para afianzar los aprendizajes asimilados. - De refuerzo: para aquellos alumnos con dificultades y que no han asimilado suficientemente los contenidos. - De ampliación: permiten seguir construyendo conocimientos a los alumnos que no han asimilado los contenidos de manera satisfactoria. - De evaluación: son actividades para evaluar los aprendizajes logrados en un momento concreto. Puede llevarse a cabo en conocimientos previos (evaluación inicial), y sobre los aprendizajes adquiridos (evaluación formativa y final). 	

	ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:
METODOLOGÍA A	<p>En cuanto a la metodología destacar que esta es definida como los procedimientos para alcanzar determinados objetivos. Los caminos para conseguirlos no son únicos e invariables por tanto se proponen orientaciones metodológicas diferentes. Aunque no existe una metodología considerada como la ideal, como ya dije en mi programación utilizaré en esta y en todas mis unidades didácticas, una metodología activa, considerando al alumnos como un sujeto activo, que actúa, que participa, que experimenta ya que la considero como la más adecuada para este proceso; ya lo apuntó Galileo <i>“nada puedes enseñar a una persona, solo puedes ayudarlo a que lo descubra por sí misma”</i>.</p> <p>Distinguiré en este sentido entre la ESTRATEGÍA EN LA PRÁCTICA y los ESTILOS DE ENSEÑANZA.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En cuanto a la estrategia en la práctica utilizaré una estrategia global, en la mayoría de actividades y en otras como la adaptación de los derechos y deberes constitucionales a nuestra realidad educativa utilizaré una estrategia global con modificación de la situación real. <i>Para María ejercitaré una estrategia global con polarización de la atención.</i> - En cuanto a los estilos de enseñanza y teniendo en cuenta las reflexiones iniciales, los que más presentes van a estar en esta unidad son: La asignación de tareas; el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	<p>Dentro del grupo encontramos a dos alumnos que p que presentan Necesidades Educativas Especiales uno de corte significativa y otro de corte no significativo. El primero de los casos corresponde a María que es una alumna que sufre Apraxia (torpeza motriz) debido a un accidente de tráfico a los 6 años. Esta enfermedad provoca en María:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deficiencias en capacidades locomotrices - Deficiencias en capacidades manipulativas. - Dificultades en equilibrio. - Dificultades en coordinación. - Marcha atáxica

Esto quiere decir que en el posterior desarrollo de los elementos curriculares de mi Unidad Didáctica necesitará de adaptaciones curriculares de carácter significativo debido a las deficiencias que posee.

El otro alumno que necesita de Necesidades Educativas Especiales es Alvarito que debido a su condición social de niño con graves problemas familiares y bajísima situación económica presenta conductas disruptivas y necesitará de atención especial durante el desarrollo de las sesiones.

Con respecto al resto de los alumnos comentar que no hay ninguno que presente ningún problema a nivel cognitivo, afectivo o motriz y no demandan más atención de la inicialmente prevista.

OBJETIVOS ADAPTADOS:

Las adaptaciones para María se centrarán:

Sobre la aceptación de las actividades y juegos para facilitar su participación y facilitar su integración.

° Sobre el conocimiento de sus posibilidades y limitaciones.

Sobre el aumento de la confianza en sí misma y en los movimientos que realiza.

° Sobre la mejora de su autonomía motriz.

° Sobre la adecuación de esfuerzos según sus posibilidades.

° Sobre la importancia de utilización de elementos de seguridad.

Por tanto las capacidades a conseguir al finalizar la Unidad Didáctica responden a:

- Experimentar el nivel de destreza propio.*
- Practicar el juego como fenómeno social y cultural.*
- Conocer medidas y normas de seguridad y material adaptado.*
- Participar en las actividades cooperativas con un comportamiento activo, dentro de sus propias posibilidades.*
- Desarrollar y demostrar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad.*

Para María sus contenidos formales en cuanto a los conceptos serán:

- Medidas y normas de seguridad.*
- Reconocimiento de las propias limitaciones.*
- Derechos y deberes.*

Para María sus contenidos formales en cuanto a procedimientos serán:

- Adopción de medidas y normas de seguridad.*
- Experimentación del nivel de destreza propio y el de los demás.*
- Prevención de accidentes: caídas, golpes con material ...*
- Práctica de hábitos de limpieza y aseo corporal con la máxima autonomía que le permita sus limitaciones.*

	<p><i>Para María sus contenidos formales en cuanto a actitudes serán:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Respeto a sí misma por sus diferencias.</i> - <i>Demostración de afectividad en situaciones jugadas de forma cooperativa.</i> - <i>Desarrollo del placer de jugar.</i> - <i>Adopción de un comportamiento correcto.</i> <p>A diferencia de María Alvarito no presenta necesidades educativas especiales que nos obliguen a modificar, ampliar, eliminar o simplificar ningún elemento curricular. Las actuaciones para con este alumno serán de otro tipo, estaremos muy pendientes de él dado que la unidad está centrada en juegos cooperativos, intentaremos darle importancia su persona en todos los temas relacionados con la Paz y no violencia nombrándole capitán de algún equipo o en ocasiones portavoz del grupo aunque sin abrumarle con demasiada responsabilidad, ya que es un chico bastante inteligente y se puede dar cuenta de nuestra estrategia.</p>
<p>EVALUACIÓN</p>	<p>-El ¿QUÉ EVALUAR? - El ¿Cómo EVALUAR?</p> <p>Para contestar a la primera cuestión, a continuación desglosaré los criterios de evaluación sobre los cuales evaluaré las capacidades que deben llegar a conseguir mis alumnos al término de esta unidad.</p> <p>Dichos criterios deben tener como característica principal la coherencia horizontal con el resto de elementos curriculares ya planteados anteriormente. Éstos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Relaciona las Cualidades físicas básicas con los parámetros de la salud. - Realiza la toma de pulsaciones de manera autónoma - Identifica la importancia del calentamiento y la relajación en las sesiones de EF. - Colabora en la realización de las actividades de corte cooperativo, aceptando y respetando los roles que esta plantea. - Participa en la exploración de las posibilidades de uso de los diferentes tipos de capacidades. - Relaciona las Cualidades físicas básicas con los parámetros de la salud

	<p>En cuanto a la pregunta ¿CÓMO EVALUAR?, los anteriores criterios de evaluación propuestos para el proceso de aprendizaje, me serviré de las siguientes técnicas e instrumentos de evaluación;</p> <p>3- Técnicas cualitativas, observación indirecta, mecanismo de apreciación: REGISTRO ANECDOTARIO.</p> <p>4- Técnica cualitativa, observación indirecta, mecanismo de apreciación: LISTA DE CONTROL.</p> <p>Valoración en tantos por ciento de lo que se evalúa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ° Ámbito motor: 35% ° Ámbito cognitivo: 30% ° Ámbito afectivo: 35%
--	---

a la calma de esta sesión para explicar la gymkhana que vamos a realizar en la siguiente.

3º UNIDOS SI QUE ESTAMOS EN FORMA Se empezará la sesión realizando el calentamiento de la anterior, y formando dos grupos en la clase se desarrollará una gymkhana compuesta por juegos cooperativos en torno al contenido del acondicionamiento físico. Cada equipo luchará por los derechos y deberes de los alumnos y alumnas respectivamente, cada prueba superada corresponde con un sobre que contiene una pregunta, LA PREGUNTA DEL QUESITO, con contenidos relacionados con temas de condición física ya estudiados en la unidad , al final de la clase nos sentaremos alrededor del tablero de juego y con cada respuesta acertada se les entregará un derecho o un deber según corresponda para formar al finalizar la Unidad nuestra particular CARTA DE DERECHOS Y DEBERES DE LA CLASE.

4º ¿Qué hemos aprendido?: Sesión de reflexión donde realizaremos el mural con los Derechos y Deberes conseguidos y haremos un repaso de los contenidos trabajados, las pulsaciones, como influye la alimentación...

<p>Ciclo: 3° Nivel: 2° Trimestre: 1°</p>	<p>Título: JUNTOS JUGAMOS N° de sesiones: 4</p>
<p>JUSTIFICACIÓN</p>	<p>La justificación gira en torno a dos ejes fundamentales:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Establecerla como vehículo de potenciación de aquellas capacidades que considero fundamentales de todas las que hemos trabajado a lo largo del año. 2. Hacer un recordatorio de los contenidos del curso para poder llevar a cabo una evaluación final en cuanto al nivel de aptitud motriz adquirida para con las capacidades, cuales les han resultado más difíciles, cuáles han sido las más motivantes, etc.... <p>En todas las sesiones de la unidad voy a intentar establecer una clara interactividad con los alumnos y alumnas, como veremos a lo largo de su desarrollo ellos propondrán en algunas ocasiones las actividades a trabajar en base a sus propios intereses, otra de las sesiones irá destinada a una gymkhana donde cada una de las pruebas se va a corresponder con un contenido de los que hemos trabajado a lo largo del año</p> <p>Con todo lo anterior destacar que la unidad va a llevar un hilo conductor y por hilo conductor entiendo una característica común una señal de identidad que van a tener todas las actividades de mis sesiones, como es el de los juegos cooperativos. Estos son propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad, promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Lo que pretendo con este tipo de juegos, propiciar la participación de todos, promoviendo la búsqueda de las metas colectivas y no las habituales individuales. Utilizo este tipo de propuestas con la única inquietud de ofrecer un argumento práctico sobre el que sustentar los ejes de mi justificación.</p> <p>Como dije en la programación muchos de los elementos de la Unidad se van a ver salpicados por mi centro de interés LA EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA uno de los temas que con más énfasis defiende la actual LEY ORGANICA DE EDUCACIÓN, así como resaltar el componente interdisciplinar con el área de educación para la ciudadanía que la LOE propone para este tercer ciclo. Además podremos ver las conexiones latentes que tiene con uno de los proyectos que comenté en la programación como es el de Escuela Espacio de Paz.</p> <p>Por último recordar como ya dije en mi programación que muchos de los elementos de la Unidad se van a ver salpicados por mi Centro de Interés que es la Educación para la Ciudadanía sin olvidar el componente interdisciplinar que propone la actual LEY ORGANICA DE EDUCACIÓN.</p> <p>Por supuesto con todo esto y como dije en la introducción estableceré el trabajo de la Educación para la ciudadanía.</p>

VINCULACIÓN CON LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y...	
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<p>Al finalizar la UD los alumnos deben ser capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concienciar de lo positivo que tiene la labor de equipo. - Comportarse de forma correcta y equilibrada en juegos que precisen la colaboración de todos. - Aceptar el nivel de destreza propio y el de los demás. - Retomar aspectos esenciales vinculados a Deportes Individuales Colectivos y Alternativos, a través de las propuestas que han sido más atrayentes para los alumnos y alumnas a lo largo del curso. - Recordar aspectos prioritarios relacionados con la Salud y el juego planteados con anterioridad en las diferentes unidades. - Retomar aspectos esenciales vinculados a Juegos de Coordinaciones, Expresión Corporal, Juegos Populares y en la Naturaleza. - Reconocer como está el otro, sus preocupaciones, sus expectativas, sus necesidades su realidad y valorar la empatía y desarrollar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad. - Participar en las actividades de grupo con un comportamiento constructivo, responsable y solidario y valorar las aportaciones propias y ajenas.
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> - Conceptos: Conocimiento de una ciudadanía democrática. - Medidas y normas de seguridad. Prevención de accidentes. - Concienciación de lo positivo que tiene la labor de equipo. - Reconocimiento y comprensión del juego como fenómeno social y cultural. - Cultura de Paz y No violencia. - Derechos y deberes. - Reglas básicas de los juegos cooperativos.

