



**FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID**

**PROPUESTA DE UNA PROGRAMACIÓN
DIDÁCTICA CENTRADA EN LAS HABILIDADES
MOTRICES EN EL ALUMNADO DE EDUCACIÓN
PRIMARIA**

**TRABAJO FIN DE GRADO
MAESTRO/MAESTRA EN EDUCACIÓN**

AUTOR/A: GONZALO GARCÍA CORRAL

TUTOR/A: GUSTAVO GONZÁLEZ CALVO

Palencia.

Resumen

Este trabajo pretende llevar a cabo un análisis tanto teórico como práctico sobre las habilidades básicas motrices durante la etapa de Educación Primaria.

De esta forma, se puede partir desde un punto base a la hora de tratar este tema, de cara a desarrollar una programación didáctica para el cuerpo de maestros, centrada en las habilidades básicas en la etapa de Educación Primaria. Siendo esta información contrastada y explicada por documentos oficiales en el tema que se trabaja.

Una vez concluida esta parte teórica, se expone dos Unidades Didácticas sobre las habilidades motrices llevadas a cabo en un aula de primaria en un colegio de la provincia de Palencia. Dichas unidades han sido programadas teniendo en cuenta los factores de la etapa educativa acorde a la guía y ayuda recibida por parte de un docente del centro, y ajustándose a los aspectos teóricos que se han indagado en la primera parte de este trabajo.

Para terminar, a modo de conclusión, se explican aquellas dificultades encontradas entre la parte teórica inicial y la realidad vivida en las Unidades Didácticas de la práctica.

abstract

This work tries to carry out a both theoretical and practical analysis on the basic motive skills put into practice in the stage of Primary Education.

By doing this, it is possible to start from a base point at the moment of treating this topic, in order to develop a didactic programming for the teachers' staff, focus on the basic motive skills during the stage of Primary Education. This information is being confirmed and explained by official documents about this topic.

Once I have exposed this theoretical part, two Didactic Units are exposed about the motive skills carried out in a classroom of a primary school in the province of Palencia. These mentioned units have been programmed bearing in mind the factors of the educational stage according to the guide and the help received by a teacher of the center, and adjusting to the theoretical aspects that have been investigated in the first part of this work.

In conclusion, those difficulties found between the theoretical initial part and the reality lived in the Didactic Units of the practice are explained.

Palabras clave: Unidad Didáctica, habilidad motriz, educación física, motricidad, habilidades básicas, aprendizajes.

Keywords: Teaching Unit, motor skills, physical education, motor skills, basic skills, learning.

ÍNDICE

1	<u>Introducción</u>	4
2	<u>Objetivos</u>	4
3	<u>Justificación</u>	5
4	<u>Fundamentación teórica</u>	5
4.1	Etapa de habilidades básicas	5
4.1.1	Concepto de habilidad motriz	5
4.2	Clasificación de las habilidades motrices	6
4.2.1	En función de los movimientos requeridos	6
4.3	Distinción entre habilidades básicas y específicas	8
4.4	Su enseñanza en el aula	9
4.4.1	¿Cómo se enseñan y aprenden las habilidades motrices?	9
4.4.2	La teoría del esquema	9
5	<u>Las habilidades en una programación didáctica</u>	10
5.1	Objetivos	10
5.2	Contenidos	11
5.3	Competencias	13
5.4	Criterios de evaluación	14
5.5	Estándares de aprendizaje	16
5.6	Metodología	17
5.7	Recursos	18
5.8	Contexto	18
6	<u>Unidades didácticas sobre habilidades</u>	18
7	<u>Conclusiones</u>	59
8	<u>Referencias bibliográficas</u>	60

1. INTRODUCCIÓN

Para tratar este tema primero debemos acercarnos lo máximo posible al término que nos interesa: **Habilidades motrices básicas**.

Acto seguido, pasamos por un breve aporte teórico sobre cuáles son consideradas las habilidades básicas más comunes en la etapa de primaria y en qué se caracterizan.

Por último, trataremos dicho tema ajustándolo dentro de una programación didáctica planteada para unas oposiciones. Centrándonos en varios aspectos que nos servirán para posteriormente presentar Unidades Didácticas orientadas a las habilidades en Primaria.

2. OBJETIVOS

Estos objetivos están orientados hacia una propuesta de conocimiento de las habilidades motrices y su puesta en escena en la etapa educativa con alumnos de primaria. De este modo, los objetivos están enfocados en el análisis y en la adquisición de las habilidades por parte de los discentes, ya que centro el interés en los alumnos y su mejora educativa.

De este modo, los objetivos que se presentan son los siguientes:

- Diseñar unidades didácticas con las que trabajar diferentes tipos de habilidades básicas en la etapa de primaria.
- Aplicar métodos y recursos de aprendizaje que inciten a los alumnos al trabajo grupal e individual de manera enriquecedora.
- Promover un interés por la adquisición y/o el desarrollo de habilidades básicas mediante la realización de distintas actividades motrices.
- Conocer y profundizar en el proceso de oposiciones al cuerpo de Maestros.

3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

El tema de las habilidades es vital dado que nos ayudan a desarrollarnos motrizmente, abriéndonos un amplio abanico de posibilidades corporales. Y no solo eso, sino que a su vez servirán de base para ir especializando dichas habilidades en otras más específicas que incrementarán nuestro desarrollo y capacidad corporal de muchas formas y variantes, mejorando tanto en fuerza, como en velocidad, equilibrio, coordinación, etc. Todo esto surge a partir de las habilidades, incluso mucho antes de ellas mismas, cuando exploramos físicamente siendo muy pequeños, pues van desarrollando a las personas hacia un nivel común que posteriormente dará lugar al inicio de las habilidades básicas.

Es aquí donde Batalla (2000) dice que las habilidades motrices juegan un papel primordial en la educación de los alumnos. Argumenta que dichas habilidades componen uno de los pilares básicos físicos de las personas y que a partir de ellas los humanos vamos construyendo y perfeccionando nuestras capacidades físicas y motrices. Tratar las habilidades en primaria influye en el desarrollo del alumnado, contribuyéndolo a aumentar sus cualidades, que posteriormente darán paso a las habilidades específicas al final de primaria y en toda la secundaria.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

En este trabajo se va a tratar las habilidades básicas que se imparten en la educación primaria y su importancia en el desarrollo de los alumnos que se encuentran entre las edades de 6 a 12 años.

4.1. Etapa de las habilidades básicas

Se da comienzo en la primera etapa de Primaria, en la cual se da un comienzo al desarrollo de las habilidades motrices básicas en los alumnos.

4.1.1. Concepto de habilidad motriz

A la hora de aportar una definición sobre lo que son las habilidades motrices podemos destacar a varios expertos en el tema.

Knapp considera que las habilidades motrices son: *“las acciones concebidas conscientemente y aprendidas, que conducen a resultados predeterminados con un máximo de acierto y un gasto mínimo de energía, tiempo o de ambos.”* (Knapp, 1989, p. 51).

La definición de Durand no se aleja mucho de la aportada por Knapp, pero se centra más en lo que significan las habilidades y cuál es su finalidad: *“se trata de una competencia adquirida por una persona para realizar una tarea concreta. Se trata de la capacidad para resolver un problema motor físico, de elaborar y dar una respuesta eficiente y económica, cuya finalidad es alcanzar un objetivo preciso.”* (Durand, 1988, p. 123).

De acuerdo con Batalla, las habilidades son: *“la competencia de un sujeto frente a un objetivo dado, aceptando que para superar dicho objetivo, la generación de respuestas motoras desempeña un papel primordial e insustituible”* (Batalla, 2000 p. 8).

He decidido mostrar estas tres definiciones pues ambas coinciden en aspectos que considero principales, todos ellos argumentan que las habilidades tienen un objetivo en sí (superar un desafío o meta), y que para realizarlo se deben aprender una serie de competencias o acciones (variando este término según el autor), para lograr superar el objetivo de la manera más eficaz y efectiva posible, minimizando gastos de tiempo y energía en su realización.

4.2 Clasificación de las habilidades motrices

4.2.1 En función de los movimientos requeridos

Acorde a lo que dice Batalla (2000), las habilidades motrices básicas que se llevan a cabo en la etapa de educación primaria de forma generalizada se pueden agrupar en los siguientes grupos:

- Desplazamientos.
- Saltos.
- Giros.
- Manejo y control de objetos.

A su vez, Díaz (1999) afirma que las habilidades más importantes a tratar en la etapa de primaria son aquellas que están directamente implicadas con el movimiento de los alumnos durante el juego y que en ocasiones conlleva de la realización de más de una habilidad a la vez. Por este motivo he considerado que estos cuatro grupos en concreto son los considerados básicos y fundamentales para tratar en la etapa de primaria

Cada grupo tiene contenidos varios elementos que se diferencian de los demás de su mismo grupo, ya que no se realizan de la misma forma ni requieren el mismo empeño corporal para ser realizados. De esta forma dentro de cada grupo existen unos subapartados para diferenciar los distintos tipos de habilidades según Batalla (2000):

- Desplazamientos: hay que hacer una pequeña distinción entre desplazamientos habituales y los no habituales:
 - Habituales: Marcha y carrera.

 - No habituales: desplazamientos activos (horizontales y verticales) y desplazamientos pasivos.

- Saltos: según la dirección que se lleve a cabo en el salto se pueden dividir en:
 - Verticales.

 - Horizontales.

- Giros: en este caso habrá que hacer una separación atendiendo al eje en el que se realicen:
 - Longitudinales.

 - Transversales.

 - Sagitales.

- Manejo y control de objetos: aquí enfocaremos nuestra atención a las distintas partes corporales con las que podemos llevarlo a cabo:
 - Manos.

 - Pies.

 - Cabeza.

 - Con otros objetos.

Dentro de este último tipo de habilidad, habría que probar todas esas partes corporales ante distintos tipos de habilidades como por ejemplo: pases, conducciones, lanzamientos, recepciones, golpear, atrapar, rodar, etc.

4.3 Distinción entre habilidades básicas y específicas

Dentro de todo este conglomerado de habilidades que se pueden realizar en la etapa de educación primaria hay que hacer una separación entre cuáles pueden ser consideradas básicas y cuáles son algo más específicas.

Ahora que tenemos una idea de lo que son las habilidades motrices básicas, Batalla (2000) hace una distinción para saber en qué se diferencian de las habilidades específicas:

1. Las habilidades básicas son generales y polivalentes, mientras que las específicas son concretas y monovalentes.
2. Las básicas se desarrollan en una edad comprendida entre los 6 y los 12 años de edad, es decir, desde que se inicia hasta que se acaba la etapa primaria. Por el otro lado, las específicas empiezan a trabajarse desde los 10 años, cuando se inicia el tercer ciclo de primaria.
3. Las habilidades básicas crean en el alumno un desarrollo de conductas adaptativas. Por su parte, las específicas crean un desarrollo de conductas resolutivas que están orientadas con el propósito al que se quiere alcanzar.
4. Obviamente las habilidades básicas requieren un menor nivel de exigencia física. Por su lado, las específicas conllevan un esfuerzo físico mayor para el alumnado.
5. Por último, las habilidades básicas se tienen que basar en los movimientos tempranos o fundamentales que los alumnos ya disponen de etapas anteriores. Sin embargo, las habilidades específicas tienen que basarse de las habilidades básicas para poder llevarlas a cabo.

Según Batalla (2000) se dan unas razones por las que se les llama habilidades motrices básicas:

- 1- Son comunes a todos los individuos.
- 2- Coloquialmente hablando han permitido la supervivencia de las personas.
- 3- Son fundamentos de posteriores aprendizajes motrices, sean deportivos o de otra índole.

4.4 Su enseñanza en el aula

4.4.1 ¿Cómo se enseñan y aprenden las habilidades motrices?

Es cierto que no todas las habilidades se aprenden de la misma manera, esto es porque no requieren los mismos movimientos para llevarse a cabo. Cada una de ellas depende de una serie de conocimientos propios y personales a cada habilidad. Por este motivo, antes de iniciar una nueva habilidad el docente debe meter a los alumnos en la temática que se va a tratar, debe basarse en una fundamentación teórica, en la que se reflejen los pasos a seguir, la ejecución correcta de los movimientos corporales, aspectos claves a tener en cuenta durante la realización, etc. En definitiva, establecer unos contenidos que sirvan a los alumnos sobre cómo ir progresando en la ejecución de la nueva habilidad que están aprendiendo. Pero no en todos los casos se puede tratar de la misma forma, ya que cada habilidad puede ser completamente distinta en cuanto a su enseñanza de las demás, tal y como lo afirma Batalla (2000).