	<p>Procedimientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas donde tenga que implicar las capacidades trabajadas a lo largo del año. • Realización de las actividades lúdicas y de juegos más valorados durante el curso. • Utilización de las habilidades desarrolladas a lo largo del trimestre en contexto de trabajo cooperativo • Exploración de las habilidades trabajadas a través de propuestas de cooperación • Utilización de los juegos de cooperación para potenciar los contenidos trabajados durante el trimestre. • Aplicación de las estrategias de corte cooperativo para la realización de las propuestas planteadas en las actividades y juegos. • Utilización de los juegos cooperativos para evaluar las posibilidades de aplicación de los alumnos y alumnas de las capacidades adquiridas a lo largo del curso. • Utilización de los juegos cooperativos para evaluar las posibilidades de aplicación de los alumnos y alumnas de las capacidades adquiridas a lo largo del curso. <p>Ejecución de tareas motrices, relacionadas con los contenidos del curso, que impliquen las capacidades y dinámicas como la gymkhana cooperativa</p> <p style="text-align: center;">-</p>		
	<p>Actitudes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respeto a las diferencias ajenas. - Adopción de un comportamiento correcto y equilibrado. - Desarrollo de la afectividad. - Anteposición del placer de jugar al de ganar. - Aceptación del nivel de destreza propio y el de los demás. 		
<p>RELACIÓN CON...</p>	<p>Otras Áreas:</p> <p>Área del conocimiento del medio social, natural y cultural: El estudio de los deberes</p>	<p>Otras Unidades:</p>	<p>Temas Transversales:</p> <p>Educación moral y cívica: mantiene contenidos y valores comunes con la nombrada Educación para la ciudadanía, va a estar presente tanto en esta como en todas las unidades de</p>

	<p>y derechos de los ciudadanos amparados por nuestra Constitución es un contenido muy ligado a esta área.</p> <p>Educación artística: La realización de materiales para el mural final de deberes y derechos de los alumnos así como la culminación de otros materiales que utilizaremos en el desarrollo de las sesiones hacen que las conexiones con esta área sean continuas.</p> <p>Lengua castellana y literatura: La expresión oral que deberán utilizar los alumnos para el debate, la negociación y los cuentos en blanco fundamentan la conexión. Además de la incorporación de vocabulario de la paz, conceptos de no violencia, etc....</p> <p>Área de Matemáticas: En los juegos situaciones de agrupamientos, dispersiones, trayectorias y sistemas de tanteos hacen que sin la ayuda de esta área de conocimiento el desarrollo de esta unidad sea mucho más arduo.</p>	<p>mi primer trimestre ya que la he considerado como mi centro de interés, esto es, como el panel de fondo en torno al cual van a girar mis propuestas. Es muy importante concienciar a los alumnos de que debemos ser capaces de vivir en sociedad, como dijo Aristóteles el ser humano es sobre todo un ser social, aunque muchos se empeñen en desmentirlo dado el cariz que están tomando los tiempos. El estudio y la vivencia de cómo conseguir los derechos que hoy día nos amparan, el conocimiento de nuestros deberes, la participación en actividades que requieran consenso etc.... van a ser lazos inequívocos de que en esta unidad este contenido transversal va a estar muy presente. A nivel más práctico queda absolutamente demostrado con la realización de nuestra Carta de Deberes y Derechos Escolares.</p> <p>Educación para la paz: también está muy presente, como hemos visto en los objetivos y en los contenidos y como veremos en las actividades. Recuerdo que mi centro está inmerso en el proyecto La escuela: Espacio de paz y muchas de las actividades de las sesiones giraran en este sentido.</p> <p>Mediante la Educación Física debemos potenciar la resolución de conflictos utilizando el diálogo y el consenso, respetar a los demás valorar sus opiniones y aceptarlas, nos darán como resultado la creación de individuos críticos capaces de decidir por ellos mismos.</p> <p>-Educación intercultural: El respeto del que hablamos y la aceptación del otro también conlleva la no discriminación por motivo de raza, religión, lengua o simplemente por provenir del extranjero. En nuestro grupo no</p>
--	--	--

			<p>tenemos ningún caso de inmigración pero si existen dentro del centro, y mediante la realización de actividades de integración ayudaremos a que estos se sientan mejor.</p> <p>Educación para la salud: En esta Unidad voy a hacer hincapié en el aseo corporal, creo importantísimo que el alumno adopte hábitos de aseo después de realizar ejercicio y para ello les propondremos que traigan una muda de casa y un neceser para cuando acaben las clases.</p> <p>Educación del consumidor: La importancia que actualmente está adquiriendo este tema es tal que en la medida de lo posible todos los docentes debemos de introducir pinceladas en torno al tema. Muchas veces vivimos a un nivel muy superior a nuestras posibilidades por miedo al rechazo, o a la vergüenza que supone no ir vestido de marca. En esta unidad lo trabajaremos realizando nosotros muchos de los materiales con los que vamos a trabajar, para inculcar a los alumnos que hay cosas que compramos que las podemos hacer nosotros mismos y guardar ese dinero para otras cosas más importantes.</p>
<p>RECURSOS MATERIALES Y DIDÁCTICOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Recursos humanos: Profesora y alumnos y alumnas. - Materiales: Los que van a realizar los propios alumnos y alumnas y los disponibles en el centro como son: aro, pelotas, picas, cuerdas, mazas, petos, banco suecos. - Instalaciones: El aula, las pistas polideportivas y el gimnasio. 		

<p>ACTIVIDADES DE E/A</p>	<p>De iniciación, de desarrollo, de refuerzo, de ampliación, de evaluación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - De introducción: sirven para averiguar las ideas previas y motivaciones de los alumnos/as sobre el contenido en cuestión. - De desarrollo: El alumno/a se pone en contacto con los contenidos, con las tareas con los juegos y actividades. - De consolidación: sirven para afianzar los aprendizajes asimilados. - De refuerzo: para aquellos alumnos con dificultades y que no han asimilado suficientemente los contenidos. - De ampliación: permiten seguir construyendo conocimientos a los alumnos que no han asimilado los contenidos de manera satisfactoria. - De evaluación: son actividades para evaluar los aprendizajes logrados en un momento concreto. Puede llevarse a cabo en conocimientos previos (evaluación inicial), y sobre los aprendizajes adquiridos (evaluación formativa y final). <p>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:</p>
<p>METODOLOGÍA</p>	<p>En cuanto a la metodología destacar que esta es definida como los procedimientos para alcanzar determinados objetivos. Los caminos para conseguirlos no son únicos e invariables por tanto se proponen orientaciones metodológicas diferentes. Aunque no existe una metodología considerada como la ideal, como ya dije en mi programación utilizaré en esta y en todas mis unidades didácticas, una metodología activa, considerando al alumnos como un sujeto activo, que actúa, que participa, que experimenta ya que la considero como la más adecuada para este proceso; ya lo apuntó Galileo <i>“nada puedes enseñar a una persona, solo puedes ayudarlo a que lo descubra por sí misma”</i>.</p> <p>Distinguiré en este sentido entre la ESTRATEGÍA EN LA PRÁCTICA y los ESTILOS DE ENSEÑANZA.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En cuanto a la estrategia en la práctica utilizaré una estrategia global, en la mayoría de actividades y en otras como la adaptación de los derechos y deberes constitucionales a nuestra realidad educativa utilizaré una estrategia global con modificación de la situación real. <i>Para María ejercitaré una estrategia global con polarización de la atención.</i> - En cuanto a los estilos de enseñanza y teniendo en cuenta las reflexiones iniciales, los que más presentes van a estar en esta unidad son: La asignación de tareas; el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

<p>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p>	<p>Dentro del grupo encontramos a dos alumnos que p que presentan Necesidades Educativas Especiales uno de corte significativa y otro de corte no significativo. El primero de los casos corresponde a María que es una alumna que sufre Apraxia (torpeza motriz) debido a un accidente de tráfico a los 6 años. Esta enfermedad provoca en María:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deficiencias en capacidades locomotrices - Deficiencias en capacidades manipulativas. - Dificultades en equilibrio. - Dificultades en coordinación. - Marcha atáxica <p>Esto quiere decir que en el posterior desarrollo de los elementos curriculares de mi Unidad Didáctica necesitará de adaptaciones curriculares de carácter significativo debido a las deficiencias que posee.</p> <p>El otro alumno que necesita de Necesidades Educativas Especiales es Alvarito que debido a su condición social de niño con graves problemas familiares y bajísima situación económica presenta conductas disruptivas y necesitará de atención especial durante el desarrollo de las sesiones.</p> <p>Con respecto al resto de los alumnos comentar que no hay ninguno que presente ningún problema a nivel cognitivo, afectivo o motriz y no demandan más atención de la inicialmente prevista.</p> <p>OBJETIVOS ADAPTADOS:</p> <p><i>Las adaptaciones para María se centrarán:</i></p> <p style="padding-left: 40px;"><i>Sobre la aceptación de las actividades y juegos para facilitar su participación y facilitar su integración.</i></p> <p style="padding-left: 80px;"><i>° Sobre el conocimiento de sus posibilidades y limitaciones.</i></p> <p style="padding-left: 40px;"><i>Sobre el aumento de la confianza en sí misma y en los movimientos que realiza.</i></p> <p style="padding-left: 80px;"><i>° Sobre la mejora de su autonomía motriz.</i></p> <p style="padding-left: 80px;"><i>° Sobre la adecuación de esfuerzos según sus posibilidades.</i></p>

	<p style="text-align: center;"><i>° Sobre la importancia de utilización de elementos de seguridad.</i></p> <p><i>Por tanto las capacidades a conseguir al finalizar la Unidad Didáctica responden a:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Experimentar el nivel de destreza propio.</i> - <i>Practicar el juego como fenómeno social y cultural.</i> - <i>Conocer medidas y normas de seguridad y material adaptado.</i> - <i>Participar en las actividades cooperativas con un comportamiento activo, dentro de sus propias posibilidades.</i> - <i>Desarrollar y demostrar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad.</i> <p><i>Para María sus contenidos formales en cuanto a los conceptos serán:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Medidas y normas de seguridad.</i> - <i>Reconocimiento de las propias limitaciones.</i> - <i>Derechos y deberes.</i> <p><i>Para María sus contenidos formales en cuanto a procedimientos serán:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Adopción de medidas y normas de seguridad.</i> - <i>Experimentación del nivel de destreza propio y el de los demás.</i> - <i>Prevención de accidentes: caídas, golpes con material ...</i> - <i>Práctica de hábitos de limpieza y aseo corporal con la máxima autonomía que le permita sus limitaciones.</i> <p><i>Para María sus contenidos formales en cuanto a actitudes serán:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Respeto a sí misma por sus diferencias.</i> - <i>Demostración de afectividad en situaciones jugadas de forma cooperativa.</i> - <i>Desarrollo del placer de jugar.</i> - <i>Adopción de un comportamiento correcto.</i> <p>A diferencia de María Alvarito no presenta necesidades educativas especiales que nos obliguen a modificar, ampliar, eliminar o simplificar ningún elemento curricular. Las actuaciones para con este alumno serán de otro tipo, estaremos muy pendientes de él dado que la unidad está centrada en juegos cooperativos, intentaremos darle importancia su persona en todos los temas relacionados con la Paz y no violencia nombrándole capitán de algún equipo o en ocasiones portavoz del grupo aunque sin abrumarle con demasiada responsabilidad, ya que es un chico bastante inteligente y se puede dar cuenta de nuestra estrategia.</p>
--	--

<p>EVALUACIÓN</p>	<p>-El ¿QUÉ EVALUAR? - El ¿Cómo EVALUAR?</p>
--------------------------	--

Para contestar a la primera cuestión, a continuación desglosaré los criterios de evaluación sobre los cuales evaluaré las capacidades que deben llegar a conseguir mis alumnos al término de esta unidad.

Dichos criterios deben tener como característica principal la coherencia horizontal con el resto de elementos curriculares ya planteados anteriormente. Éstos son:

- Reconoce lo positivo de la labor de equipo.
- Comprende el juego como fenómeno social y cultural.
- Experimenta empatía.
- Adopta normas de higiene y aseo personal.
- Participa en juegos con un comportamiento constructivo.
- Reflexiona, analiza y debate cuestiones de Cultura de Paz y No violencia.
- Utiliza de forma adecuada los materiales e instalaciones de EF.
- Participa en las actividades aplicadas en la evaluación inicial.

En cuanto a la pregunta ¿CÓMO EVALUAR?, los anteriores criterios de evaluación propuestos para el proceso de aprendizaje, me serviré de las siguientes técnicas e instrumentos de evaluación;

5- Técnicas cualitativas, observación indirecta, mecanismo de apreciación: REGISTRO ANECDOTARIO.

6- Técnica cualitativa, observación indirecta, mecanismo de apreciación: LISTA DE CONTROL.

Valoración en tantos por ciento de lo que se evalúa:

- ° Ámbito motor: 35%
- ° Ámbito cognitivo: 30%
- ° Ámbito afectivo: 35%

- ¡Qué hay de nuevo amigos!: Realizaremos una batería de juegos cooperativos donde consigamos que los alumnos pierdan la vergüenza en este tipo de actividades y conseguir que se necesiten los unos a los otros para conseguir las metas.
- LOS JUEGOS DE MIS COLEGAS: Propondremos a los alumnos y alumnas que se preparen una clase de Educación Física de 15 minutos de duración con uno de los contenidos que se van a repartir los grupos que por supuesto corresponden con los que hemos trabajado nosotros a lo largo del curso. Cada grupo tendrá como única

norma que las actividades que propongan deban de ser cooperativas, estas actividades pueden ser de las que hayamos hecho en clase o algunas que a ellos les parezcan más motivantes. Por supuesto dada la cuantía de los contenidos de nuestra área esto no se hará con todos los contenidos y por supuesto dejaremos dos sesiones dentro de la unidad para esta propuesta.

- ¿Qué juegos te gustan más?: Después de recibir el citado informe realizaremos una batería de juegos de todo tipo teniendo en cuenta las preferencias de los alumnos y alumnas, al final de la clase realizaremos un consenso de cuales son para ellos los más significativos y haremos un mural con todo ello. Además en esta sesión utilizaremos la vuelta a la calma para hacer los grupos de la siguiente sesión, así como explicar nuestra peculiar forma de jugar al trivial y las pruebas de las que consta nuestra gymkhana.

- La Unión hace la fuerza: Como marco de referencia un juego de mesa, realizaremos una gymkhana donde mediante juegos cooperativos deban ir resolviendo pruebas y preguntas en equipo, a la consecución de cada prueba se les otorgará un derecho en la clase de Educación física o un deber, hasta completar nuestra personal carta de Derechos Escolares que quedará recogida en un mural realizado por los alumnos y alumnas y puesto en el gimnasio durante todo el año... Además las pruebas de la gymkhana corresponderán con los contenidos que vamos a desarrollar a lo largo del curso, por lo tanto nos servirá para hacer una presentación de los mismos.

- ¿Que hemos aprendido?: Sesión de reflexión y de evaluación sobre dos ejes, el resumir que tipo de actividades son más significativas, y sobre todo si conseguimos ser mejores ciudadanos o escolares si respetamos los derechos y realizamos los deberes.

<p>Ciclo: 3° Nivel: 2° Trimestre: 1°</p>	<p>Título: JUNTOS JUGAMOS N° de sesiones: 4</p>
<p>JUSTIFICACIÓN</p>	<p>La justificación gira en torno a dos ejes fundamentales:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Establecerla como vehículo de potenciación de aquellas capacidades que considero fundamentales de todas las que hemos trabajado a lo largo del año. 4. Hacer un recordatorio de los contenidos del curso para poder llevar a cabo una evaluación final en cuanto al nivel de aptitud motriz adquirido para con las capacidades, cuáles les han resultado más difíciles, cuáles han sido las más motivantes, etc.... <p>En todas las sesiones de la unidad voy a intentar establecer una clara interactividad con los alumnos y alumnas, como veremos a lo largo de su desarrollo ellos propondrán en algunas ocasiones las actividades a trabajar en base a sus propios intereses, otra de las sesiones irá destinada a una gymkhana donde cada una de las pruebas se va a corresponder con un contenido de los que hemos trabajado a lo largo del año</p> <p>Con todo lo anterior destacar que la unidad va a llevar un hilo conductor y por hilo conductor entiendo una característica común una señal de identidad que van a tener todas las actividades de mis sesiones, como es el de los juegos cooperativos. Estos son propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad, promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Lo que pretendo con este tipo de juegos, propiciar la participación de todos, promoviendo la búsqueda de las metas colectivas y no las habituales individuales. Utilizo este tipo de propuestas con la única inquietud de ofrecer un argumento práctico sobre el que sustentar los ejes de mi justificación.</p> <p>Como dije en la programación muchos de los elementos de la Unidad se van a ver salpicados por mi centro de interés LA EDUCACIÓN PARA LA CIUDADANÍA uno de los temas que con más énfasis defiende la actual LEY ORGANICA DE EDUCACIÓN, así como resaltar el componente interdisciplinar con el área de educación para la ciudadanía que la LOE propone para este tercer ciclo. Además podremos ver las conexiones latentes que tiene con uno de los proyectos que comenté en la programación como es el de Escuela Espacio de Paz.</p> <p>Por último recordar como ya dije en mi programación que muchos de los elementos de la Unidad se van a ver salpicados por mi Centro de Interés que es la Educación para la Ciudadanía sin olvidar el componente interdisciplinar que propone la actual LEY ÓRGANICA DE EDUCACIÓN.</p> <p>Por supuesto con todo esto y como dije en la introducción estableceré el trabajo de la Educación para la ciudadanía.</p>

VINCULACIÓN CON LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y...	
OBJETIVOS DIDÁCTICOS	<p>Al finalizar la UD los alumnos deben ser capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concienciar de lo positivo que tiene la labor de equipo. - Comportarse de forma correcta y equilibrada en juegos que precisen la colaboración de todos. - Aceptar el nivel de destreza propio y el de los demás. - Retomar aspectos esenciales vinculados a Deportes Individuales Colectivos y Alternativos, a través de las propuestas que han sido más atrayentes para los alumnos y alumnas a lo largo del curso. - Recordar aspectos prioritarios relacionados con la Salud y el juego planteados con anterioridad en las diferentes unidades. - Retomar aspectos esenciales vinculados a Juegos de Coordinaciones, Expresión Corporal, Juegos Populares y en la Naturaleza. - Reconocer como está el otro, sus preocupaciones, sus expectativas, sus necesidades su realidad y valorar la empatía y desarrollar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad. - Participar en las actividades de grupo con un comportamiento constructivo, responsable y solidario y valorar las aportaciones propias y ajenas.
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> - Conceptos: Conocimiento de una ciudadanía democrática. - Medidas y normas de seguridad. Prevención de accidentes. - Concienciación de lo positivo que tiene la labor de equipo. - Reconocimiento y comprensión del juego como fenómeno social y cultural. - Cultura de Paz y No violencia. - Derechos y deberes. - Reglas básicas de los juegos cooperativos.