4.4.2 La teoría del esquema

Basándose en Schmidt y su teoría del esquema (citado en Arias 2013), desde esta teoría se plantea buscar un punto en común en el proceso de realización y de puesta en práctica de las habilidades que los alumnos deben ir aprendiendo. Se trata de un proceso en bucle o un ciclo. En él, los alumnos primeramente deben conocer cuáles son los conocimientos previos que se deben saber y realizar para conseguir llevar a cabo la habilidad. Y aquí donde acorde a su teoría del esquema comienza el proceso en bucle:

- ✓ El primer paso por lo tanto es llevar a cabo las acciones que los alumnos deben desempeñar para conseguir dicha habilidad.
- ✓ Realizar estas acciones producirán una serie de resultados fruto de lo que los propios actos de los alumnos.
- ✓ Con los resultados obtenidos, deben hacer una comparación entre los resultados propios y el resultado óptimo o ideal que se debe obtener al realizar las acciones.
- ✓ Sí el resultado al compararlo no es el adecuado habrá que realizar unas correcciones para que puedan hacerlo de una forma más elaborada y que se acerca más al resultado final que queremos obtener. Si por el contrario el resultado es comparado y se asemeja bastante al ideal no tendrán que llevar a cabo ninguna corrección y podremos pasar al siguiente objetivo que queremos llevar a cabo con los alumnos.

Schmidt (citado en Arias 2013) afirma que existe algo innegable, y es que pueden darse una gran diversidad de programas motores para enseñar una sola habilidad en concreto.

Esto es posible ya que dentro de dicha habilidad existe una amplia gama de factores que van a estar condicionando la habilidad y a los alumnos que la lleven a cabo. Un ejemplo: “tirar a canasta”. En este caso los factores pueden ser, la fuerza, la distancia a la canasta, el movimiento de muñeca, una posible recepción del balón de forma previa, desplazamientos, etc. Todos estos factores hacen que el aprendizaje no sea único y que existan tantos programas motores como factores incidan en las actividades que se deban realizar. No podemos pasar por alto el detalle de que en algún momento en el que los alumnos realicen alguna actividad algo más abierta y proponga más libertad y que los estudiantes originen ocasiones de improvisación. Sí que es cierto que esto suele ocurrir con deportistas de cierto nivel que realizan movimientos que nunca antes se habían hecho, pero no podemos descartar que se de esa situación con los alumnos, pues tienen mucha creatividad e imaginación y en actividades abiertas se podrían dar esas situaciones de creatividad o improvisación

Schmidt (citado en Moreno y Ordoño, 2009), también aporta conocimientos a este campo y formula una teoría sobre como los seres humanos somos capaces de almacenar tantos “procesos o esquemas motores”. Afirma que los humanos no almacenamos procesos motores concretos y específicos, sino que dichos procesos son generales. Siguiendo con el ejemplo de tirar a canasta, una persona no almacena en su memoria todos los tipos de tiros a canastas que puede realizar y los pasos que hay que seguir en cada caso, más bien tiene un esquema motor general “tirar a canasta” y ese esquema lo va moldeando a cada situación en concreto. Esta teoría revelada por Schmidt nos da respuesta a porqué podemos llevar una inmensa cantidad de formas de enseñar y aprender distintas habilidades y también responde a porqué las personas podemos improvisar habilidades que no habíamos hecho con anterioridad.

5 LAS HABILIDADES EN UNA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

Las habilidades motrices básicas disponen de un gran papel en el desarrollo físico de los discentes, por lo tanto su influencia en la educación es de gran importancia. A continuación desarrollaré los apartados de la programación didáctica que van a ser importantes a la hora de realizar las Unidades Didácticas.

5.1 Objetivos

Según la Orden EDU 519/2014 en la educación se dan una serie de objetivos de etapa que deben contribuir a fomentar el desarrollo de los alumnos y alumna y de sus capacidades. Estos objetivos de etapa hacen referencia a áreas específicas, aunque también pueden ser interdisciplinares y tratarse en diversas materias.

Existen un total de 14 objetivos, pretendo adaptar a mis clases. Estos objetivos son los siguientes:

- A) Hacer uso de las normas de convivencia y saber respetarlas, mostrando a su vez respeto por los derechos humanos de los compañeros.
- B) Realizar actividades que conlleven tanto trabajo individual como grupal, así como también desarrollar actitudes de iniciativa, curiosidad e interés, confianza en sí mismo, etc.
- C) Desarrollar hábitos para la resolución de problemas de manera pacífica.
- D) Conocer la existencia de diferentes culturas, mostrando respeto hacia la diversidad. Apreciar las diferencias que existen entre las personas, comprendiendo y respetando sus diferentes cualidades. Tratar temas de igualdad de géneros y de no discriminación.
- E) Hacer uso del vocabulario técnico de forma correcta.
- I) Hacer uso de las Tics como fuente de búsqueda de información.
- K) Valorar nuestra propia higiene y la salud de nuestro cuerpo, aceptando nuestra propia realidad corporal y la de nuestros compañeros, respetando las diferencias que puedan existir. Fomentar la educación física y el deporte como herramientas favorables para el desarrollo personal y social.
- M) Evitar prejuicios y estereotipos en cualquiera de sus formas y promover relaciones basadas en la afectividad entre los compañeros.

Los objetivos de educación física irán explícitos en las Unidades Didácticas en función de lo que se vaya a tratar en sus distintas sesiones.

5.2 Contenidos

Basándome en la Orden EDU 519/2014, expongo aquellos bloques de contenidos que se deben tratar en el área de Educación Física y que son los medios para conseguir una amplia gama de objetivos.

En el caso de educación física los contenidos vienen diferenciados a lo largo de seis bloques. A continuación, dentro de cada uno de estos bloques seleccionaré aquellos contenidos de los que voy a hacer uso en mis Unidades Didácticas.

Bloque 1: Contenidos comunes

- Técnicas de trabajo individual y en grupo con atención a los diferentes roles y la responsabilidad individual y colectiva.
- Estrategias para la resolución de conflictos: utilizando normas de convivencia, el respeto de las normas y reglas del juego.
- Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación Física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones y accidentes.

- Utilización del lenguaje oral y escrito para expresar ideas, pensamientos y argumentaciones, utilizando el vocabulario específico del área.
- Integración responsable de las tecnologías de la información y comunicación en el proceso de búsqueda, análisis y selección de la información en Internet o en otras fuentes.

Bloque 2: Conocimiento corporal

- El esquema corporal y su estructuración. Toma de conciencia, interiorización y representación de sus posibilidades y limitaciones motrices de las partes del cuerpo. Valoración de la propia realidad corporal, respetando la propia y la de los demás.
- Desarrollo y consolidación de la lateralidad corporal: dominio de la orientación lateral del propio cuerpo.
- Toma de conciencia de aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales, el control corporal en reposo y/o en movimiento. Hábitos posturales correctos.
- Organización y exploración del espacio de acción, ajuste de trayectorias en la impulsión o proyección de objetos.
- Estructuración espacio-temporal del movimiento. Ajuste de una secuencia de movimientos a una estructura rítmica dada con un objeto.

Bloque 3: habilidades motrices

- Control motor y corporal previo, durante y posterior a la ejecución de las acciones motrices.
- Confianza en las propias habilidades motrices en situaciones habituales y en situaciones o entornos adaptados.
- Formas y posibilidades de movimiento: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones. Iniciación, desarrollo de las habilidades motrices básicas.
- Adaptación de la ejecución de habilidades motrices a situaciones de complejidad creciente.
- Desarrollo, práctica y asimilación de nuevas habilidades deportivas y adaptación a contextos de complejidad creciente.
- Adaptación a situaciones motrices de complejidad creciente que implique cambios o alteraciones en posiciones estáticas y/o en movimiento.
- Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo de comportan los aprendizajes de nuevas habilidades, desarrollando una actitud positiva ante los mismos: interés por mejorar.
- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor.

- Disposición favorable a participar en actividades diversas, aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad y valorando el esfuerzo personal.

Bloque 4: juegos y actividades deportivas

- Conocimiento, aprendizaje, práctica y participación en juegos populares y tradicionales, valorando aquellos que conforma el patrimonio cultural de Castilla y León.
- Iniciación al deporte adaptado al espacio, al tiempo y los recursos.
- Normas, reglas, roles y finalidad de los juegos. Comprensión, aceptación y respeto por las normas y las personas que participan.
- Valoración y aprecio de las actividades deportivas como medio de disfrute, relación con los demás y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- Valoración del esfuerzo personal y del resultado y la relación con los compañeros y sus esfuerzos.

Bloque 6: actividad física y salud

- Adquisición de hábitos de higiene corporal, alimentación y posturas relacionados con la actividad física.
- Adecuación de la actividad física a las posibilidades y condiciones corporales. Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes. Respeto de las normas de uso de los materiales, espacios e instalaciones.

5.3 Competencias

Según la Orden EDU 519/2014 el sistema educativo español establece un total de siete competencias básicas o clave en el currículo. Dichas competencias deben estar integradas en las materias curriculares y desarrollar en los alumnos y alumnas una serie de aprendizajes.

Aquellas competencias básicas de las que voy a hacer uso en mis Unidades Didácticas son:

1. Competencia de comunicación lingüística: desde el área de Educación Física se puede trabajar esta competencia mediante la resolución de conflictos por medio del diálogo y la negociación. También cobra relevancia a la hora de hacer uso del vocabulario específico de esta materia.

2. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: desde el área de Educación Física se puede trabajar esta competencia gracias a la apreciación de distancias, trayectorias o velocidades en los lanzamientos, recepciones, golpes o cualquier otra tarea de manipulación de objetos.
3. Competencia digital: esta competencia se puede trabajar en educación física mediante el análisis y búsqueda de información a través de distintas fuentes de información haciendo uso de las Tics.
4. Competencia de aprender a aprender: mediante actividades y juegos los alumnos aprenden a trabajar en equipo y colaborar con los compañeros para alcanzar una meta en común, favoreciendo así el razonamiento, el diálogo y la comprensión de ideas propias y de otras personas.
5. Competencias sociales y cívicas: a través de esta competencia se trabajan valores como el de la mejora de la salud, bienestar físico, mental y social y la calidad de vida. en educación física se trabaja mucho con esos valores y como la actividad física favorece y tiene su importancia en el alcance de esos valores. También se inculcan valores sobre las relaciones con otras personas basadas en la afectividad, respeto, igualdad y tolerancia.
El respeto a su vez por las normas y reglas en los juegos. Aceptando las cualidades de cada uno y sus creencias.
6. Competencia de sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor: se busca que por medio de las distintas actividades y ejercicios se lleven a cabo tanto trabajos grupales como individual. A la par que otras cualidades como la iniciativa, el liderazgo, etc.
7. Competencia de conciencia y expresiones culturales: se puede tratar esta competencia por medio de actividades diversas, mostrando juegos de otras épocas, culturas, etc. a su vez, queriendo crear en los alumnos interés, ganas de esforzarse, constancia y disciplina en su realización.

5.4 Criterios de evaluación

De acuerdo a la Orden EDU 519/2014 la evaluación del alumnado debe ser ante todo objetivo, es por lo tanto que mi forma de evaluar a los alumnos se va a regir en todo momento por sus actuaciones en el aula, la actitud que tengan durante el proceso y los resultados obtenidos tanto en actividades como en ejercicios individuales y grupales a lo largo de las Unidades Didácticas.

Para llevar a cabo esta evaluación voy a seguir una serie de criterios en los que basar las futuras calificaciones. Dichos criterios son:

1. Opinar de manera crítica las posibles situaciones conflictivas surgidas.
2. Extraer información relacionada con el tema de interés, utilizando fuentes de información y haciendo uso de las tics.
3. Resolver situaciones motrices combinando las habilidades motrices básicas.
4. Valorar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás.
5. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.
6. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros compañeros en las actividades físicas y en los juegos. Aceptando las reglas y las normas establecidas.

Unido a estos criterios, como docente elaboro unas pautas personales en las que basarme para evaluar de manera más personal y justa a todo el alumnado:

- Una evaluación continua: donde puedo valorar el trabajo realizado por los alumnos y alumnas a lo largo de todo el proceso de enseñanza y aprendizaje y de las sesiones. No valorando de forma única el resultado final obtenido.
- Una evaluación individual: atendiendo de forma personal a cada discente, y teniendo en cuenta sus limitaciones y posibilidades, que van a influir en su propio nivel de aprendizaje.
- Una evaluación global: siendo objeto de evaluación el conjunto de acciones y actitudes que el alumnado tenga a lo largo de toda la Unidad Didáctica.