	<p>Procedimientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas donde tenga que implicar las capacidades trabajadas a lo largo del año. • Realización de las actividades lúdicas y de juegos más valorados durante el curso. • Utilización de las habilidades desarrolladas a lo largo del trimestre en contexto de trabajo cooperativo • Exploración de las habilidades trabajadas a través de propuestas de cooperación • Utilización de los juegos de cooperación para potenciar los contenidos trabajados durante el trimestre. • Aplicación de las estrategias de corte cooperativo para la realización de las propuestas planteadas en las actividades y juegos. • Utilización de los juegos cooperativos para evaluar las posibilidades de aplicación de los alumnos y alumnas de las capacidades adquiridas a lo largo del curso. • Utilización de los juegos cooperativos para evaluar las posibilidades de aplicación de los alumnos y alumnas de las capacidades adquiridas a lo largo del curso. <p>Ejecución de tareas motrices, relacionadas con los contenidos del curso, que impliquen las capacidades y dinámicas como la gymkhana cooperativa</p> <p style="text-align: center;">-</p>		
	<p>Actitudes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respeto a las diferencias ajenas. - Adopción de un comportamiento correcto y equilibrado. - Desarrollo de la afectividad. - Anteposición del placer de jugar al de ganar. - Aceptación del nivel de destreza propio y el de los demás. 		
<p>RELACIÓN CON...</p>	<p>Otras Áreas:</p> <p>Área del conocimiento del medio social, natural y cultural: El estudio de los deberes</p>	<p>Otras Unidades:</p>	<p>Temas Transversales:</p> <p>Educación moral y cívica: mantiene contenidos y valores comunes con la nombrada Educación para la ciudadanía, va a estar presente tanto en esta como en todas las unidades de</p>

	<p>y derechos de los ciudadanos amparados por nuestra Constitución es un contenido muy ligado a esta área.</p> <p>Educación artística: La realización de materiales para el mural final de deberes y derechos de los alumnos así como la culminación de otros materiales que utilizaremos en el desarrollo de las sesiones hacen que las conexiones con esta área sean continuas.</p> <p>Lengua castellana y literatura: La expresión oral que deberán utilizar los alumnos para el debate, la negociación y los cuentos en blanco fundamentan la conexión. Además de la incorporación de vocabulario de la paz, conceptos de no violencia, etc....</p> <p>Área de Matemáticas: En los juegos situaciones de agrupamientos, dispersiones, trayectorias y sistemas de tanteos hacen que sin la ayuda de esta área de conocimiento el desarrollo de esta unidad sea mucho más arduo.</p>	<p>mi primer trimestre ya que la he considerado como mi centro de interés, esto es, como el panel de fondo en torno al cual van a girar mis propuestas. Es muy importante concienciar a los alumnos de que debemos ser capaces de vivir en sociedad, como dijo Aristóteles el ser humano es sobre todo un ser social, aunque muchos se empeñen en desmentirlo dado el cariz que están tomando los tiempos. El estudio y la vivencia de cómo conseguir los derechos que hoy día nos amparan, el conocimiento de nuestros deberes, la participación en actividades que requieran consenso etc.... van a ser lazos inequívocos de que en esta unidad este contenido transversal va a estar muy presente. A nivel más práctico queda absolutamente demostrado con la realización de nuestra Carta de Deberes y Derechos Escolares.</p> <p>Educación para la paz: también está muy presente, como hemos visto en los objetivos y en los contenidos y como veremos en las actividades. Recuerdo que mi centro está inmerso en el proyecto La escuela: Espacio de paz y muchas de las actividades de las sesiones giraran en este sentido.</p> <p>Mediante la Educación Física debemos potenciar la resolución de conflictos utilizando el diálogo y el consenso, respetar a los demás valorar sus opiniones y aceptarlas, nos darán como resultado la creación de individuos críticos capaces de decidir por ellos mismos.</p> <p>-Educación intercultural: El respeto del que hablamos y la aceptación del otro también conlleva la no discriminación por motivo de raza, religión, lengua o simplemente por provenir del extranjero. En nuestro grupo no</p>
--	--	--

			<p>tenemos ningún caso de inmigración pero si existen dentro del centro, y mediante la realización de actividades de integración ayudaremos a que estos se sientan mejor.</p> <p>Educación para la salud: En esta Unidad voy a hacer hincapié en el aseo corporal, creo importantísimo que el alumno adopte hábitos de aseo después de realizar ejercicio y para ello les propondremos que traigan una muda de casa y un neceser para cuando acaben las clases.</p> <p>Educación del consumidor: La importancia que actualmente está adquiriendo este tema es tal que en la medida de lo posible todos los docentes debemos de introducir pinceladas en torno al tema. Muchas veces vivimos a un nivel muy superior a nuestras posibilidades por miedo al rechazo, o a la vergüenza que supone no ir vestido de marca. En esta unidad lo trabajaremos realizando nosotros muchos de los materiales con los que vamos a trabajar, para inculcar a los alumnos que hay cosas que compramos que las podemos hacer nosotros mismos y guardar ese dinero para otras cosas más importantes.</p>
<p>RECURSOS MATERIALES Y DIDÁCTICOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Recursos humanos: Profesora y alumnos y alumnas. - Materiales: Los que van a realizar los propios alumnos y alumnas y los disponibles en el centro como son: aro, pelotas, picas, cuerdas, mazas, petos, banco suecos. - Instalaciones: El aula, las pistas polideportivas y el gimnasio. 		

<p>ACTIVIDADES DE E/A</p>	<p>De iniciación, de desarrollo, de refuerzo, de ampliación, de evaluación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - De introducción: sirven para averiguar las ideas previas y motivaciones de los alumnos/as sobre el contenido en cuestión. - De desarrollo: El alumno/a se pone en contacto con los contenidos, con las tareas con los juegos y actividades. - De consolidación: sirven para afianzar los aprendizajes asimilados. - De refuerzo: para aquellos alumnos con dificultades y que no han asimilado suficientemente los contenidos. - De ampliación: permiten seguir construyendo conocimientos a los alumnos que no han asimilado los contenidos de manera satisfactoria. - De evaluación: son actividades para evaluar los aprendizajes logrados en un momento concreto. Puede llevarse a cabo en conocimientos previos (evaluación inicial), y sobre los aprendizajes adquiridos (evaluación formativa y final). <p>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:</p>
<p>METODOLOGÍA</p>	<p>En cuanto a la metodología destacar que esta es definida como los procedimientos para alcanzar determinados objetivos. Los caminos para conseguirlos no son únicos e invariables por tanto se proponen orientaciones metodológicas diferentes. Aunque no existe una metodología considerada como la ideal, como ya dije en mi programación utilizaré en esta y en todas mis unidades didácticas, una metodología activa, considerando al alumnos como un sujeto activo, que actúa, que participa, que experimenta ya que la considero como la más adecuada para este proceso; ya lo apuntó Galileo <i>“nada puedes enseñar a una persona, solo puedes ayudarlo a que lo descubra por sí misma”</i>.</p> <p>Distinguiré en este sentido entre la ESTRATEGÍA EN LA PRÁCTICA y los ESTILOS DE ENSEÑANZA.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En cuanto a la estrategia en la práctica utilizaré una estrategia global, en la mayoría de actividades y en otras como la adaptación de los derechos y deberes constitucionales a nuestra realidad educativa utilizaré una estrategia global con modificación de la situación real. <i>Para María ejercitaré una estrategia global con polarización de la atención.</i> - En cuanto a los estilos de enseñanza y teniendo en cuenta las reflexiones iniciales, los que más presentes van a estar en esta unidad son: La asignación de tareas; el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

<p>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</p>	<p>Dentro del grupo encontramos a dos alumnos que p que presentan Necesidades Educativas Especiales uno de corte significativa y otro de corte no significativo. El primero de los casos corresponde a María que es una alumna que sufre Apraxia (torpeza motriz) debido a un accidente de tráfico a los 6 años. Esta enfermedad provoca en María:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deficiencias en capacidades locomotoras - Deficiencias en capacidades manipulativas. - Dificultades en equilibrio. - Dificultades en coordinación. - Marcha atáxica <p>Esto quiere decir que en el posterior desarrollo de los elementos curriculares de mi Unidad Didáctica necesitará de adaptaciones curriculares de carácter significativo debido a las deficiencias que posee.</p> <p>El otro alumno que necesita de Necesidades Educativas Especiales es Alvarito que debido a su condición social de niño con graves problemas familiares y bajísima situación económica presenta conductas disruptivas y necesitará de atención especial durante el desarrollo de las sesiones.</p> <p>Con respecto al resto de los alumnos comentar que no hay ninguno que presente ningún problema a nivel cognitivo, afectivo o motriz y no demandan más atención de la inicialmente prevista.</p> <p>OBJETIVOS ADAPTADOS:</p> <p><i>Las adaptaciones para María se centrarán:</i></p> <p style="padding-left: 40px;"><i>Sobre la aceptación de las actividades y juegos para facilitar su participación y facilitar su integración.</i></p> <p style="padding-left: 80px;"><i>° Sobre el conocimiento de sus posibilidades y limitaciones.</i></p> <p style="padding-left: 40px;"><i>Sobre el aumento de la confianza en sí misma y en los movimientos que realiza.</i></p> <p style="padding-left: 80px;"><i>° Sobre la mejora de su autonomía motriz.</i></p> <p style="padding-left: 80px;"><i>° Sobre la adecuación de esfuerzos según sus posibilidades.</i></p>

° Sobre la importancia de utilización de elementos de seguridad.

Por tanto las capacidades a conseguir al finalizar la Unidad Didáctica responden a:

- *Experimentar el nivel de destreza propio.*
- *Practicar el juego como fenómeno social y cultural.*
- *Conocer medidas y normas de seguridad y material adaptado.*
- *Participar en las actividades cooperativas con un comportamiento activo, dentro de sus propias posibilidades.*
- *Desarrollar y demostrar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad.*

Para María sus contenidos formales en cuanto a los conceptos serán:

- *Medidas y normas de seguridad.*
- *Reconocimiento de las propias limitaciones.*
- *Derechos y deberes.*

Para María sus contenidos formales en cuanto a procedimientos serán:

- *Adopción de medidas y normas de seguridad.*
- *Experimentación del nivel de destreza propio y el de los demás.*
- *Prevención de accidentes: caídas, golpes con material ...*
- *Práctica de hábitos de limpieza y aseo corporal con la máxima autonomía que le permita sus limitaciones.*

Para María sus contenidos formales en cuanto a actitudes serán:

- *Respeto a sí misma por sus diferencias.*
- *Demostración de afectividad en situaciones jugadas de forma cooperativa.*
- *Desarrollo del placer de jugar.*
- *Adopción de un comportamiento correcto.*

A diferencia de María Alvarito no presenta necesidades educativas especiales que nos obliguen a modificar, ampliar, eliminar o simplificar ningún elemento curricular. Las actuaciones para con este alumno serán de otro tipo, estaremos muy pendientes de él dado que la unidad está centrada en juegos cooperativos, intentaremos darle importancia su persona en todos los temas relacionados con la Paz y no violencia nombrándole capitán de algún equipo o en ocasiones portavoz del grupo aunque sin abrumarle con demasiada responsabilidad, ya que es un chico bastante inteligente y se puede dar cuenta de nuestra estrategia.