A partir de estas pautas, en las sucesivas sesiones daré importancia al interés mostrado durante mis explicaciones y durante la realización de las actividades, al grado de implicación que tengan en los juegos y ejercicios, al conocimiento de las reglas, normas y conocimientos impartidos por mi parte. Para concluir y basándome en la observación observaré la realización de las actividades y su procedimiento y a la realización de las tareas cuando sea preciso. No considero tan importante el resultado final de los ejercicios ya que están iniciándose en algunos tipos de habilidades motrices y no dispongo de todo el tiempo que me hubiese gustado dedicar a ese tema en particular.

Mi forma de evaluar será mediante calificaciones del 0 al 10 y anotando tras cada sesión su nota acorde a su comportamiento, implicación en las actividades que hayamos llevado a cabo y las tareas asignadas.

Estos son aquellos criterios más globales que me van a guiar a la hora de evaluar a los alumnos. Acorde a la Orden EDU 519/2014 se dan una serie de criterios de evaluación más específicos a lo largo de los bloques de contenidos. Dentro de mis Unidades Didácticas relataré de forma personalizada que clase de criterios de evaluación tendré en cuenta de forma más individualizada en cada una de las UD.

5.5 Estándares de aprendizaje

Los estándares de aprendizaje que en los que me basaré según la orden EDU 519/2014 son los siguientes:

Bloque 1:

- Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.

Bloque 2:

- Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.
- Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos.
- Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de clase.
- Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.

Bloque 3:

- Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.
- Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo o a unos parámetros espacio-temporales.
- Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos.

Bloque 4:

- Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo o a unos parámetros espacio-temporales.
- Tiene interés por mejorar la competencia motriz.
- Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.
- Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.
- Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.

Bloque 5:

- Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.

Bloque 6:

- tiene interés por mejorar las capacidades físicas.
- Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.

5.6 Metodología

Acorde a la Orden EDU 519/2014 la metodología debe basarse según una serie de principios:

- Teniendo en cuenta la edad del alumnado y su madurez.
- Tener presente los elementos que afectan a los valores sociales e individuales y a la educación para la salud.
- La educación física debe tener una presencia importante en la jornada escolar para paliar el sedentarismo y las enfermedades asociadas al mismo.
- Las habilidades motrices básicas se irán complicando a medida que se progresa en los sucesivos cursos.
- Las actividades y la acción del docente ayudarán al desarrollar la posibilidad de relacionarse mediante el respeto, la colaboración, el trabajo en equipo, resolución de conflictos etc.
- El juego es un recurso imprescindible en esta etapa como situación de aprendizaje y como herramienta didáctica.

Una vez establecidos los principios metodológicos, personalmente considero que mi forma de enseñanza- aprendizaje se guiará primeramente de forma teórica (explicando

las actividades, las normas y los procesos que van a regir nuestros movimientos y acciones durante la actividad). Acto seguido, pasaremos a una metodología práctica en la que los alumnos son los protagonistas de la acción y responsables del transcurso del juego), durante este momento yo actuaré de observador e intervendré en caso de ser necesario.

5.7 Recursos

Las sesiones las voy a llevar a cabo en un pabellón o gimnasio dentro del recinto escolar, pues posee las dimensiones adecuadas para poder realizarlas en su interior. Dichas clases tienen una duración de una hora los martes y hora y media los jueves, sumando un total de dos horas y media por semana.

Dado que es un colegio de ámbito rural algunos recursos materiales están algo limitados pero para estas UD lo primordial son pelotas de distintos tamaños y texturas y otros elementos algo más variados (bolos, picas, aros, cuerdas, tizas de colores, bancos y cubos o cestas).

5.8 Contexto

El centro escolar en el cual he llevado a cabo las Unidades Didácticas es un pequeño colegio de zona rural en la localidad de Villalobón, se trata de una escuela que imparte tanto a Educación Infantil como a Educación Primaria.

Estas UD las he llevado a cabo con los alumnos de 1º y 2º de primaria ya que se juntaban ambas clases para impartir la asignatura de Educación Física. Siendo en total 14 alumnos, 8 de primero y 6 de segundo.

6 UNIDADES DIDÁCTICAS SOBRE HABILIDADES

TITULO del Proceso de enseñanza y aprendizaje: “**habilidad de manipulación de objetos: lanzamientos.**”

LOCALIZACIÓN: CURRÍCULO OFICIAL; DOCUMENTOS ELABORADOS:

El documento a partir del cual he obtenido la información necesaria está en relación con el currículo oficial. A lo largo de esta unidad detallaré de forma separada dentro de cada uno

de dichos elementos, cuales he utilizado.

Objetivos de etapa

- Hacer uso de las normas de convivencia y saber respetarlas, mostrando a su vez respeto por los derechos humanos de los compañeros.
- Realizar actividades que conlleven tanto trabajo individual como grupal, así como también desarrollar actitudes de iniciativa, curiosidad e interés, confianza en sí mismo, etc.
- Desarrollar hábitos para la resolución de problemas de manera pacífica.
- Conocer la existencia de diferentes culturas, mostrando respeto hacia la diversidad. Apreciar las diferencias que existen entre las personas, comprendiendo y respetando sus diferentes cualidades. Tratar temas de igualdad de géneros y de no discriminación.
- Hacer uso del vocabulario técnico de forma correcta.
- Hacer uso de las Tics como fuente de búsqueda de información.
- Valorar nuestra propia higiene y la salud de nuestro cuerpo, aceptando nuestra propia realidad corporal y la de nuestros compañeros, respetando las diferencias que puedan existir. Fomentar la educación física y el deporte como herramientas favorables para el desarrollo personal y social.
- Evitar prejuicios y estereotipos en cualquiera de sus formas y promover relaciones basadas en la afectividad entre los compañeros.

Competencias

- ❖ Competencia de comunicación lingüística: desde el área de Educación Física se puede trabajar esta competencia mediante la resolución de conflictos por medio del diálogo y la negociación.
- ❖ Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: desde el área de Educación Física se puede trabajar esta competencia gracias a la apreciación de distancias, trayectorias o velocidades en los lanzamientos y recepciones.
- ❖ Competencia digital: esta competencia se puede trabajar en educación física mediante el análisis y búsqueda de información a través de distintas fuentes haciendo uso de las Tics.

- ❖ Competencia de aprender a aprender: mediante actividades y juegos los alumnos aprenden a trabajar en equipo y colaborar con los compañeros para alcanzar una meta en común.
- ❖ Competencias sociales y cívicas: a través de esta competencia se inculcan valores sobre las relaciones con otras personas basadas en la afectividad, respeto, igualdad y tolerancia.
El respeto a su vez por las normas y reglas en los juegos. Aceptando las cualidades de cada uno y sus creencias.
- ❖ Competencia de sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor: se busca que por medio de las distintas actividades y ejercicios se lleven a cabo tanto trabajos grupales como individual. A la par que otras cualidades como la iniciativa, etc.
- ❖ Competencia de conciencia y expresiones culturales: se puede tratar esta competencia por medio de actividades diversas, mostrando juegos de otras épocas, culturas, etc. a su vez, queriendo crear en los alumnos interés, ganas de esforzarse, constancia y disciplina en su realización.

Contenidos

- ✓ Bloque 1. Estrategias para la resolución de conflictos: conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego, y valoración del respeto a los demás.
- ✓ Bloque 1. Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.
- ✓ Bloque 2. Utilización de la percepción auditiva, visual y táctil en la realización de actividades motrices.
- ✓ Bloque 2. Percepción y estructuración espacio temporal del movimiento: interpretación de trayectorias lineales, apreciación de distancias y recepción de objetos.
- ✓ Bloque 2. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal aumentando la confianza en sus posibilidades, autonomía y autoestima.
- ✓ Bloque 3. Adopción de una actitud positiva hacia las actividades físicas.
- ✓ Bloque 3. Refuerzo de la autoestima y la confianza en sí mismo.

- ✓ Bloque 4. Realización de juegos libres y organizados. Juegos motores, populares y cooperativos.
- ✓ Bloque 4. Comprensión y cumplimiento de las normas del juego.
- ✓ Bloque 4. Conocimiento, aprendizaje y práctica de juegos populares y tradicionales de distintas culturas, especialmente los del entorno social y cultural de Castilla y León.
- ✓ Bloque 6. Conocimiento de algunas normas de uso de los materiales.

Criterios de evaluación

- ✓ Bloque 2. - 1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.
- ✓ Bloque 2. – 4. Conocer, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.
- ✓ Bloque 3. – 2. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.
- ✓ Bloque 4. – 1. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.
- ✓ Bloque 4. – 2. Participar y disfrutar en el juego ajustando su actuación, tanto en lo que se refiere a aspectos motores, como a aspectos de relación con los compañeros.
- ✓ Bloque 4. – 3. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.
- ✓ Bloque 6. – 2. Identificar medidas de seguridad en la práctica de la actividad física.

Estándares de aprendizaje

- Bloque 1. - 1.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.
- Bloque 1. - 1.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
- Bloque 1. - 2.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, y respeta las opiniones de los demás.
- Bloque 2. – 1.4. Realiza movimientos acordes a la trayectoria de un objeto o un compañero.
- Bloque 2. – 1.5. Aprecia distancias en situaciones de juego.
- Bloque 2. – 4.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.
- Bloque 2. – 4.4. Es consciente de su predominancia lateral.
- Bloque 3. – 1.4. Participa en actividades y juegos propuestos utilizando las habilidades básicas.
- Bloque 3. – 1.7. Realiza lanzamientos y recepciones a distancias pequeñas y en situaciones estáticas.
- Bloque 4. – 2.1. Práctica de diferentes tipos de juegos y actividades motrices.
- Bloque 4. – 3.1. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.
- Bloque 4. – 3.3. Acepta las normas y reglas establecidas.
- Bloque 6. – 2.2. Aplica las normas de uso de los materiales de educación física.

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

El propósito de esta unidad es que los alumnos vayan realizando actividades que impliquen habilidades básicas, en este caso en particular una habilidad que implique manipulación de objetos. Dentro de este tipo de habilidades me voy a centrar en el apartado de “lanzamientos”.

Mi propósito dentro de esta unidad es que también comprueben por sí mismos que existen múltiples forma de lanzamiento y a su vez, existen una infinidad de objetos que pueden ser utilizados para lanzar y que cada forma de lanzamiento puede favorecer el lanzamiento de un objeto u otro, en función de lo que queramos buscar en cada ocasión.

CONTEXTO

Responsable:

Gonzalo García Corral.

Para desarrollar en el colegio de Villalobón con alumnado de 1º y 2º de educación física
Fechas aproximadas:

Esta unidad didáctica se llevará a cabo a lo largo de unas 5 sesiones, que harán un total de 3 semanas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

✓ http://museodeljuego.org/wp-content/uploads/contenidos_0000000994_docu1.pdf

✓ Boletín oficial de Castilla y León.

DOCUMENTOS QUE SE ADJUNTAN:

Fichas de seguimiento de los resultados de los alumnos.

EL PROYECTO EN EL AULA, EN EL PATIO, EN EL PARQUE...

Las lecciones de esta unidad didáctica se van a desarrollar en el pabellón o gimnasio del colegio dado que por las dimensiones de este recinto y el número de alumnos de esta clase lo veo más que conveniente y con espacio suficiente para llevar a cabo la actividad. De todas formas si por motivos de adaptaciones o cambios en las sesiones me veo obligado o veo conveniente tener que cambiar el espacio y salir al patio del colegio no veo ningún problema en tener que desplazar a la clase a ese nuevo recinto, aunque con esta segunda opción depende también del tiempo.

INTERDISCIPLINARIEDAD DEL PROYECTO

En esta UD se solicita al alumnado que se informe sobre determinados juegos dentro de la comunidad de Castilla y León en busca de determinados juegos que se realizaban antaño, esta búsqueda les guiará a indagar sobre la situación que se da en otra época y el porqué del origen de esos pasatiempos. Pudiendo así ver cómo vivían en esa época, las costumbres, oficios, etc.

No deja de ser una vista hacia atrás en el tiempo, lo cual puede beneficiar a los alumnos en la materia de ciencias sociales cuando traten las ciudades y los pueblos en otras épocas.

ESTRUCTURA DE FUNCIONAMIENTO.

PROPUESTAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

<p><i>Momento de Encuentro Disposición Implicación</i></p>	<p>Mi intención en esta UD es la de conseguir que el alumnado adquiera destreza en las habilidades motrices y que mejore su rendimiento con el paso de las clases y las sesiones. A su vez, quiero transmitirles una serie de valores sobre el respeto, tolerancia, razonamiento crítica, etc.</p> <p>Para lograr esto aplicaré una metodología inicialmente teórica en la que explicaré los objetivos que quiero conseguir con los ejercicios y los conocimientos que deben conocer para poder realizarlo de manera correcta.</p> <p>SESIÓN 1</p> <p>En primer lugar iré a las clases de los alumnos para recogerles e ir juntos hasta el aula del gimnasio para poder dar comienzo a la clase de educación física.</p> <p>Hoy comenzaremos una nueva unidad y por lo tanto voy a plantearles en que va a consistir la sesión de hoy. Explicaré que hoy la primera actividad que llevaremos a cabo es el juego de “los diez pases”, explicando cuales son las normas y reglas que rigen el juego y la importancia de seguirlas para poder alcanzar el objetivo del juego. Dividiré la clase en grupos y preguntaré si existe alguna duda para que el juego pueda dar comienzo.</p>
<p><i>Momento de Construcción del Aprendizaje</i></p>	<p>Los alumnos comenzaran a jugar, las reglas ya han quedado claras, pero veo probable que durante el trascurso del juego empezarán a excitarse por el juego y se irán olvidando de algunas normas de forma involuntaria o incluso alguna ocasión de forma voluntaria para ganar.</p> <p>Les dejaré un rato para que puedan seguir probándose e intenten distintas formas de moverse e interactuar con los compañeros para jugar, pues quiero que vean como el trabajo en equipo es mucho más fructífero que el individual. Además quiero una participación conjunta por parte de todos, que participen todos lo máximo posible.</p> <p>Es probable que al principio no consigan el objetivo del juego, en ese caso puedo detener el juego si lo veo necesario y hacer pequeñas intervenciones para ofrecer consejos y mejoras en cuanto a la táctica del juego: dispersarse</p>

<p><i>Momento de Despedida</i></p>	<p>por el espacio, moverse, no ir todos a por la pelota, etc. En definitiva, ofrecerles otras estrategias o tácticas pero solo si es necesario.</p> <p>Si consiguen el objetivo del juego, me gustaría probar otras variantes: aumentar el número de pases, que ciertas personas tengan que recibir más la pelota, asignar algunos roles, etc. Las variantes que introduciré pueden variar en función de lo que desee, aumentar la complejidad del juego o requerir más participación por parte de algunos alumnos.</p> <p>Durante estas variantes si es necesario volvería a hacer algún corte para aclarar conceptos o normas o aportar algún consejo más para mejorar el juego y su realización.</p> <p>Con este primero juego y sus diferentes variantes lo que quiero conseguir es que los alumnos y alumnas aprendan a respetarse unos a otros durante el desarrollo de una actividad (pues obviamente habrá fallos y no deseo que se culpen unos a otros), sino más bien que se apoyen y se ayuden. La función de las variantes es ir poco a poco complicando los factores del juego para que progresen en sus acciones y sepan adaptarse a los requisitos del ejercicio en cada momento.</p> <p>Una vez finalizado el tiempo de esta sesión, los alumnos tienen que recoger el material del que hemos hecho uso durante la sesión, asegurando que quede bien recogido. Mientras el alumnado descansa los reuniré para hacer una reflexión sobre el juego, les haré preguntas para ver qué han sacado en limpio de toda la sesión y de las claves para realizar bien el juego.</p>
<p><i>Momento de Encuentro</i> Disposición Implicación</p>	<p>SESIÓN 2</p> <p>Llevaré a los alumnos desde clase hasta el gimnasio para seguir con la sesión del otro día. Les reuniré en el centro del aula en círculo y les pediré que me expliquen qué es lo que hicimos en la clase anterior. Explicando el juego, cuáles eran las normas, qué hay que tener en cuenta para hacerlo bien y qué ocurría si no se llevaban a cabo.</p>
<p><i>Momento de Construcción del Aprendizaje</i></p>	<p>Hoy realizaremos otro juego distinto pero que también se centra en los lanzamientos de pelota y en las recepciones. Siguiendo el mismo proceso de explicación, equipos y dudas.</p>

<p><i>Momento de Construcción del Aprendizaje</i></p>	<p>SESIÓN 3</p> <p>Como es habitual recogeré a los alumnos de sus clases y nos iremos al gimnasio para dar comienzo a la clase. Haremos la reunión en semicírculo en el centro del pabellón y les comentaré que hoy vamos a cambiar de juego, en el día de hoy jugaremos a “pelota invasora”. Al ser juego nuevo explicaré en qué consiste y las reglas que rigen el juego y que son básicas para el funcionamiento del juego. A su vez, asignaré equipos y posibles dudas que se den.</p> <p>El primer ejercicio consistirá en jugar de la forma más tradicional, hay que pasar la pelota por encima de una cuerda y que consiga tocar el suelo rival para conseguir un punto para el equipo. Si el equipo rival toca la pelota o da en paredes o techo no se consigue punto.</p> <p>Para este juego quiero probar que ocurre al usar pelotas de distintos tamaños y texturas, de manera que empezaremos con una pelota grande y blandita y luego propondré otras de diversos tamaños. Quiero que los alumnos vean las diferencias que existen entre unas y otras pelotas dentro del juego, y que no es lo mismo lanzar una pelota que otra puesto que requiere de mayor o menor esfuerzo lanzar y parar unas pelotas que otras.</p> <p>Una vez realizando ese ejercicio variaré de juego. Ahora cada equipo tendrá 20 segundos para distribuirse por el campo y quedarse en esa posición durante lo que queda de partida, ahora se defenderá en posición fija.</p> <p>Si realizan los juegos de la manera correcta, iré cambiando de variantes, como la zona de lanzamiento, colocando unos aros al fondo de cada campo, de esa forma esa será la zona de lanzamiento para los equipos. Mientras el equipo rival seguirá defendiendo en zona de manera estática.</p>
<p><i>Momento de Despedida</i></p>	<p>Adaptaré un poco más la posición de los jugadores, ahora ambos equipos podrán moverse pero de rodillas, lo mismo tanto para atacar como para defender.</p>

	<p>Por último meteré la variante de dos balones, uno cada equipo para que los dos equipos tengan que estar pendientes del ataque y la defensa.</p>
<p><i>Momento de Encuentro Disposición Implicación</i></p>	<p>Cuando se acabe el tiempo damos la sesión por concluida y pasaremos a recoger el material del que hemos hecho uso durante la clase. Tras unas reflexiones como es habitual sobre las actividades realizadas en el día de hoy, los niños irán con el neceser al baño para limpiarse y asearse y beber agua si lo necesitan y acto seguido iremos a las clases para seguir con el horario normal.</p> <p>SESIÓN 4</p> <p>Llevaré a los alumnos al gimnasio desde sus respectivas clases y con motivo de la fiesta de de Castilla y León les he planteado unos juegos tradicionales que se jugaban antaño en los pueblos de nuestras comunidades. Dado que tengo vamos a realizar unos juegos sobre lanzamientos, tengo preparada una ficha con varias tablas, en las que van a tener que apuntar los resultados que van anotando, se las entregaré una a cada uno y les explicaré en qué consiste cada una de ellas y como es el lanzamiento que hay que hacer en cada prueba.</p> <p>Estos juegos son diversos y cada uno de ellos requiere un tipo de lanzamiento distinto, tanto por el material que se debe lanzar como por el propio objetivo del juego en sí.</p> <p>Ante ellos tengo el gimnasio dividido en cinco postas, cada una de ellas tiene un juego a los que se jugaba antiguamente en los pueblos de las provincias. Estos cinco juegos son: “la herradura”, “los bolos”, “la rana”, “la rayuela” y “la calva”.</p> <p>La primera vuelta que los alumnos harán es de “reconocimiento” y de puesta en contacto con las diferentes pruebas. Además me iré moviendo y corrigiendo posiciones corporales o aclarando alguna que otra postura o dudas que los alumnos me tengan planteada.</p>
<p><i>Momento de Construcción del Aprendizaje</i></p>	

<p>Momento de Despedida</p>	<p>En la siguiente vuelta los alumnos volverán a hacer lo mismo pero ahora ya conociendo todo lo necesario para hacerlo bien y con las dudas aclaradas.</p> <p>Por último, con la tercera vuelta les pediré que realicen otra vez todos los ejercicios pero con la mano o el pie (en el caso de la rayuela) no dominante.</p> <p>En cada vuelta y tras cada ejercicio, los alumnos tendrán que ir anotando en su ficha que es lo que han puntuado en cada una de las pruebas.</p> <p>Con estos juegos tan diversos mi intención será la de que se vayan conociendo corporalmente en cada una de las distintas pruebas, para así mejorar su nivel de esfuerzo y eficacia. A través de las distintas rondas irán planteándose varios retos (lateralidad, cambio de plano, etc.) así pueden ir mejorando su nivel en esta habilidad. Al igual que en cualquier otro juego me interesa que respeten las normas de los ejercicios y que sean honestos a la hora de anotar sus resultados.</p>
<p>Momento de Encuentro Disposición Implicación</p>	<p>Cuando se acabe el tiempo, recogeremos el material del que hemos hecho uso y nos reuniremos en el centro de la sala para hablar sobre los ejercicios que hemos llevado a cabo. Les preguntaré cuál es la prueba que más les ha gustado, cuál es la que más difícil les ha parecido y cómo han tenido que mover el cuerpo para realizar el movimiento de lanzamiento.</p> <p>Por último les formulo una pequeña tarea para el próximo día. Tienen que preguntar a la gente mayor de su pueblo o ciudad a que jugaban cuando eran jóvenes y cómo se juega al juego de las tabas. O sino consultarlo en internet o cualquier otro medio de información.</p> <p>Hechas esas preguntas, dejaré que vayan al baño para asearse y beber agua y que guarden dichas fichas para el próximo día.</p>
<p>Momento de Construcción del Aprendizaje</p>	<p>SESIÓN 5</p> <p>Hoy primeramente les reuniré en una clase para que me expliquen qué información han encontrado o han obtenido de sus conocidos y familiares o de algún medio de información. También les preguntaré que han averiguado sobre el juego de las tabas. A continuación, les pondré un video sobre cómo se originó el juego de la rana, y otros videos en los que se ve como se juega a los juegos de “la rana”, “la calva”, y “la llave”. Lo importante de los videos es que les iré diciendo cómo colocan los pies, cómo posicionan el cuerpo, materiales que se usaban y cómo han evolucionado, etc.</p>

<p>Momento de Despedida</p>	<p>A continuación les llevaré al pabellón y con los juegos ya preparados les entregaré otra ficha. En esta ficha aparece una ronda hecha de forma normal, otra trabajando la lateralidad, y posteriormente trabajando un cambio de plano o eje (deben realizar los lanzamientos de rodillas).</p> <p>Nos pondremos manos a la obra. Los niños se van dividiendo por las distintas postas y van realizando los ejercicios y anotándolo. En esta ronda voy aclarando alguna duda si los niños pudieran tener alguna o corrigiendo posturas.</p> <p>Pasando a la segunda ronda, los niños y niñas deberán realizar las actividades con la mano y pie no dominante. Y tras cada ejercicio anotar sus resultados. Preveo que los resultados sean algo peores, pero mi intención es que vean que hay que usar ambas manos, que aunque se dé mal al principio poco a poco hay que ir mejorando.</p> <p>En la tercera ronda con el cambio de eje, es normal que en este caso los resultados sean algo peores, pero lo que me interesa es que vean que ocurre si cambiamos de plano, si cuesta más o es más fácil, que ocurre con el resto del cuerpo al lanzar, etc.</p> <p>Si queda más tiempo les puedo solicitar una última vuelta hecha de forma normal porque quiero ver si hay mejoría en las actividades que se han propuesto.</p> <p>Recogerán el material, nos reuniremos para reflexionar sobre las distintas acciones que han tenido que llevar a cabo y podrán irse a asearse y volveremos a las clases. Entregándome las fichas con los resultados.</p>
-----------------------------	--

PREVISIONES PARA LA REGULACION DE LA PRÁCTICA

Previas.- **SESIÓN 1**

Antes de empezar la clase, tenía pensado explicar el juego de “los diez pases”, dejar claro las normas. Acto seguido haría equipos equilibrados y les dejaría una puesta en escena para ver como realizan el juego.