EVALUACIÓN

-El ¿QUÉ EVALUAR?

- El ¿Cómo EVALUAR?

Para contestar a la primera cuestión, a continuación desglosaré los criterios de evaluación sobre los cuales evaluaré las capacidades que deben llegar a conseguir mis alumnos al término de esta unidad.

Dichos criterios deben tener como característica principal la coherencia horizontal con el resto de elementos curriculares ya planteados anteriormente. Éstos son:

- Reconoce lo positivo de la labor de equipo.
- Comprende el juego como fenómeno social y cultural.
- Experimenta empatía.
- Adopta normas de higiene y aseo personal.
- Participa en juegos con un comportamiento constructivo.
- Reflexiona, analiza y debate cuestiones de Cultura de Paz y No violencia.
- Utiliza de forma adecuada los materiales e instalaciones de EF.
- Participa en las actividades aplicadas en la evaluación inicial.

En cuanto a la pregunta ¿CÓMO EVALUAR?, los anteriores criterios de evaluación propuestos para el proceso de aprendizaje, me serviré de las siguientes técnicas e instrumentos de evaluación;

7- Técnicas cualitativas, observación indirecta, mecanismo de apreciación:
REGISTRO ANECDOTARIO.

8- Técnica cualitativa, observación indirecta, mecanismo de apreciación:
LISTA DE CONTROL.

Valoración en tantos por ciento de lo que se evalúa:

- ° Ámbito motor: 35%
- ° Ámbito cognitivo: 30%
- ° Ámbito afectivo: 35%

- ¡Qué hay de nuevo amigos!: Realizaremos una batería de juegos cooperativos donde consigamos que los alumnos pierdan la vergüenza en este tipo de actividades y conseguir que se necesiten los unos a los otros para conseguir las metas.
- LOS JUEGOS DE MIS COLEGAS: Propondremos a los alumnos y alumnas que se preparen una clase de Educación Física de 15 minutos de duración con uno de los contenidos que se van a repartir los grupos que por supuesto corresponden con los que hemos trabajado nosotros a lo largo del curso. Cada grupo tendrá como única norma que las actividades que propongan deban de ser cooperativas, estas actividades pueden ser de las que hayamos hecho en clase o algunas que a ellos les parezcan más motivantes. Por supuesto dada la cuantía de los contenidos de nuestra área esto no se hará con todos los contenidos y por supuesto dejaremos dos sesiones dentro de la unidad para esta propuesta.
- ¿Qué juegos te gustan más?: Después de recibir el citado informe realizaremos una batería de juegos de todo tipo teniendo en cuenta las preferencias de los alumnos y alumnas, al final de la clase realizaremos un consenso de cuales son para ellos los más significativos y haremos un mural con todo ello. Además en esta sesión utilizaremos la vuelta a la calma para hacer los grupos de la siguiente sesión, así como explicar única norma nuestra peculiar forma de jugar al trivial y las pruebas de las que consta nuestra gymkhana.

- La Unión hace la fuerza: Como marco de referencia un juego de mesa, realizaremos una gymkhana donde mediante juegos cooperativos deban ir resolviendo pruebas y preguntas en equipo, a la consecución de cada prueba se les otorgará un derecho en la clase de Educación física o un deber, hasta completar nuestra personal carta de Derechos Escolares que quedará recogida en un mural realizado por los alumnos y alumnas y puesto en el gimnasio durante todo el año... Además las pruebas de la gymkhana corresponderán con los contenidos que vamos a desarrollar a lo largo del curso, por lo tanto nos servirá para hacer una presentación de los mismos.

- ¿Que hemos aprendido?: Sesión de reflexión y de evaluación sobre dos ejes, el resumir que tipo de actividades son más significativas, y sobre todo si conseguimos ser mejores ciudadanos o escolares si respetamos los derechos y realizamos los deberes.

<p>Ciclo: 3° Nivel: 2° Trimestre: 1°</p>	<p>Título: N° de sesiones: 6</p>
<p>JUSTIFICACIÓN</p>	<p>Es imprescindible dentro de una programación de Educación Física incluir una Unidad Didáctica dedicada a la salud y a la higiene.</p> <p>La Organización Mundial de la Salud la definió como “el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones y enfermedades”</p> <p>Centrándonos un poco más en el ámbito que nos ocupa que no es otro que la Educación Primaria cabe destacar que la salud y la higiene son sobre todo cuestión de hábitos y la etapa que nos ocupa es la etapa fundamental dentro de la educación del alumno para la adquisición de dichos hábitos. Por ejemplo un alumno que desde primer ciclo esté acostumbrado a asearse después de asistir a la clase de Educación Física lo hará en momentos posteriores cuando vaya a realizar cualquier actividad; mientras que si ese hábito no lo ha captado desde pequeño no lo hará a menos que le obliguen a ello.</p> <p>Dentro de nuestra área, la Educación Física, tiene una importancia fundamental, dentro del Decreto 105/92, de 9 de Junio, por el que se establecen las enseñanzas correspondientes a la Educación Primaria aparece:</p> <ul style="list-style-type: none"> - En la introducción del área de EF.: “La sociedad actual es consciente de la necesidad de incorporar a la educación básica aquellos conocimientos y capacidades que relacionados con el cuerpo y su actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejor calidad de vida”. - En los Objetivos del área: “Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, posturales y de ejercicio físico que incidan positivamente sobre la salud y la calidad de vida”. - En los contenidos: Es importantísimo dentro de este apartado ya que la salud corresponde a uno de los tres grandes bloques de contenidos que contiene nuestra área. - En los criterios de evaluación: “Sobre la concienciación acerca de los efectos de la actividad física”. Debe constatarse la capacidad de evaluar la incidencia de la práctica adecuada y habitual de actividades físicas en la mejora de la salud y la calidad de vida, comprobando las relaciones que se establecen entre la realización de actividades físicas y el mantenimiento o la mejora de la salud y la contribución a la calidad de vida. - En los temas transversales: Desde la Orden de 17/11/96 por la que se regulan la organización y funcionamiento de los Temas Transversales y la Educación en Valores del currículo, la Educación para la Salud es uno de ellos, por tanto se va a estar trabajando durante todo el curso de manera interdisciplinar. <p>Asegurada la existencia de unos contenidos adecuados, no debe olvidarse otra manera de enseñar y de aprender que deriva del “currículo oculto”: el conjunto de valores, normas y actitudes que de una manera implícita están presentes y conforman el microclima escolar. Las actitudes de los profesores, el mayor o menor equilibrio de los menús del comedor escolar, la limpieza de</p>

	<p>las instalaciones, el grado de cumplimiento de las normas vigentes (no fumar), conforman unos contenidos de los que todos los alumnos deben tomar nota. La Educación Física es un elemento favorecedor de la calidad de vida, y como tal debe ser enseñado a los alumnos y alumnas, deben aprovecharse de ella para cuidar su cuerpo, su mente, etc.... Hoy en día asistimos a una creciente preocupación por todo lo concerniente a la salud y a la calidad de vida, tanto más si algunas de las patologías que más nos preocupan aparecen relacionadas con hábitos de vida poco saludables. La Educación Física debe de ser el instrumento para realizar esos saludables hábitos de vida, y se trata de ofrecer la oferta más variada posible.</p> <p>Durante los ciclos anteriores los alumnos y alumnas de mi centro ya conocen los hábitos que son más saludables y practican su mayoría, pero en este tercer ciclo mi intención van mucho más allá; se trata de crear sujetos críticos capaces de decidir por sí mismos, y lo más importante capaces de desechar todo aquello que no les interese (drogas, alcohol, tabaco...)</p> <p>La conexión con mi centro de interés es clara, la educación para la ciudadanía es un elemento íntimamente ligado a la salud, ya que no se puede llegar a ser un buen ciudadano si uno no es un ciudadano saludable y viceversa, por tanto son conceptos que se necesitan uno a otro para realizarse. No podemos olvidar el componente interdisciplinar que va a tener con el área de Educación para la ciudadanía que establece la LOE para este tercer ciclo.</p> <p>Centrándonos un poco en la Unidad, utilizaré durante toda ella los juegos cooperativos como hilo conductor, y la gymkhana como elemento motivador que haga que los alumnos y alumnas entren de manera más significativa dentro de la dinámica.</p> <p>Por supuesto con todo esto y como dije en la introducción estableceré el trabajo de la Educación para la ciudadanía.</p>
<p>VINCULACIÓN CON LA PROGRAMACIÓN DE AULA Y...</p>	
<p>OBJETIVOS DIDÁCTICOS</p>	<p>Al finalizar la UD los alumnos deben ser capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizar los elementos adecuados que faciliten una adecuada higiene postural en la realización de juegos y actividades. - Reconocer los aspectos básicos de una adecuada higiene personal, en el desarrollo de su vida diaria. - Recordar los aspectos relacionados con las normas de seguridad y de ciudadanía en las pruebas de las que consta la gymkhana. - Practicar ejercicio físico utilizando las condiciones de seguridad y prudencia adecuadas, valorando la importancia de no asumir riesgos innecesarios.

	<ul style="list-style-type: none"> - Descubrir el calentamiento como parte fundamental de la actividad física. - Vivenciar diferentes tipos de calentamientos y relajaciones (globales y segmentarias). - Consolidar hábitos que impliquen el uso y cuidado del material y el entorno como requisito fundamental de la Educación para la ciudadanía. - Aplicar los conocimientos que se tienen sobre los alimentos para crear a través de contextos cooperativos dietas más apropiadas para nuestra salud. - Conocer de una manera más profunda las peculiaridades de los alimentos utilizando para ello, entornos de motivación como las gymkhanas fundamentadas en un juego de mesa. - Aceptar las posibilidades propias y de los demás como un electo favorecedor de la salud - Desarrollar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los estereotipos y prejuicios. - Participar en las actividades de grupo con un comportamiento constructivo, responsable y solidario y valorar las aportaciones propias y ajenas. - Concienciar de lo positivo que tiene la labor de equipo
<p style="text-align: center;">CONTENIDOS</p>	<p>Conceptos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Derechos y Deberes: Conocimiento y aplicación. - Calentamiento y relajación: Tipos y características. - Elementos necesarios para una adecuada seguridad. - Efectos positivos de la actividad física sobre la salud.

	<p>Procedimientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de juegos de mesa que favorezcan el conocimiento de nuestros alumnos y alumnas de los aspectos vinculados a la alimentación, la higiene postural, las normas higiénicas, a los efectos de la actividad física sobre la salud del respeto al medio, etc. - Experimentación de situaciones lúdicas de e/ a que favorezcan el conocimiento básico de los alimentos adecuados e inadecuados de una dieta sana a través del contacto con las gymkhanas de corte cooperativos. - Actividades para conocer los aspectos que permiten respetar y cuidar el medio (materiales, instalaciones,) etc. - Ejercitación y elaboración de calentamientos de forma autónoma. - Creación de una Carta de Derechos y Deberes escolares. <p>- .</p>		
	<p>Actitudes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respeto a las diferencias ajenas. - Adopción de un comportamiento correcto y equilibrado. - Desarrollo de la afectividad. - Anteposición del placer de jugar al de ganar. - Aceptación del nivel de destreza propio y el de los demás. 		
<p>RELACIÓN CON...</p>	<p>Otras Áreas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Área del conocimiento del medio social, natural y cultural: El estudio de los deberes y derechos de los ciudadanos amparados por nuestra Constitución es un contenido muy ligado a esta área. - Educación artística: La realización de materiales para el mural final de deberes y derechos de los alumnos así 	<p>Otras Unidades:</p>	<p>Temas Transversales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Educación moral y cívica: mantiene contenidos y valores comunes con la nombrada Educación para la ciudadanía, va a estar presente tanto en esta como en todas las unidades de mi primer trimestre ya que la he considerado como mi centro de interés, esto es, como el panel de fondo en torno al cual van a girar mis propuestas. Es muy importante concienciar a los alumnos de que debemos ser capaces de vivir en sociedad, como dijo Aristóteles el ser humano es sobre todo un ser social, aunque muchos se empeñen en desmentirlo dado el cariz que están tomando los tiempos. El estudio y la vivencia

	<p>como la culminación de otros materiales que utilizaremos en el desarrollo de las sesiones hacen que las conexiones con esta área sean continuas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lengua castellana y literatura: La expresión oral que deberán utilizar los alumnos para el debate, la negociación y los cuentos en blanco fundamentan la conexión. Además de la incorporación de vocabulario de la paz, conceptos de no violencia, etc.... - Área de Matemáticas: En los juegos situaciones de agrupamientos, dispersiones, trayectorias y sistemas de tanteos hacen que sin la ayuda de esta área de conocimiento el desarrollo de esta unidad sea mucho más arduo. 		<p>de cómo conseguir los derechos que hoy día nos amparan, el conocimiento de nuestros deberes, la participación en actividades que requieran consenso etc.... van a ser lazos inequívocos de que en esta unidad este contenido transversal va a estar muy presente. A nivel más práctico queda absolutamente demostrado con la realización de nuestra Carta de Deberes y Derechos Escolares.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Educación para la paz: también está muy presente, como hemos visto en los objetivos y en los contenidos y como veremos en las actividades. Recuerdo que mi centro está inmerso en el proyecto La escuela: Espacio de paz y muchas de las actividades de las sesiones giraran en este sentido. Mediante la Educación Física debemos potenciar la resolución de conflictos utilizando el diálogo y el consenso, respetar a los demás valorar sus opiniones y aceptarlas, nos darán como resultado la creación de individuos críticos capaces de decidir por ellos mismos. -Educación intercultural: El respeto del que hablamos y la aceptación del otro también conlleva la no discriminación por motivo de raza, religión, lengua o simplemente por provenir del extranjero. En nuestro grupo no tenemos ningún caso de inmigración pero si existen dentro del centro, y mediante la realización de actividades de integración ayudaremos a que estos se sientan mejor. - Educación para la salud: En esta Unidad voy a hacer hincapié en el
--	---	--	--

			<p>aseo corporal, creo importantísimo que el alumno adopte hábitos de aseo después de realizar ejercicio y para ello les propondremos que traigan una muda de casa y un neceser para cuando acaben las clases.</p> <p>- Educación del consumidor: La importancia que actualmente está adquiriendo este tema es tal que en la medida de lo posible todos los docentes debemos de introducir pinceladas en torno al tema. Muchas veces vivimos a un nivel muy superior a nuestras posibilidades por miedo al rechazo, o a la vergüenza que supone no ir vestido de marca. En esta unidad lo trabajaremos realizando nosotros muchos de los materiales con los que vamos a trabajar, para inculcar a los alumnos que hay cosas que compramos que las podemos hacer nosotros mismos y guardar ese dinero para otras cosas más importantes.</p>
<p>RECURSOS MATERIALES Y DIDÁCTICOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Recursos humanos: Profesora y alumnos y alumnas. - Materiales: Los que van a realizar los propios alumnos y alumnas y los disponibles en el centro como son: aro, pelotas, picas, cuerdas, mazas, petos, banco suecos. - Instalaciones: El aula, las pistas polideportivas y el gimnasio. 		
<p>ACTIVIDADES DE E/A</p>	<p>De iniciación, de desarrollo, de refuerzo, de ampliación, de evaluación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - De introducción: sirven para averiguar las ideas previas y motivaciones de los alumnos/as sobre el contenido en cuestión. - De desarrollo: El alumno/a se pone en contacto con los contenidos, con las tareas con los juegos y actividades. - De consolidación: sirven para afianzar los aprendizajes asimilados. - De refuerzo: para aquellos alumnos con dificultades y que no han asimilado suficientemente los contenidos. 		

	<ul style="list-style-type: none"> - De ampliación: permiten seguir construyendo conocimientos a los alumnos que no han asimilado los contenidos de manera satisfactoria. - De evaluación: son actividades para evaluar los aprendizajes logrados en un momento concreto. Puede llevarse a cabo en conocimientos previos (evaluación inicial), y sobre los aprendizajes adquiridos (evaluación formativa y final). <p>ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS:</p>
<p>METODOLOGÍA</p>	<p>En cuanto a la metodología destacar que esta es definida como los procedimientos para alcanzar determinados objetivos. Los caminos para conseguirlos no son únicos e invariables por tanto se proponen orientaciones metodológicas diferentes. Aunque no existe una metodología considerada como la ideal, como ya dije en mi programación utilizaré en esta y en todas mis unidades didácticas, una metodología activa, considerando al alumnos como un sujeto activo, que actúa, que participa, que experimenta ya que la considero como la más adecuada para este proceso; ya lo apuntó Galileo <i>“nada puedes enseñar a una persona, solo puedes ayudarlo a que lo descubra por sí misma”</i>.</p> <p>Distinguiré en este sentido entre la ESTRATEGÍA EN LA PRÁCTICA y los ESTILOS DE ENSEÑANZA.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En cuanto a la estrategia en la práctica utilizaré una estrategia global, en la mayoría de actividades y en otras como la adaptación de los derechos y deberes constitucionales a nuestra realidad educativa utilizaré una estrategia global con modificación de la situación real. <i>Para María ejercitaré una estrategia global con polarización de la atención.</i> - En cuanto a los estilos de enseñanza y teniendo en cuenta las reflexiones iniciales, los que más presentes van a estar en esta unidad son: La asignación de tareas; el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.

**ATENCIÓN A LA
DIVERSIDAD**

Dentro del grupo encontramos a dos alumnos que p que presentan Necesidades Educativas Especiales uno de corte significativa y otro de corte no significativo. El primero de los casos corresponde a María que es una alumna que sufre Apraxia (torpeza motriz) debido a un accidente de tráfico a los 6 años. Esta enfermedad provoca en María:

- Deficiencias en capacidades locomotrices
- Deficiencias en capacidades manipulativas.
- Dificultades en equilibrio.
- Dificultades en coordinación.
- Marcha atáxica

Esto quiere decir que en el posterior desarrollo de los elementos curriculares de mi Unidad Didáctica necesitará de adaptaciones curriculares de carácter significativo debido a las deficiencias que posee.

El otro alumno que necesita de Necesidades Educativas Especiales es Alvarito que debido a su condición social de niño con graves problemas familiares y bajísima situación económica presenta conductas disruptivas y necesitará de atención especial durante el desarrollo de las sesiones.

Con respecto al resto de los alumnos comentar que no hay ninguno que presente ningún problema a nivel cognitivo, afectivo o motriz y no demandan más atención de la inicialmente prevista.

OBJETIVOS ADAPTADOS:

Las adaptaciones para María se centrarán:

Sobre la aceptación de las actividades y juegos para facilitar su participación y facilitar su integración.

° Sobre el conocimiento de sus posibilidades y limitaciones.

Sobre el aumento de la confianza en sí misma y en los movimientos que realiza.

° Sobre la mejora de su autonomía motriz.

° Sobre la adecuación de esfuerzos según sus posibilidades.

° Sobre la importancia de utilización de elementos de seguridad.