Después pensaba aportarles algunos consejos sobre cómo pueden mejorar en cuanto a la estrategia, mejorar en los pases, organizarse mejor por el campo, etc. Después les volví a poner en una segunda puesta en escena y ver si han cambiado en algo.

Tras esa segunda puesta en escena voy a centrarme en las estrategias ya que a estas edades no se trabajan o se hace muy poco. Dejando a cada equipo un rato para llevar a cabo una estrategia, dialogar como se van a organizar, etc. Acto seguido una tercera puesta en escena para ver cómo aplican sus estrategias y por hoy nada más.

SESIÓN 2

Divido la clase en dos grupos, a su vez también divido el gimnasio en dos mitades, una para cada equipo. Por equipos deben pasarse una pelota sin moverse y de modo que lo hayan tocado todos los miembros del grupo y sin que se caiga el balón, consiguiendo punto el equipo que consiga antes realizar todos los pases.

Después incremento la dificultad del juego con más número de pases y con el objetivo añadido de que deben llevar hasta un lado de la sala el balón y volverlo llevar hasta el principio de nuevo.

Por último incremento un poco más el nivel de los pases, ahora añadimos más aros. Los jugadores al ser menos que los aros van a tener que ir moviéndose de aro en aro para poder llegar hasta el otro lado y volver. Con un inconveniente añadido, no se puede pasar al compañero que te haya pasado el balón.

SESIÓN 3

Cambio de juego, ahora pasamos a “pelota invasora”. Empiezo con el juego básico por excelencia. Dos equipos, cada uno en su campo y un solo balón. El objetivo es conseguir que el balón pase por encima de una cuerda y consiga tocar el suelo del equipo rival para puntuar.

Después pruebo el mismo tipo de juego pero ahora ninguno de los dos equipos puede moverse, para ello les dejo 20 segundos para que cada equipo se distribuya por el campo como lo vean más conveniente para tapar espacios.

Seguimos realizando el mismo juego pero introduciendo distintos tipos de balones de distintos tamaños y tactos, quiero que prueben sus efectos a la hora de lanzar, si es más difícil más fácil.

Por último introduzco el condicionante de realizar los ataques y las defensas de rodillas para cambiar de plano y ver como adaptan sus movimientos corporales a las nuevas condiciones.

SESIÓN 4

Cambio de tema y nos vamos a los juegos tradicionales de castilla y león. Les he preparado cinco actividades con cinco juegos antiguos que se practicaban en las provincias de esta comunidad hace muchos años.

Les he proporcionado una ficha en la que deben realizar tres vueltas pasando por los cinco ejercicios, la primera es como una puesta en contacto y anotarán lo que puntúen en cada prueba.

En la segunda vuelta lo realizarán de la misma forma pero ya con unos conocimientos proporcionados por mí en caso de duda o que desconozcan los movimientos que se deben realizar o la forma correcta.

En la tercera vuelta van a realizarla con la mano y el pie no dominante, para trabajar la lateralidad con los alumnos desde bien pequeños, pues deben acostumbrarse a trabajar con ambas extremidades.

SESIÓN 5

Seguimos con la práctica de juegos tradicionales. Con otra ficha deben realizar otras tres vueltas.

En la primera vuelta se harán los lanzamientos de forma normal para volver a recordar los movimientos respecto del día anterior.

En la segunda vuelta van a tener que realizar todos los lanzamientos de rodillas. Volviendo a trabajar el cambio de planos de nuevo.

Por último, la tercera vuelta se volverá a hacer de forma normal para que pueda observar si han mejorado en los distintos tipos de lanzamientos o no.

En el desarrollo: Como está ocurriendo esto... haré...

En ambos, tener en cuenta la *atención a la diversidad*

SESIÓN 1

En la primera sesión nada estaba desarrollándose como lo había planeado. La primera puesta en escena fue un tanto desastrosa, pero por eso tenía previsto hacer un alto y aportarle consejos, formularles preguntas para que respondan y saquen sus propias conclusiones.

La segunda puesta en escena siguió siendo un caos, puesto que no vi ni una sola mejora, de hecho los alumnos se empezaron a enfadar, otros no querían jugar, y se descontentaban la mitad. De modo que decidí dejar lo que tenía planeado cambiar y desviarme a mejorar unos aspectos básicos del juego como son los lanzamientos y las recepciones.

SESIÓN 2

Esta sesión sí que fue tal cual la planeé porque la hice específicamente de actividades de pases y así se llevó a cabo.

SESIÓN 3

En esta ocasión estamos tratando el juego de “pelota invasora”, mi sesión se ciñó bastante a la sesión que yo tenía pensada, salvo por un pequeño detalle. Los niños hicieron una actividad bien en menor tiempo del que yo había previsto, de modo que tuve que improvisar otra actividad que no tenía planificada y que surgió de forma esporádica.

SESIÓN 4

Esta sesión no es que saliese como yo había planeado, si no que de hecho salió excesivamente bien, a los niños les encantaron las actividades y la ficha que tenían que entregar. De hecho la clase transcurrió sin incidentes, sin apenas dudas y con un ambiente de interés y de esfuerzo por realizar las cosas.

SESIÓN 5

Esta es la última sesión de la unidad didáctica, continúo con los juegos tradicionales pero esta vez con otra ficha que aborda otros aspectos a tratar con los alumnos. Los niños acogen de buena gana esta ficha y siguen con sus intentos en todos los ejercicios o postas. Esta ficha tiene un poco más de importancia ya que en ella también voy a calificar si los alumnos ha conseguido una mejoría en la habilidad de lanzamiento de los juegos planteados o si por el contrario no han mejorado y han empeorado en la habilidad a trabajar.

OBJETIVOS Capacidades que desarrolla el alumnado al realizar las tareas previstas

En función de las actividades propuestas en esta UD y en relación con los objetivos de la ley, he propuesto unos objetivos propios para mis sesiones que son más específicos y se adaptan más a lo que quiero conseguir con mis alumnos.

- Utilizar los recursos Tics como fuente para buscar información.
- Aceptar las capacidades y limitaciones corporales propias y las de los compañeros, respetando las diferencias que puedan existir.
- Resolver conflictos o debates de manera pacífica mediante el diálogo.
- Adquirir los conocimientos y conceptos clave para realizar las actividades.
- Trabajar tanto de manera individual o grupal de manera con interés, curiosidad e iniciativa.
- Respetar las reglas de los juegos y las normas de seguridad.
- Mejorar las habilidades motrices a través de juegos, variantes y situaciones diversas.

CONTENIDOS Aprendizajes que el alumnado construye al realizar las tareas previstas.

En esta UD he propuesto una serie de actividades a lo largo de varias sesiones, que en relación con la ley van a dar lugar a una serie de contenidos más específicos que considero más adaptados a mi unidad y a los alumnos.

- ✓ Conocimiento de las reglas de cada juego o actividad y de las normas de seguridad acordadas en la clase.
- ✓ Uso adecuado de los materiales usados en las sesiones.
- ✓ Valoración y aceptación de la propia realidad corporal.
- ✓ Adopción de una actitud predispuesta e interesada hacia las actividades y las explicaciones.
- ✓ Realización de juegos motores de manera cooperada y coordinada.
- ✓ Conocimiento de juegos populares y/o tradicionales en el entorno de Castilla y León.

- ✓ Adquisición de conocimientos sobre habilidades de lanzamiento para su posterior puesta en práctica.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Saber qué aprendieron, qué capacidades desarrollaron.

Según mi UD y basándome en la relación con los criterios acorde a la ley, muestro una serie de criterios de evaluación más específicos para mi unidad y que se adapta a lo que quiero para mis lecciones.

- Identificar medidas de seguridad en las actividades.
- Resolver situaciones y retos que impliquen aplicar habilidades motrices.
- Resolver retos con diversidad de estímulos (espacio, oponentes, etc.)de manera cooperativa.
- Mejorar el nivel de sus capacidades y habilidades por medio del trabajo y el esfuerzo.
- Comportarse de manera responsable, mostrando interés e iniciativa durante las actividades y explicaciones.
- Participar de manera activa en las actividades y disfrutar en los juegos.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

A partir de mi UD didáctica y en relación con los estándares de la ley, he desarrollado unos propios de manera más específica y adapta a lo que solicito en las sesiones.

- Explica las características propias de cada actividad o juego y las normas de seguridad que se requieren.
- Califica negativamente las conductas inapropiadas o que van en contra de las normas del ejercicio.
- Expone sus ideas de manera coherente, respetando las ideas de los compañeros.
- Respeta su propia realidad corporal y la de los demás alumnos.
- Es consciente de su predominancia lateral.

- Participa en las actividades haciendo un uso correcto de las habilidades motrices.
- Práctica las diferentes actividades propuestas.
- Participa en la recogida de material de manera organizada y limpia.
- Acepta las normas y reglas establecidas por la clase.
- Hace uso responsable del material usado en clase.

COMPETENCIAS

Acorde a mi UD y siempre en relación con las establecidas por la ley, he ideado unas competencias que se ajustan a mis lecciones y que son más específicas.

- ❖ Uso de la competencia lingüística a través de resolución de conflictos o conductas inapropiadas y argumentación de ideas de manera coherente.
- ❖ Se trabaja la competencia matemática y de ciencia y tecnología mediante la apreciación de las distancias, velocidades y trayectorias de los lanzamientos.
- ❖ La competencia digital hace aparición al buscar información a través de las tics.
- ❖ Hago uso de la competencia de aprender a aprender mediante las variantes en las actividades que implican a los alumnos nuevos retos a resolver por su parte.
- ❖ La competencia social y cívica se usa en la transmisión de valores de respeto, tolerancia, afectividad, etc.
- ❖ El uso de la competencia del sentido de iniciativa y espíritu emprendedor se trabaja mediante actividades que provoquen en los alumnos interés e iniciativa.
- ❖ Mediante juegos tradicionales de la comunidad implico a la competencia de expresiones culturales pues transmito unas actividades propias de otra época.

¿QUÉ HE APRENDIDO?

Sobre los diferentes núcleos de significado que se dan cita en el proceso de E/A...

Con esta unidad didáctica lo que quiero que los alumnos aprendan a lo largo de sus sesiones es:

- Hacer buen uso de los espacios de los que se dispone en cada momento.
- Realizar una estrategia grupal para llevar a cabo entre todos.
- Trabajar la cooperación y el trabajo en equipo.
- Las posiciones óptimas para recibir y lanzar una pelota.
- Conocimiento de la cultura de la zona en el pasado y en el presente.
- Adaptación del cuerpo ante cambios de plano y ejes.
- Hacer uso de la mano y el pie no dominantes.
- Controlar las distintas formas de lanzamientos.

Sobre los comportamientos del alumnado; los obstáculos que el alumnado identifica y las posibilidades de superarlos; la autonomía del alumnado en el desarrollo de las tareas...

Es importante saber mantener el interés de los alumnos, ya que si no van perdiendo la concentración tanto por las explicaciones como por el conjunto de actividades que tengas planteadas, a su vez no solo se distraen ellos, sino que también distraen a los demás alumnos.

Cuando un alumno encuentra una dificultad o un obstáculo tiende a dos opciones, o quejarse y abandonar o seguir intentándolo. Ahí es cuando tenemos que entrar nosotros como docentes y animarles a tomar esa segunda opción, y no solo a seguir intentándolo sino también a que no caiga su ánimo y su entusiasmo por intentarlo.

En las sesiones les doy las opciones de que haya actividades tanto dirigidas y de una función ya casi establecida, hasta ejercicios en los que ellos son los responsables de cómo realizarlo y del resultado de lo que ellos hagan.

Sobre cómo se ha facilitado el aprendizaje en el desarrollo del proyecto; la puesta en escena planificada; el sistema de recursos y obligaciones propuesto; las dificultades que supone atender a todos; las progresiones planteadas y su oportunidad; la competencia profesional...

A la hora de impartir aprendizajes a los alumnos intento aportarles primero una explicación teórica, a continuación apporto una ejemplificación práctica sobre cómo se puede o se debe realizar un ejercicio y posteriormente solicito dudas o algún matiz que no haya quedado claro para resolver esas dudas.

El tema de los recursos es un tanto difícil ya que al ser un colegio nuevo no dispone de muchos materiales o tantos como nos vendrían bien para realizar algunos tipos de prácticas o sesiones.