Por tanto las capacidades a conseguir al finalizar la Unidad Didáctica responden a:

- *Experimentar el nivel de destreza propio.*
- *Practicar el juego como fenómeno social y cultural.*
- *Conocer medidas y normas de seguridad y material adaptado.*

	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Participar en las actividades cooperativas con un comportamiento activo, dentro de sus propias posibilidades.</i> - <i>Desarrollar y demostrar la afectividad en todos los ámbitos de la personalidad.</i> <p><i>Para María sus contenidos formales en cuanto a los conceptos serán:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Medidas y normas de seguridad.</i> - <i>Reconocimiento de las propias limitaciones.</i> - <i>Derechos y deberes.</i> <p><i>Para María sus contenidos formales en cuanto a procedimientos serán:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Adopción de medidas y normas de seguridad.</i> - <i>Experimentación del nivel de destreza propio y el de los demás.</i> - <i>Prevención de accidentes: caídas, golpes con material ...</i> - <i>Práctica de hábitos de limpieza y aseo corporal con la máxima autonomía que le permita sus limitaciones.</i> <p><i>Para María sus contenidos formales en cuanto a actitudes serán:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Respeto a sí misma por sus diferencias.</i> - <i>Demostración de afectividad en situaciones jugadas de forma cooperativa.</i> - <i>Desarrollo del placer de jugar.</i> - <i>Adopción de un comportamiento correcto.</i> <p>A diferencia de María Alvarito no presenta necesidades educativas especiales que nos obliguen a modificar, ampliar, eliminar o simplificar ningún elemento curricular. Las actuaciones para con este alumno serán de otro tipo, estaremos muy pendientes de él dado que la unidad está centrada en juegos cooperativos, intentaremos darle importancia su persona en todos los temas relacionados con la Paz y no violencia nombrándole capitán de algún equipo o en ocasiones portavoz del grupo aunque sin abrumarle con demasiada responsabilidad, ya que es un chico bastante inteligente y se puede dar cuenta de nuestra estrategia.</p>
<p>EVALUACIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> -El ¿QUÉ EVALUAR? - El ¿Cómo EVALUAR? <p>Para contestar a la primera cuestión, a continuación desglosaré los criterios de evaluación sobre los cuales evaluaré las capacidades que deben llegar a conseguir mis alumnos al término de esta unidad.</p> <p>Dichos criterios deben tener como característica principal la coherencia horizontal con el resto de elementos curriculares ya planteados anteriormente. Éstos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participa con los compañeros y compañeras en los diferentes juegos y actividades planteados en las sesiones de EF, respetando los roles propios de cada uno. • Valora la importancia del uso del material y equipación como vehículo para eliminar riesgos de accidentes o lesiones. • Identifica la importancia del calentamiento y la relajación en la práctica de Educación Física.

- Respetar a los compañeros y compañeras y a la maestra de Educación Física.
- Colabora en la participación de actividades de corte cooperativo aceptando los roles que se les plantea.
- Cuida y respeta el material, las instalaciones y el entorno en que se desarrollan las actividades.

En cuanto a la pregunta ¿CÓMO EVALUAR?, los anteriores criterios de evaluación propuestos para el proceso de aprendizaje, me serviré de las siguientes técnicas e instrumentos de evaluación;

9- Técnicas cualitativas, observación indirecta, mecanismo de apreciación: REGISTRO ANECDOTARIO.

10- Técnica cualitativa, observación indirecta, mecanismo de apreciación: LISTA DE CONTROL.

Valoración en tantos por ciento de lo que se evalúa:

- ° Ámbito motor: 35%
- ° Ámbito cognitivo: 30%
- ° Ámbito afectivo: 35%

- ¿Cómo nos alimentamos? : Se empezará la Unidad con una evaluación inicial con preguntas sobre que alimentos nos gustan más o menos, que tipo de desayuno es el que hacemos, cuantas comidas al día etc.... Después los alumnos y alumnas visualizarán un video donde se les explique la composición de los nutrientes, y las necesidades que de esa descomposición tiene nuestro cuerpo. Esto es, cuantas proteínas necesitamos, cuantas grasas, cuales son los alimentos que más contienen etc....La duración del vídeo será de unos quince minutos y se les pasará una ficha para que valoren el tipo de alimentación que hacen, si les parece equilibrada, cuantas grasas ingieren normalmente, si piensa cambiarla una vez conocida la información del video etc.... Al final de la clase se les pedirá que se coloquen en grupo y busquen información sobre el calentamiento para el desarrollo de la próxima sesión así como que

realicen el que consideren más completo y adecuado para cada grupo, utilizando las TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN.

- Así evitamos problemas: Con la información recabada el día anterior sobre el calentamiento se le realizarán una serie de preguntas en torno a si lo consideran importante, para que nos sirve o si por el contrario lo ven como una pérdida de tiempo. Cada grupo posteriormente realizará su calentamiento y habrá una puesta en común donde fijemos de entre todos el que nos parece más completo, solventando las preguntas de la parte inicial de la sesión, sobre la importancia de este para preparar nuestros músculos y articulaciones para una carga de trabajo más intensa y de esta forma estar preparado y evitar lesiones. Al finalizar y antes del aseo previa revisión de la bolsa de los alumnos y alumnas se les pedirá que conformando los mismos grupos traigan para la siguiente sesión los derechos y deberes escolares que más importantes les parecen.
- La Unión hace la fuerza: Se empezará la sesión realizando el calentamiento de la anterior, y formando dos grupos en la clase se desarrollará una gymkhana compuesta por juegos cooperativos en torno al contenido de salud. Cada equipo luchará por los derechos y deberes de los alumnos y alumnas respectivamente, cada prueba superada corresponde con un sobre que contiene una pregunta, LA PREGUNTA DEL QUESITO, con contenidos relacionados con temas de salud ya estudiados en la unidad o en cursos anteriores, al final de la clase nos sentaremos alrededor del tablero de juego y con cada respuesta acertada se les entregará un derecho o un deber según corresponda para formar al finalizar la Unidad nuestra particular CARTA DE DERECHOS Y DEBERES DE LA CLASE.
- ¿Qué hemos aprendido?: Sesión de reflexión donde realizaremos el mural con los Derechos y Deberes conseguidos y haremos un repaso de los contenidos de salud trabajados, la seguridad, e aseo, la alimentación etc...

5. SESIONES

El sentido de este documento es argumentar de manera práctica las intenciones que expusimos con las Unidades anteriores. Cuando hablamos con algunos compañeros y compañeras maestros, especialistas en Educación Física, nos comentaron la dificultad que en ocasiones encontraban para entablar relaciones coherentes con los contenidos propios de nuestra área, como puede ser la Expresión corporal, el Acondicionamiento Físico, los Juegos tradicionales etc....con los valores, y la problemática que para ellos suponía, la inclusión del nuevo área que la LEY ÓRGANICA DE EDUCACIÓN va a implantar para el Tercer Ciclo, la Educación para la Ciudadanía , por la necesidad de trabajarla de manera interdisciplinar.

A raíz de estas inquietudes nos surgió la idea de ofrecer un documento de carácter práctico en el que por un lado explicáramos el concepto de valor, la importancia que en la sociedad actual tiene el trabajo de estos últimos, la posición privilegiada en la que se encuentra nuestra área, y por supuesto la oferta de una batería de Unidades Didácticas que trabajan contenidos propios de la educación Física, pero que a su vez conviven con estos contenidos los valores en algunas ocasiones y en otras la Educación para la Ciudadanía trabajada a través de estos.

Pero cuando terminamos ese documento, vimos que ningún compañero o compañera podía ponerlo en práctica inmediatamente si lo quería, ya que habíamos dado el marco general sobre el que trabajar, pero que nos faltaban las herramientas necesarias para el trabajo diario que no van a ser otra que las sesiones.

Por todo lo anterior este documento es de un marcado carácter práctico, ya que lo consideramos como una segunda parte del anterior y dado que la contextualización ya la hicimos y ya ofrecimos las unidades, en este vamos a desarrollar directamente las sesiones que ponen en práctica el día a día de esas Unidades.

Las sesiones que vamos a desarrollar continuación están destinadas a un TERCER CICLO de la Educación Primaria. Los contenidos sobre los que van a versar son:

- PRESENTACIÓN.
- EXPRESIÓN CORPORAL.
- ACONDICIONAMIENTO FÍSICO.
- JUEGOS COOPERATIVOS.
- SALUD E HIGIENE.

Pero como venimos apuntando estos contenidos van a convivir en el marco de unos valores como

Y por supuesto nos hemos tomado un especial interés por el uno de los argumentos que con más énfasis defiende la LEY ORGÁNICA DE EDUCACIÓN, las CCBB.

Ya apuntamos en el documento de las unidades que se está convirtiendo en un gravísimo problema del que entendemos debemos de formar parte los docentes, y desde estas sesiones queremos enfatizar el privilegiado lugar en el que se encuentra nuestra área para trabajar en este sentido.

Presentamos varios modelos de sesión ya que hemos querido ampliar la oferta para que los compañeros y compañeras que tengan a bien utilizar nuestros documentos encuentren una amplia gama de trabajo con el que poder adaptarnos a diversas situaciones y a las más variadas formas de trabajo. En este sentido ofrecemos sesiones de corte más convencional, utilizando el esquema clásico de sesión de:

- PARTE INICIAL.
- PARTE PRINCIPAL.
- VUELTA A LA CALMA.

Y por otro lado un modelo que consideramos más innovador, que pretende jugar con el grado de motivación de los alumnos y alumnas como son las gymkhanas, en este caso de cortes cooperativos y fundamentados en un juego de mesa como es el trivial.

Estas gymkhanas tienen un modus operandi sencillos aunque como dijimos en las Unidades cada vez que queramos preparar alguna, aconsejamos utilizar la vuelta a la calma de la sesión anterior para prepararlas. Se trata de dividir al grupo en dos equipos,

a uno le llamaremos el de los DERECHO y a otro el de los DEBERES, y tendrán que ir solventando las pruebas que les toca al tirar el dado en el talero. Si lo consiguen con éxito el maestro les dará un sobre con la Pregunta del quesito, que en la vuelta a la calma tendrán que responder, si lo hacen acertadamente recibirán el DERECHO o el Deber según corresponda.

Las intenciones que tenemos con el presente documento no son otras que completar de manera práctica lo que ofrecimos en el anterior, ya que como dijimos en el prólogo hemos “montado el coche” pero nos hacían falta los mecanismos para ponerlo en marcha.

SESIÓN DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

CICLO 3°

NIVEL 2°

NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos volvemos a encontrar.

ASPECTOS A TRABAJAR

- Trabajar los valores de cooperación y solidaridad entre los compañeros y compañeras.
- Volver a conectar a los alumnos y alumnas con la Educación Física.

PARTE INICIA 15 MINUTOS

PERIODISTAS: Con una hoja de papel cada alumno a alumna deberá realizar una pequeña entrevista a un compañero a compañera en función de sus gustos, hobbies, comidas preferidas, profesión de futuro, etc... Después realizaremos una puesta en común para presentar los gustos de todos los compañeros por parte de los periodistas. Por supuesto cada alumno a alumna asumirá el rol de periodista y de entrevistado.

LOS CONTACTOS: Empezamos a desplazarnos libremente por el espacio y cada vez que nos crucemos con un compañero o compañera debemos de tocarle alguna parte del cuerpo, los brazos, la cabeza, la espalda, las piernas etc...

.

PARTE PRINCIPAL 35 MINUTOS

LOS TRONCOS: Colocamos a los alumnos y alumnas en grupos, tumbados en el suelo paralelos al fondo del gimnasio. Uno del grupo se queda fuera y se tumba encima de sus compañeros, cuando estos se den la vuelta lo transportarán de atrás

hacia delante, el que se haya quedado último de la fila de troncos pasa a estar de pie y a tumbarse en sus compañeros, el primer equipo que llegue de esta forma a la meta gana.

LATAS DE SARDINAS: En grupos les damos una colchoneta quitamiedos a cada grupo que deberán estar como auténticas latas de sardinas en la posición que diga el profesor de pie primer momento, después todos sentados, todos tumbados etc... por supuesto sin que ningún miembro del grupo resalga en ningún momento de la colchoneta.

CARRERAS DE CUCLILLAS: Dividimos a la clase en dos grupos, y los colocaremos en el fondo del gimnasio, los grupos irán agarrados por las manos o por los hombros sin poder soltarse y realizarán una carrera contra el otro equipo siguiendo esta forma de desplazarnos.

VUELTA A LA CALMA 10 MINUTOS

Realizaremos una puesta en común de las normas de funcionamiento que recuerden de cursos anteriores así como de las nuevas para este curso, daremos unas pequeñas nociones de los contenidos que vamos a trabajar durante este curso para que los alumnos y alumnas nos cuenten que les parecen, cuales les gustan más, cuales les parecen más difíciles etc..

EJERCICIOS DE FLEXIBILIDAD:

PAUTAS DE ACTUACIÓN

Metodología:

En cuanto a los *estilos de enseñanza* he utilizado como argumento principal el mando directo en cuanto al desarrollo de los juegos en sí, pero en cuanto a los aspectos relacionados con las pulsaciones y conceptos relativos a la resistencia, todo a partido de

preguntas que se les ha ido haciendo a los alumnos y alumnas, por lo que podemos decir que la resolución de problemas también ha estado presente en el desarrollo de la sesión.

Organización

A) Organización de los grupos

Hemos utilizado grupos e todos los juegos de la sesión, para remarcar el componente colaborativo de esta y trabajar los valores de solidaridad y compañerismo de la que hablamos en los objetivos, excepto la vuelta a la calma en la que hemos trabajado la puesta en común y ha sido de manera individual.

B) Organización del profesor

C) : En cuanto a mi situación respecto a al grupo, será externa al inicio de la sesión, cuando vaya a explicar cada uno de los juegos y actividades y al final de cada juego cuando se procede a la toma de pulsaciones. Intentaré que la información facilitada a los alumnos y alumnas sea clara y concisa y que estos estén ubicados de manera que puedan verme y oírmela igual que yo a ellos sin ningún tipo de problemas. Para que esto ocurra utilizaré semicírculos, que estén sentados, que no tengan material en las manos que lo pueda distraer. Además utilizaré una posición interna cuando esté realizando algún tipo de corrección a modo de feedback aumentado de corte individual.

Para el control de la organización de la clase emplearé tanto sistema de señales para todos los juegos, ya que me interesa marcar siempre el principio y el final de cada juego para de esta manera controlar el tiempo de actividad y de recuperación.

Organización del tiempo: Dentro de este apartado destacar, que para el máximo aprovechamiento del tiempo de clase, implicaré a los compañeros/as del centro, a los cuales pediré que bajen a los alumnos y alumnas y los recojan a la hora indicada para no perder mucho tiempo en los desplazamientos. Además procuraré, que la información previa necesaria para que los alumnos y alumnas puedan entender lo que pretendemos y en que consiste cada uno de los juegos, sea lo más clara y breve para de esta forma contribuir a que el tiempo de participación activa de los alumnos y alumnas sea lo más extenso posible. Otro aspecto a resaltar es la

forma que utilizaré para transmitir el conocimiento de los resultados, que será global en aquellos aspectos relativos a como se van desarrollando cada uno de los juegos e individual para las correcciones que solo afecte a cada alumno y alumna en particular.

Recursos y materiales:

Los recursos humanos utilizados en esta sesión son maestro y alumnas y alumnos.

Dentro de los recursos materiales, en cuanto a instalaciones, se ha usado la pista polideportiva de 20x40 con la que cuenta el centro. En cuanto a materiales propiamente dichos, destacar la utilización de pelotas de tenis, balones de baloncesto, pelotas de goma espuma, colchoneta “quitamiedos”, cronómetro.

Evaluación:

En cuanto a los mecanismos e instrumentos utilizados en esta sesión destacar la observación indirecta utilizando una lista de control donde consignaré los aspectos más relevantes que creo fundamental marcar.

Con respecto a la valoración en tantos por ciento, serán los siguientes:

- Cognitivo 35%
- Afectivo 20%
- Motriz 45%.

SESIÓN DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

CICLO 3º

NIVEL 2º

NOMBRE DE LA SESIÓN: Nos volvemos a encontrar.

ASPECTOS A TRABAJAR

- Trabajar los valores de cooperación y solidaridad entre los compañeros y compañeras.
- Volver a conectar a los alumnos y alumnas con la Educación Física.

PARTE INICIA 15 MINUTOS

PERIODISTAS: Con una hoja de papel cada alumno a alumna deberá realizar una pequeña entrevista a un compañero a compañera en función de sus gustos, hobbies, comidas preferidas, profesión de futuro, etc... Después realizaremos una puesta en común para presentar los gustos de todos los compañeros por parte de los periodistas. Por supuesto cada alumno a alumna asumirá el rol de periodista y de entrevistado.

LOS CONTACTOS: Empezamos a desplazarnos libremente por el espacio y cada vez que nos crucemos con un compañero o compañera debemos de tocarle alguna parte del cuerpo, los brazos, la cabeza, la espalda, las piernas etc...

.

PARTE PRINCIPAL 35 MINUTOS

LOS TRONCOS: Colocamos a los alumnos y alumnas en grupos, tumbados en el suelo paralelos al fondo del gimnasio. Uno del grupo se queda fuera y se tumba encima de sus compañeros, cuando estos se den la vuelta lo transportarán de atrás hacia delante, el que se haya quedado último de la fila de troncos pasa a estar de

pie y a tumbarse en sus compañeros, el primer equipo que llegue de esta forma a la meta gana.

LATAS DE SARDINAS: En grupos les damos una colchoneta quitamiedos a cada grupo que deberán estar como auténticas latas de sardinas en la posición que diga el profesor de pie primer momento, después todos sentados, todos tumbados etc.. Por supuesto sin que ningún miembro del grupo resalga en ningún momento de la colchoneta.

CARRERAS DE CUCLILLAS: Dividimos a la clase en dos grupos, y los colocaremos en el fondo del gimnasio, los grupos irán agarrados por las manos o por los hombros sin poder soltarse y realizarán una carrera contra el otro equipo siguiendo esta forma de desplazarnos.

VUELTA A LA CALMA 10 MINUTOS

Realizaremos una puesta en común de las normas de funcionamiento que recuerden de cursos anteriores así como de las nuevas para este curso, daremos unas pequeñas nociones de los contenidos que vamos a trabajar durante este curso para que los alumnos y alumnas nos cuenten que les parecen, cuales les gustan más, cuales les parecen más difíciles etc..

EJERCICIOS DE FLEXIBILIDAD:

PAUTAS DE ACTUACIÓN

Metodología:

En cuanto a los *estilos de enseñanza* he utilizado como argumento principal el mando directo en cuanto al desarrollo de los juegos en sí, pero en cuanto a los aspectos relacionados con las pulsaciones y conceptos relativos a la resistencia, todo a partido de preguntas que se les ha ido haciendo a los alumnos y alumnas, por lo que podemos decir que la resolución de problemas también ha estado presente en el desarrollo de la sesión.

Organización

D) Organización de los grupos

Hemos utilizado grupos e todos los juegos de la sesión, para remarcar el componente colaborativo de esta y trabajar los valores de solidaridad y compañerismo de la que hablamos en los objetivos, excepto la vuelta a la calma en la que hemos trabajado la puesta en común y ha sido de manera individual.

E) Organización del profesor

F) : En cuanto a mi situación respecto a al grupo, será externa al inicio de la sesión, cuando vaya a explicar cada uno de los juegos y actividades y al final de cada juego cuando se procede a la toma de pulsaciones. Intentaré que la información facilitada a los alumnos y alumnas sea clara y concisa y que estos estén ubicados de manera que puedan verme y oírmela igual que yo a ellos sin ningún tipo de problemas. Para que esto ocurra utilizaré semicírculos, que estén sentados, que no tengan material en las manos que lo pueda distraer. Además utilizaré una posición interna cuando esté realizando algún tipo de corrección a modo de feedback aumentado de corte individual.

Para el control de la organización de la clase emplearé tanto sistema de señales para todos los juegos, ya que me interesa marcar siempre el principio y el final de cada juego para de esta manera controlar el tiempo de actividad y de recuperación.

Organización del tiempo: Dentro de este apartado destacar, que para el máximo aprovechamiento del tiempo de clase, implicaré a los compañeros/as del centro, a los cuales pediré que bajen a los alumnos y alumnas y los recojan a la hora indicada para no perder mucho tiempo en los desplazamientos. Además procuraré, que la información previa necesaria para que los alumnos y alumnas puedan entender lo que pretendemos y en que consiste cada uno de los juegos, sea lo más clara y breve para de esta forma contribuir a que el tiempo de participación activa de los alumnos y alumnas sea lo más extenso posible. Otro aspecto a resaltar es la forma que utilizaré para transmitir el conocimiento de los resultados, que será global en aquellos aspectos relativos a como se van desarrollando cada uno de los

juegos e individual para las correcciones que solo afecte a cada alumno y alumna en particular.

Recursos y materiales:

Los recursos humanos utilizados en esta sesión son maestro y alumnas y alumnos.

Dentro de los recursos materiales, en cuanto a instalaciones, se ha usado la pista polideportiva de 20x40 con la que cuenta el centro. En cuanto a materiales propiamente dichos, destacar la utilización de pelotas de tenis, balones de baloncesto, pelotas de goma espuma, colchoneta “quitamiedos”, cronómetro.

Evaluación:

En cuanto a los mecanismos e instrumentos utilizados en esta sesión destacar la observación indirecta utilizando una lista de control donde consignaré los aspectos más relevantes que creo fundamental marcar.

Con respecto a la valoración en tantos por ciento, serán los siguientes:

- Cognitivo 35%
- Afectivo 20%
- Motriz 45%.