Rara vez he tenido problemas para atender a todos, porque por lo general si existe una duda se expone en público para que no vuelva a surgirle a nadie más. En otras ocasiones si un alumno tiene alguna duda y requiere de mi atención viene donde mí y me expone la duda de manera individual y personal mientras el resto de personajes siguen realizando esa u otras actividades.

Todo lo que he tenido pensado plantear con los alumnos ha tenido siempre su oportunidad de ponerse a prueba y de probar si es conveniente o no para los alumnos, pues solo así puedo comprobar si es adecuado y se ajusta a su nivel o si por lo contrario hay que descartarlo.

Demandas de formación como maestro/a...

Como profesor sí que he visto reflejadas muchas de las cosas que hemos dado en las clases de la universidad y en sus asignaturas, pero en especial las asignaturas pertenecientes a 3º y 4º de magisterio, pues son en esas en las que hemos visto más situaciones que son posibles que surjan en nuestro futuro como docentes. La clave de esas asignaturas es que llevan a cabo clases totalmente prácticas sobre supuestas clases y sucesos que se pueden dar en nuestras asignaturas y en nuestras clases y sesiones.

TITULO del Proceso de enseñanza y aprendizaje: **“habilidades básicas de manipulación de objetos: el bote.”**

LOCALIZACIÓN: CURRÍCULO OFICIAL; DOCUMENTOS ELABORADOS:

El documento a partir del cual he obtenido la información necesaria está en relación con el currículo oficial. A lo largo de esta unidad detallaré de forma separada dentro de cada uno de dichos elementos, cuales he utilizado.

Competencias

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: apreciando las distancias, trayectorias y velocidades de los botes de los balones.

Competencia social y cívica: trabajando valores como el de la salud, bienestar físico, el respeto, la afectividad, igualdad y tolerancia. Así como el respeto por las normas y reglas de juego.

Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: trabajar tanto de forma grupal como individual, mostrando interés, iniciativa, etc.

Competencia de conciencia y expresiones culturales: mostrando juegos que susciten interés por esforzarse, por la constancia, etc.

Objetivos

- Hacer uso de las normas de convivencia y saber respetarlas, mostrando a su vez respeto por los derechos de los compañeros.
- Realizar actividades que conlleven tanto trabajo individual como grupal, así como también desarrollar actitudes de iniciativa, curiosidad e interés, confianza en sí mismo, etc.
- Desarrollar hábitos para la resolución de problemas de manera pacífica.
- Conocer la existencia de diferentes culturas, mostrando respeto hacia la diversidad. Apreciar las diferencias que existen entre las personas, comprendiendo y respetando sus diferentes cualidades. Tratar temas de igualdad de géneros y de no discriminación.

- Hacer uso del vocabulario técnico de forma correcta.
- Valorar nuestra propia higiene y la salud de nuestro cuerpo, aceptando nuestra propia realidad corporal y la de nuestros compañeros, respetando las diferencias que puedan existir. Fomentar la educación física y el deporte como herramientas favorables para el desarrollo personal y social.
- Evitar prejuicios y estereotipos en cualquiera de sus formas y promover relaciones basadas en la afectividad entre los compañeros.

Contenidos

- Bloque 1. Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.
- Bloque 2. Esquema corporal. Partes del cuerpo en sí mismo y su intervención en el movimiento. Posibilidades y limitaciones motrices.
- Bloque 2. El eje corporal. Dominio de la orientación lateral del propio cuerpo. Consolidación de la predominancia lateral.
- Bloque 2. Percepción y estructuración espacio temporal del movimiento: interpretación de trayectorias lineales, apreciación de distancias y recepción de objetos.
- Bloque 2. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal aumentando la confianza en sus posibilidades, autonomía y autoestima.
- Bloque 3. Experimentación de formas y posibilidades de movimiento a través de diferentes formas de ejecución de desplazamientos, saltos giros, equilibrios y manejo de objetos.
- Bloque 3. Control de las habilidades motrices básicas más habituales en situaciones sencillas.
- Bloque 3. Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad
- Bloque 3. Refuerzo de la autoestima y la confianza en sí mismo.
- Bloque 6. Adquisición de hábitos de higiene corporal, alimentación y postura relacionados con la actividad física.
- Bloque 6. Conocimiento de algunas normas de uso de los materiales y espacios en la práctica de actividad física.

Criterios de evaluación

- Bloque 2. – 1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.
- Bloque 2. – 4. Conocer, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.
- Bloque 3. – 2. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.
- Bloque 4. – 2. Participar y disfrutar en el juego, tanto en lo que se refiere a aspectos motores, como a aspectos de relación con los compañeros.
- Bloque 6. – 1. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud.
- Bloque 6. – 2. Identificar medidas de seguridad en la práctica de la actividad física.

Estándares de aprendizaje

- Bloque 1. – 1.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.
- Bloque 1. – 1.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
- Bloque 2. – 1.4. Realiza movimientos acordes a la trayectoria de un objeto o un compañero.
- Bloque 2. – 4.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.
- Bloque 2. – 4.2. Valora el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
- Bloque 2. – 4.3. Identifica derecha e izquierda (eje corporal) respecto a sí mismo.
- Bloque 2. – 4.4. Es consciente de su predominancia lateral.
- Bloque 3. – 1.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.

- Bloque 3. – 1.3. Realiza circuitos utilizando las habilidades motrices básicas.
- Bloque 3. – 1.4. Participa en actividades y juegos propuestos utilizando las habilidades básicas.
- Bloque 3. – 1.5. Coordina los movimientos de brazos y piernas en las formas básicas de desplazamiento: marcha y carrera, variando sentidos y direcciones en función de obstáculos.
- Bloque 4. – 3.1. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.
- Bloque 4. – 3.3. Acepta las normas y reglas establecidas.
- Bloque 6. – 1.1. Mantiene una postura adecuada.
- Bloque 6. – 1.3. Evita acciones en las que pueda hacerse daño o hacérselo a los demás.
- Bloque 6. – 2.2. Aplica las normas de uso de los materiales de educación física.

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

Se trata de alumnos que están al inicio de la etapa educativa de primaria, pertenecen a los cursos de 1º y 2º de primaria, por lo tanto queremos tratar con ellos una unidad didáctica que vaya sobre iniciación deportiva. En este caso en particular vamos a tratar la iniciación deportiva en el baloncesto, y por lo tanto empezaremos con uno de los movimientos más básicos de este deporte: el bote.

Esta unidad tiene su utilidad porque son varios los aspectos que se pueden tratar y desarrollar mediante este conjunto de sesiones, entre ellas me refiero a: la coordinación que se debe llevar a cabo a través de distintas habilidades, la resistencia que se debe tener y/o desarrollar para llevar a fin la repetición de un mismo movimiento corporal ante distintas situaciones, iniciarles en un deporte de gran fama mundial e ir proponiéndoles una toma de contacto con el deporte, el material que se debe utilizar y las reglas de dicho deporte. Trabajar también la lateralidad a lo largo de las sesiones a medida que se incrementa el nivel de complejidad de dichas pruebas. Realizar actividades haciendo una separación segmentaria del cuerpo y sus funciones, desarrollando así el proceso de concentración en los alumnos.

CONTEXTO

Responsable: Gonzalo García Corral.

Para desarrollar en CEIP de Villalobón con alumnado de 1º y 2º de primaria.

Fechas aproximadas: estipulo que esta unidad tendrá una durabilidad de 2-3 semanas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- LOMCE, según la orden EDU 519/2014.

DOCUMENTOS QUE SE ADJUNTAN:

- NINGUNO.

EL PROYECTO EN EL AULA, EN EL PATIO, EN EL PARQUE...

Todas las sesiones de esta unidad se van a llevar a cabo dentro del pabellón del colegio ya que dispone de espacio suficiente para realizar aquellas actividades que están destinadas a tratar este tema. También, a diferencia de patio (cuyo suelo tiene forma está hundido en el centro) el gimnasio o pabellón dispone por completo del suelo liso y va a ser más propicio para las clases y va a beneficiar al aprendizaje de los alumnos y a su desarrollo de forma más fácil que en el exterior.

ESTRUCTURA DE FUNCIONAMIENTO.

PROPUESTAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

	<p>A través de esta UD quiero que los alumnos adquieran experiencia y destreza en el bote del balón, pues les va a servir para inicio en una actividad deportiva y como desarrollo de las habilidades de manipulación de objetos, que podrán ir desarrollando y perfeccionando en toda la etapa de primaria.</p> <p>Por medio de esta unidad voy a proporcionarles ciertos conocimientos y aspectos claves para realizar de la forma adecuada las actividades, que posteriormente nos servirán para alcanzar una serie de objetivos. También quiero transmitirles ciertos valores como el respeto, capacidad por esforzarse, iniciativa, etc. Mostrarles la importancia de las normas y las medidas de seguridad también adquiere gran importancia en mis lecciones.</p> <p>Para ello aplicaré una metodología teórica de manera breve al inicio de todas las sesiones para fijar conceptos, disolver dudas y afianzar normas. Tras esto mi metodología pasará a ser práctica, en la que el alumno es protagonista de la acción y responsable de la ejecución de los ejercicios, pasando mi labor a ser de observador y guía de los alumnos y alumnos de la clase.</p>
<p><i>Momento de Encuentro</i> Disposición Implicación</p>	<p><u>SESIÓN 1</u></p> <p>Comenzaré una nueva unidad didáctica, iré a clase a recoger a los alumnos y me los llevaré al gimnasio para empezar con la sesión de hoy.</p> <p>Hoy al tener que empezar una nueva sesión dedicaré un buen rato a explicarles en que vamos a trabajar durante los siguientes días, y a dejar varios matices claros sobre seguridad, el material que utilizaremos y las cualidades que tiene dicho material y por último, las reglas importantes que hay que respetar durante la clase para el buen funcionamiento de la clase (no botar el balón durante explicaciones).</p>
<p><i>Momento de Construcción del Aprendizaje</i></p>	<p>En esta primera sesión les propondré ciertas actividades sobre el bote pero que contengan cierta libertad. Para empezar les pediré que de forma estática prueben a botar los balones. Si se diera el caso, iré ajustando sus acciones para que sean las idóneas en lo que a botar el balón se refiere.</p>

<p><i>Momento de Despedida</i></p>	<p>Después les daré libertad de movimiento en cuanto al espacio del que disponemos por todo el campo, para que tengan libertad de movimiento mientras realizan la habilidad de bote y a su vez lo mezclen con la capacidad de desplazamientos por el medio.</p> <p>Iré haciendo un poco más complejo los ejercicios, ahora delimitaré el espacio, reduciéndolo de manera significativa y haciendo que los alumnos sigan desplazándose dentro de ese espacio junto con el resto de las compañeras y compañeros, de esta forma su control sobre el balón y la acción que están llevando a cabo va a tener que ser mucho más controlada y cercana, para poder desplazarse por el espacio del que se dispone y evitar perder el balón y chocarse con otros alumnos.</p> <p>Tras esta actividad preguntaré a los alumnos que lo han realizado de forma correcta cómo estaban realizando esa acción para evitar chocarse con otras personas y que el balón no se les fuese de su “zona segura”.</p> <p>Por último, propondré un pequeño juego entre todos que consistirá en ir botando el balón a la vez que intentamos quitar el balón a los compañeros pero sin que nos quiten el nuestro.</p>
<p><i>Momento de Encuentro Disposición Implicación</i></p>	<p>Cuando la clase finalice recogerán el material los alumnos y nos reuniremos para hablar sobre el bote y que aspectos debemos tener en cuenta para realizarlo de la forma apropiada. Después irán al baño a asearse y nos dirigiremos a clase.</p> <p><u>SESIÓN 2</u></p> <p>Como es habitual iré a las clases para recoger a los alumnos y llevarlos al gimnasio donde desarrollaremos la sesión de hoy.</p>
<p><i>Momento de Construcción del</i></p>	<p>Repasaremos las normas sobre seguridad, la forma más adecuada para botar el balón y aprovecharé para modificar la forma de realizar los ejercicios, así tendré más control sobre la clase y podré supervisar mejor los ejercicios y las acciones de los alumnos, ya que la falta de material para esta UD así me limita.</p>

<p><i>Aprendizaje</i></p>	<p>Comenzaré con una serie de ejercicios que van a ir de poco a más, volviéndose cada vez más complejos y que van a requerir más concentración por parte de los alumnos para su buena realización. Para estos ejercicios haré 4 filas con los miembros de clase, de esta forma irán saliendo los primeros de cada fila y tendrán que realizar diferentes actos en la ida y en la vuelta y los demás deben observar su realización y fijarse en posibles errores y corregirlos.</p> <p>El primer ejercicio consistirá en ir andando hasta el final de la pista botando el balón con la mano derecha y a la vuelta realizarlo con la mano izquierda, dado que este ejercicio es muy fácil espero que con que lo realice una o dos veces cada uno sea suficiente a no ser que se realicen errores o tenga que hacer correcciones en postura u otras cosas.</p> <p>El siguiente paso por lo tanto será realizar el mismo recorrido pero corriendo, de manera que haya que adecuar la velocidad del bote a la que lleva la persona en el momento de ida y de vuelta. La primera vez les permitiré ir con la mano que quieran para ver como lo hacen, si lo realizan de la forma correcta, les invitaré a realizarlo con la mano contraria.</p>
<p>Momento de Despedida</p>	<p>Quiero trabajar el manejo de ambas manos, por lo tanto quiero que a la vez que andan tengan que ir intercalando el bote con las manos, un bote con la mano derecha y el siguiente con la izquierda, así tanto a la ida como a la vuelta.</p> <p>Aumentaré la complejidad y meteré intervalos de botes, ahora incrementando la velocidad de desplazamiento y a la par realizando tres botes con una mano y después pasando a la otra. Ida y vuelta.</p>
<p>Momento de Encuentro Disposición Implicación</p>	<p>Cuando se acabe el tiempo, recogerán el material, nos reuniremos para hablar de los ejercicios realizados y después podrán ir al baño para asearse y en fila india nos iremos a clase.</p> <p><u>SESIÓN 3</u></p> <p>Hoy seguiremos con la sesión donde la dejamos la última vez, de modo que</p>

<p><i>Momento de Construcción del Aprendizaje</i></p>	<p>al llegar al gimnasio reuniré a los alumnos en círculo y les pediré que me expliquen qué es lo que hicimos el último día, también les solicito que me expliquen cuáles son los peligros de manejar balones de baloncesto y cuál es la forma adecuada de botar el balón para evitar que nos golpee en el pie, dar a compañeros o que se nos vaya (que explicamos en la sesión anterior).</p> <p>Es muy importante que recuerden estas medidas de seguridad pues los balones de baloncesto son bastante duros y podría darse más de un susto y accidente si no dejas las normas bien fijadas.</p> <p>Tras asentar las normas de seguridad seguiré con las series de ejercicios que estábamos llevando a cabo durante la anterior jornada. Como inicio empezaré con la última actividad que realicé en la última clase. De modo que les propuse hacer intervalos de tres botes con cada mano a la ida y a la vuelta.</p> <p>A continuación voy a probar un cambio en lo que al desplazamiento se refiere, ahora tendrán que realizar la ida y la vuelta caminando hacia atrás. Como lo que me interesa es que se haga bien les pediré que esto se haga andando y despacio, ya que en esa ocasión es muy probable que el balón les dé en el pie y salga rodando. Igual de importante es ir mirando hacia atrás para ver si llegamos hasta la pared o si algún compañero se cruza y así evitar caídas y sustos innecesarios.</p>
<p>Momento de Despedida</p>	<p>Quiero probar otro tipo de movilidad y que va a influir mucho en la forma de botar. Ahora tendrán que botar el balón muy abajo y de manera rápida, esto tiene su repercusión en la colocación del cuerpo y de la mano para llevar a cabo la habilidad de botar el balón. Esta actividad quiero que la trabajen más ya que no la realizan del todo bien. Son situaciones corporales propias de esa actividad deportiva y que se darán en la realidad con mucha facilidad de modo que no me importa invertir más tiempo en este ejercicio en particular, pues quiero que adquieran más dominio en este caso en particular.</p> <p>Para concluir les pediré un último tipo de ejercicio, irán botando el balón con una mano (la que ellos quieran) y en la mano opuesta tendrán que llevar un “ladrillo” de plástico sin agarrarlo. Así puedo observar como es su</p>

<p><i>Momento de Encuentro</i> Disposición Implicación</p>	<p>destreza y movilidad de manera segmentaria y con labores o funciones distintas.</p> <p>Cuando la clase finalice, recogerán el material (dejando los balones bien ordenados), reflexionaremos sobre los ejercicios realizados y como hemos tenido que adoptar nuestro cuerpo para llevar a cabo los distintos objetivos y acto seguido podrán ir a lavarse al aseo y nos iremos al aula para que tengan la siguiente clase.</p>
<p><i>Momento de Construcción del Aprendizaje</i></p>	<p><u>SESIÓN 4</u></p> <p>Como he hecho hasta la fecha, iré a las respectivas clases de los alumnos a buscarles para llevar a todos al pabellón y dar inicio a la clase. Siguiendo el procedimiento de la otra vez, solicitaré un resumen breve de la última sesión que llevamos a cabo. Tras esto, haré otra vez 4 grupos o filas y nos pondremos manos a la obra.</p> <p>El último día hacían ida y vuelta botando el balón con una mano mientras en la opuesta llevaban un bloque de ladrillo sin agarrarlo, este ejercicio lo quiero volver a realizar como inicio de las actividades ya que quiero ir volviéndolo más complejo a medida que cojan destreza en esta clase de ejercicio.</p> <p>El siguiente paso conlleva la misma segmentación del cuerpo por partes pero va volviendo la labor de sujeción del ladrillo más complicado, simplemente iré variando la superficie que hay sujetar del ladrillo (tumbando, de lado, en vertical). Si un alumno consiguiera hacer la ida y la vuelta con el ladrillo en una posición, la próxima vez lo hará en la siguiente y así hasta que consiga hacer todas. Sí un alumno fuese muy adelantado respecto a los demás puede probar a cambiar la acción de brazo, o cambiando el plano del alumno para crear situaciones que requieran más destreza o habilidad por su parte.</p>

<p>Momento de Despedida</p>	<p>Siguiendo con las actividades de bote, ahora haré que el proceso de bote sea algo más difícil de llevar a cabo. Hasta ahora el hecho de botar lo había exigido de manera normal (botando cerca del cuerpo y con el brazo semiflexionado), ahora les pediré que realicen la acción de botar con el brazo completamente extendido hacia fuera (que no hacia delante) y mantener el bote durante la ida y la vuelta.</p>
<p>Momento de Encuentro Disposición Implicación</p>	<p>Por último volveré a tratar una secuencia de botes pero con aros, enfrente de cada fila pondré una serie de aros separados entre sí, ahora el alumnado va a tener que tratar de ir avanzando y solo puede botar una única vez dentro de cada aro, fuera pueden dar uno o dos botes pero no más. La ida con una mano y la vuelta con la otra. Así no solo deberán fijarse en la distancia entre un elemento y el siguiente, sino que al disponer de unos botes limitados en cada segmento del circuito deben aprender a llevar un ritmo y establecer una velocidad determinada en cada momento.</p>
<p>Momento de Construcción del Aprendizaje</p>	<p>Cuando la hora llegue a su fin y recogerán el material colocándolo tal cual nos lo habíamos encontrado antes de entrar. Nos reuniremos para tratar aspectos que se pueden mejorar y hablar sobre las pautas claves para desarrollar bien esta habilidad en particular y poder ir mejorando. Después los estudiantes podrán ir al baño para asearse y acto seguido iremos en fila india a las clases respectivas para poder seguir con la jornada escolar.</p> <p><u>SESIÓN 5</u></p> <p>Es la última sesión perteneciente a esta unidad didáctica, es el último día con ejercicios relacionados con este tipo de habilidad, de modo que tras una breve recopilación de lo hecho a lo largo de las clases anteriores nos centraremos en lo que ahora vamos a llevar a cabo.</p> <p>Como es la última sesión que voy a tener sobre esta unidad didáctica he pensado en realizar una serie de actividades variadas que incluyen a su vez el proceso de botar el balón.</p>

<p>Momento de Despedida</p>	<p>Como primera actividad, enfrente de cada fila pondré varias picas separadas entre sí. La actividad consistirá en ir haciendo zigzag entre las picas y a su vez ir cambiando el balón entre las manos para sortear las picas con más facilidad. Para ello explicaré que el balón siempre estará en la mano contraria respecto a donde esté la pica, por lo tanto si pasamos por la derecha de la pica el balón estará en la mano derecha y en la siguiente pica pasaremos por su izquierda y cambiaremos el balón a la mano izquierda para evitar que el balón choque contra la pica.</p> <p>En el siguiente ejercicio combinaré los dos últimos ejercicios que hemos realizado, esto quiere decir que el zigzag y los aros van a estar intercalados en este ejercicio. De hecho el ejercicio consistirá en hacer zigzag entre dos picas, ir recto botando dentro de tres aros, volver a hacer zigzag entre otras dos picas y volver realizando el mismo ejercicio pero a la inversa (lo que conlleva hacer todo lo anterior pero con la mano contraria). Con este ejercicio quiero que trabajen mucho el cambio de mano ante distintas acciones a lo largo del recorrido de ida y de vuelta. Que tengan claro que su cuerpo a medida que avanza entre los obstáculos debe ir moviéndose adecuadamente para lanzar y recoger el balón sin tocar los elementos del circuito. Adecuando su cuerpo y movimiento en el proceso de botar el balón y desplazarse.</p> <p>Para terminar con esta sesión he pensado que podría iniciar con ellos un ejercicio con bote entre las piernas, pues supongo que les va a costar mucho realizar algo así ya que el balón es muy grande y ellos aún no tienen las piernas tan largas y la habilidad suficiente para pasar el balón entre las piernas y cogerlo con la mano contraria. Aun así me interesa llevarlo a cabo, de modo que voy a pedirles que con que sepan hacer el gesto de pasarse el balón entre las piernas me conformaré (aunque no cojan el balón tras pasárselo entre las piernas). Pues considero que aún son pequeños y no tienen tal destreza para conseguir ese objetivo, aunque si consiguiesen hacerlo tengo previstas más variantes a realizar siguiendo con esa misma actividad.</p> <p>Cuando termine el tiempo de clase recogerán todo el material del que han hecho uso. Nos reuniremos con un poco más de tiempo ya que como es la última sesión quiero tratar todos los aspectos de esta UD, normas de seguridad, respeto del material, espacio y compañeros, aspectos clave para</p>
-----------------------------	---

	<p>realizar distintos tipos de botes y conocimientos adquiridos en este tema. Después dejaré que se asean y dado que hoy dispondremos de media hora más de educación física les pediré que me dibujen el juego o ejercicio que más les ha gustado en relación con el bote y que por la parte de detrás escriban aquello que han aprendido y que ha visto más útil de cara al futuro con esta habilidad en particular.</p>
--	---

PREVISIONES PARA LA REGULACION DE LA PRÁCTICA

Previas.-

SESIÓN 1

Para la primera sesión tenía prevista una serie de actividades referentes a esta unidad didáctica, sin embargo me presenté ante una realidad muy distinta a la que tenía. No disponía del material apropiado para la sesión, ni en número ni en calidad. Ante esto lo único que pude hacer fue buscar unos balones de gomaespuma de repuesto y llevar a cabo dichos ejercicios con ellos.

SESIÓN 2

En la segunda clase me encargué de llevar el material propicio para la clase y dado que no había suficientes para todos, ideé otro tipo de sesiones adaptando las clases a ello para tener así más controlado al alumnado y poder así fijarme mejor en cada uno.

SESIÓN 3

En esta nueva sesión seguí con la forma de enseñanza que había ideado y que había tenido buena acogida entre los alumnos, de manera que iba a seguir trabajando así y ahora seguiría sugiriendo actividades diversas, pero que poco a poco fuesen algo más completas para los alumnos.

SESIÓN 4

Para esta sesión voy a plantear una actividad que en sí misma tiene varios niveles de complejidad, cada alumno irá realizándola de menos a más, y el objetivo es que todos lleguen e intenten alcanzar con éxito el máximo nivel de complejidad dentro de la actividad.

SESIÓN 5

La última sesión siguió el mismo esquemas que las anteriores, y a su vez el nivel de

complejidad de las pruebas, ahora les exigía un cierto nivel de exigencia respecto a la habilidad que estábamos llevando a cabo, junto con otros materiales que formaban los circuitos que había que llevar a cabo.

En el desarrollo: Como está ocurriendo esto... haré...

SESIÓN 1

El resultado fue un tanto catastrófico ya que los ejercicios no se podían realizar bien y no eran fáciles de llevar a cabo con esos balones, como consecuencia los alumnos empezaron a intentar escaquearse de los ejercicios y poner excusas referentes a su estado de salud o molestias aun cuando yo sabía que no era así. De modo que detuve la clase 15 minutos antes y nos fuimos a clase.

SESIÓN 2

La nueva metodología y la forma de llevar las clases tuvieron un buen resultado, ya que los alumnos recibían por mi parte una atención más personalizada e iban mostrando lo aprendido de manera individual.

SESIÓN 3

La sesión progresa bien y los alumnos responden bien ante las nuevas propuestas que les voy planteando a lo largo de la sesión, doy algún matiz si veo que no realizan algo bien pero la clase avanza sin ningún incidente ni nada fuera de lo esperado.

SESIÓN 4

Cuando planteé esa actividad con sus distintos niveles de complejidad todos los alumnos aceptaron de buen grado la idea, pues todos querían probarse a sí mismos. Sin embargo, según iban avanzando los ejercicios en complejidad algún que otro alumno o alumna perdía la paciencia si no le salía el ejercicio, algunos incluso queriendo tirar la toalla. Ahí como docente estaba yo para incitarles a seguir intentándolo, a no rendirse, a seguir probando para mejorar, a aportar consejos para puedan mejorar, etc. Al final conseguí que los

alumnos con ese tipo de mentalidad siguieran intentándolo y les felicitaba si conseguían superar aquellos niveles de complejidad de los que se quejaban y les incitaba a ir a por los próximos niveles.

SESIÓN 5

Los alumnos se pusieron manos a la obra con las actividades propuestas encantados, pues los circuitos despiertan cierto entusiasmo en ellos. Sin embargo, algunos alumnos no me habían prestado atención durante la explicación y no sabía los pasos en los que desarrollar el circuito. De forma que paré la clase y esperé a que hubiese un silencio absoluto, volví a explicar el circuito y pregunté a los que estaban hablando o no habían entendido el circuito la primera vez para comprobar que ahora no había malentendidos ni dudas respecto a su realización. Acto seguido continuamos con la clase y no hubo más incidentes

OBJETIVOS Capacidades que desarrolla el alumnado al realizar las tareas previstas

En función de las actividades propuestas en esta UD y en relación con los objetivos de la ley, he propuesto unos objetivos propios para mis sesiones que son más específicos y se adaptan más a lo que quiero conseguir con mis alumnos.

- Mostrar iniciativa, interés y curiosidad en las distintas actividades y ejercicios.
- Respetar la diversidad de realidades corporales que se den entre los compañeros.
- Emplear el vocabulario específico.
- Fomentar el deporte y la educación física como herramientas de una vida saludable.

CONTENIDOS Aprendizajes que el alumnado construye al realizar las tareas previstas.

En esta UD he propuesto una serie de actividades a lo largo de varias sesiones, que en relación con la ley van a dar lugar a una serie de contenidos más específicos que considero más adaptados a mi unidad y a los alumnos.

- Uso adecuado del material durante las clases.
- Valoración de la propia realidad corporal.
- Experimentación de distintos movimientos corporales haciendo uso de la habilidad de manipulación de objetos.
- Refuerzo de la confianza en sí mismo.

- Adquisición de hábitos de posturas relacionadas con la actividad física.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Saber qué aprendieron, qué capacidades desarrollaron.

Según mi UD y basándome en la relación con los criterios acorde a la ley, muestro una serie de criterios de evaluación más específicos para mi unidad y que se adapta a lo que quiero para mis lecciones.

- Mejorar en las habilidades motrices a través de las actividades propuestas.
- Identificar las medidas de seguridad necesarias durante los ejercicios.
- Participar de manera activa durante los ejercicios.
- Resolver retos y situaciones mediante las habilidades y acciones motrices.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

A partir de mi UD didáctica y en relación con los estándares de la ley, he desarrollado unos propios de manera más específica y adapta a lo que solicito en las sesiones.

- Explica al resto de la clase las características del ejercicio.
- Realiza los movimientos adecuados acorde al objeto u obstáculo.
- Identifica la derecha y la izquierda respecto a sí mismo.
- Conoce su predominancia lateral.
- Realiza combinaciones de habilidades motrices de manera correcta.
- Realiza los circuitos haciendo uso de las habilidades.
- Mantiene una postura adecuada.
- Evita las acciones que pueden dar a los compañeros o a sí mismo.
- Cuida los materiales de los que se hacen uso durante la clase.

COMPETENCIAS

Acorde a mi UD y siempre en relación con las establecidas por la ley, he ideado unas competencias que se ajustan a mis lecciones y que son más específicas.

- Con la competencia matemática y de las ciencias y la tecnología aprecian las distancias de los recorridos y las trayectorias que deben de seguir a lo largo de él.
- Hago uso de la competencia social y cívica mediante el respeto de las normas de los ejercicios y las reglas de seguridad. Así como con valores de respeto, igualdad, etc.
- La competencia del sentido de iniciativa y de espíritu emprendedor la trabajo al proponer actividades que susciten el interés de los alumnos y su curiosidad por llevarlas a cabo.
- La competencia de conciencia la puedo trabajar al incitar a los alumnos a

esforzarse por superar los retos y variantes de los ejercicios y a permanecer constantes.

¿QUÉ HE APRENDIDO?

Sobre los diferentes núcleos de significado que se dan cita en el proceso de E/A...

A través de esta unidad didáctica he querido transmitir los siguientes conocimientos al alumnado:

- Características propias del material que se usa en el baloncesto (el balón).
- Normas de seguridad teniendo en cuenta las propiedades de los materiales que vamos a usar durante la clase.
- Normas de cuidado del material (no dar patadas a los balones, no sentarse encima de los balones, etc.).
- Actitud postural correcta para botar de la forma más óptima posible.
- Combinar habilidades, adaptando el cuerpo a cada una de las ocasiones.
- Colocar los elementos corporales que sean necesarios para adaptarse a las exigencias de la habilidad que se requiere.
- Hacer uso de la lateralidad en los alumnos a través de diversas actividades.
- Control corporal a través de una división segmentaria del cuerpo.
- Adquirir conocimientos diversos sobre este tipo de iniciación deportiva y saber usarlos en el futuro.
- Conocimientos sobre la realización correcta de las actividades que deben mecanizar para que en futuras ocasiones sepan superar obstáculos similares.

Sobre los comportamientos del alumnado; los obstáculos que el alumnado identifica y las posibilidades de superarlos; la autonomía del alumnado en el desarrollo de las tareas...

En esta unidad didáctica me he dado cuenta de que el material es de vital importancia para llevar a cabo una buena sesión de educación física. El primer día, me di cuenta de que el colegio no disponía con material suficiente para todos los alumnos (balones de baloncesto) y que los que sí disponía estaban el 100% deshinchado. De modo, que para la primera sesión opté por usar balones de gomaespuma que sí que había en gran cantidad, el gran problema que esto supone es que esos balones no botan lo suficiente y si para una persona adulta ya es costoso hacer que botasen en condiciones optimas, para un alumno pequeño era muchísimo más costoso.

Como consecuencia de esto, los alumnos perdían el interés por la clase y buscaban excusas y métodos para poder zafarse de la clase.

Para la segunda sesión me encargué de encontrar y traer material adecuado para la sesión y de cambiar la forma de realizar la clase para que con el material del que disponía pudiera ser la clase más amena y organizada.

Sobre cómo se ha facilitado el aprendizaje en el desarrollo del proyecto; la puesta en escena planificada; el sistema de recursos y obligaciones propuesto; las dificultades que supone atender a todos; las progresiones planteadas y su oportunidad; la competencia profesional...

La primera puesta en práctica fue un tanto caótica, es cierto que la actividad permitía total libertad de movimiento por el espacio del que disponía, pero eso a su vez favorecía que los alumnos aprovecharan para jugar entre ellos, hablar, distraerse, etc. Y eso hacía que no prestasen atención ni a la actividad en sí ni a mis explicaciones.

Tras esa clase, opté por cambiar la forma de aprendizaje. Ahora la forma de enseñar era mucho más individualizada, más ordenada, y personal. Aunque cada actividad llevara más tiempo, podía observar a los alumnos en pequeñas tandas y centrar el aprendizaje en cada alumno y corregir conductas o errores en las diferentes acciones y además este tipo de metodología o de enseñanza se ajustaba al número del material que tenía.

7 CONCLUSIONES

Como docentes debemos de reunir una serie de cualidades o de competencias ya que se nos exigen bastantes labores tanto dentro del aula como fuera de ella, en relación con los alumnos, otros profesores y empleados del centro, familias, etc.

Dentro de este conglomerado de competencias una de las que más uso daremos es la de desarrollar unidades didácticas que se centren en temas específicos. Dichas unidades engloban muchos aspectos que nosotros tenemos que desarrollar y completar por medio de sesiones, actividades, objetivos, contenidos, etc. siendo estas unidades lo más adaptadas posibles a la realidad de nuestros alumnos y sus necesidades educativa.

Otra de las cualidades que considero más importantes como maestro es la de un juicio objetivo y eficiente a la hora de evaluar de forma crítica a los propios discentes, pero también su propia actuación dentro de la unidad a lo largo de las diversas sesiones y clases, adaptando sus propias acciones en el futuro con el fin de mejorar como profesor.

Esta cualidad de análisis tanto propio como el del alumnado la considero vital entre las características del profesorado, esto es así ya que todos los días en nuestra labor encontraremos situaciones distintas de manera continua y que afectarán tanto al transcurso de la propia clase como a nuestras metodologías y a nuestro desarrollo como profesor. Es por esto por lo que la “flexibilidad docente” me parece de extrema importancia.

Para concluir, he de decir que como docentes tenemos que estar pendientes de una infinidad de elementos que manejar antes, durante y después de cada sesión: búsqueda de información, elección de las actividades más adecuadas, adaptaciones para futuras clases, métodos de evaluar de manera eficaz y justas, estos solo son unas pocas, entre muchas otras posibilidades.

Todas esas características van definiendo a los maestros y sus formas de preparación de las clases, sesiones y UD. Según mi criterio, he intentado realizar estas unidades de la manera más ceñida posible al alumnado de mis clases y centrándome lo más posible en el tema que me correspondía tratar.

Es cierto que aún me queda un larguísimo camino que recorrer y que aún tengo grandes cosas que aprender, pero considero que todo esto no es nada si se afronta todo con optimismos, buena actitud y pensando sobre todo en el porvenir de los alumnos y alumnas, pues son ellos los primeros que tienen que salir beneficiados en este proceso de enseñanza-aprendizaje. Es por todo esto, por lo que he intentado esforzarme el

máximo a la hora de realizar estas unidades y aunque no considero que estén del todo mal, sé que puedo mejorar mucho en su realización con todo aquello que los alumnos y yo podemos enseñarnos en esta educación bidireccional y que me hará mejorar tanto en estos aspectos como en muchos otros.

8 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias E. A. *Implicaciones Didácticas de la Teoría del Esquema en el Aprendizaje y Entrenamiento de la Técnica Deportiva*
http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar/10o-ca-y-5o-l-efyc/actas-10-y-5/Eje_2_Mesa_A_Arias.pdf (27 de noviembre de 2015).
- Batalla Flores, A. (2000), *Habilidades motrices*; Barcelona: Inde.
- Díaz, J. (1999) *La enseñanza y aprendizaje de habilidades y destrezas motrices básicas*. Barcelona: Inde.
- Gómez, R.H. (2003). *El aprendizaje de las habilidades y esquemas motrices en el niño y el joven*. Buenos Aires: Stadium.
- Moreno, F. y Ordoño, E. (2009). Aprendizaje motor y síndrome general de adaptación. *Motricidad. European Journal of Human Movement*: 22, 1-21.
- Muñoz Díaz, J. (2014). El currículo del área de educación física de primaria en la LOMCE. Análisis del real decreto 126/2014. *Revista digital de educación física*, ISSN: 1989-8304.
http://emasf.webcindario.com/El_curriculo_del_area_de_EF_en_la_LOMCE.pdf
- Perelló, I., Ruiz, F.C., Ruiz, C.A.N., Caus, N (2003) *Educación física*. (Vol. II) Sevilla: Mad. S.L.
- Rodríguez, J. *Habilidades motrices básicas*. <http://josemanuelrodriguez-sete.blogspot.com.es/> (Consulta: 8 de abril de 2015).
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero en el que se establece el currículo básico de E.P.

- Orden EDC/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las Competencias, los contenidos y los criterios de educación de la E.P.
- Orden EDU 519/2014, de 17 de junio, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.
- Orden EDU 890/2009, garantiza que la evaluación sea objetiva.