

MATERIAL DOCENTE

Materiales para clases teóricas.
CAPÍTULO 1.B

*Metodología de la Actividad Física
y del Deporte*

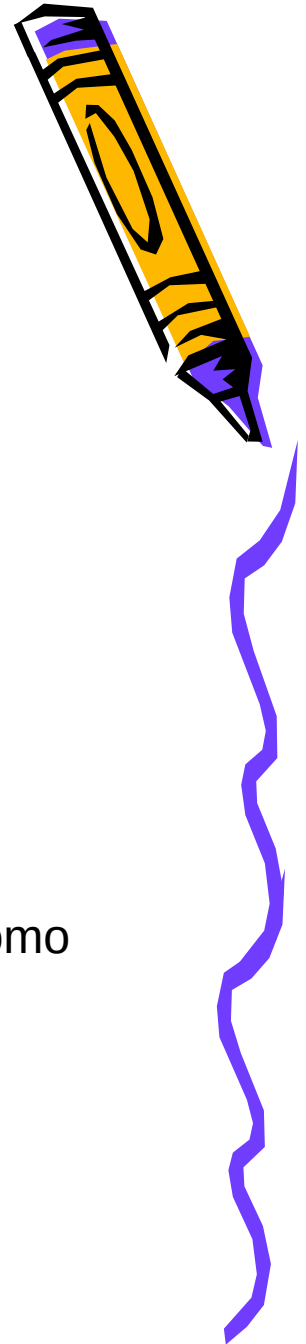
Dr. Antonio Baena Extremera

Bibliografía del capítulo: Ver guía docente.

1.2.1. OBJETIVOS (Para qué enseñar).

Bloom (1982): “Las **modificaciones producidas** en los individuos como resultado de las experiencias educativas”.

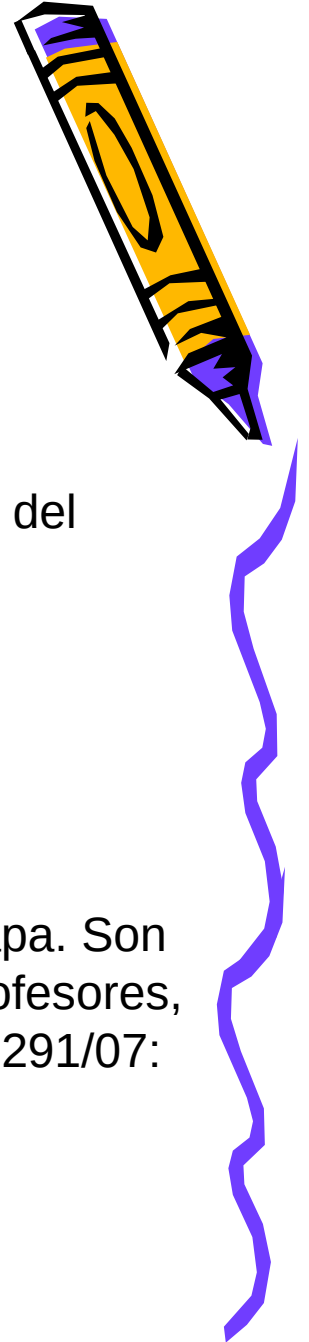
Garrido (2000): “Es el referente principal del acto de enseñanza”.



1.2.2. TIPOS DE OBJETIVOS.

Dentro de la concreción de los objetivos, y siguiendo la clasificación del actual Sistema Educativo, se diferencia:

-**Obj. De Etapa:** el alumno debe conseguirlos cuando finaliza una etapa. Son objetivos muy generales y hace falta la labor docente de todos los profesores, ya que no son específicos de las áreas. Recogidos en el art. 4 del D.291/07:

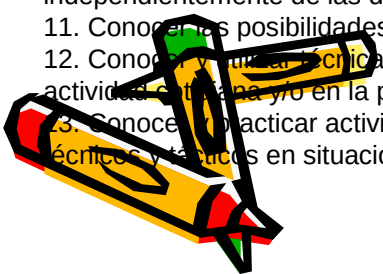
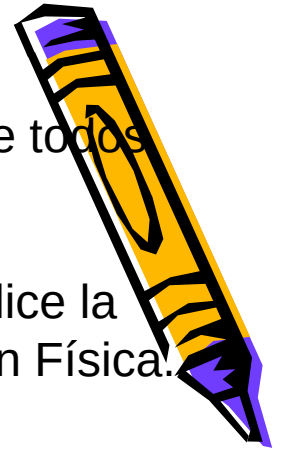


-Obj. De Área: son los objetivos que el alumno debe conseguir durante todos los ciclos y cursos a lo largo de la enseñanza de un área.

Los objetivos de área se establecen por etapa, por lo que cuando finalice la misma, el discente deberá haber alcanzado los objetivos de Educación Física.

Son responsabilidad del profesor el conseguirlos.

1. Participar y colaborar de manera activa, con regularidad y eficiencia, en las actividades programadas, **con independencia del nivel de habilidad y capacidad personal** y valorando los aspectos de relación que fomentan; mostrando una actitud de respeto y tolerancia hacia todos los miembros de la comunidad educativa.
2. Conocer y valorar los **efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones que presenta la práctica habitual** y sistemática de la actividad física a lo largo de la vida, en el desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y salud, individual y colectiva.
3. Aumentar las propias **posibilidades de rendimiento motor** mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
4. Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.
5. Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades personales en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.
6. Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud favorable y consecuente frente a las actividades dirigidas a la mejora de la condición física, la salud y la calidad de vida, haciendo un tratamiento diferenciado de cada capacidad.
7. Reconocer, valorar y utilizar el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa, diseñando y practicando actividades rítmicas con y sin una base musical adecuada.
8. Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.
9. Recuperar y comprender el valor cultural de los juegos y deportes populares y recreativos, como elementos característicos de nuestra cultura que hace falta preservar; practicarlos con independencia del nivel de habilidad personal y colaborar con la organización de campeonatos y actividades de divulgación.
10. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.
11. Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de actividad física deportiva.
12. Conocer y utilizar técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas durante la actividad física y/o en la práctica de actividades físicas deportivas.
13. Conocer y practicar actividades y modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.



1.3. CONTENIDOS.

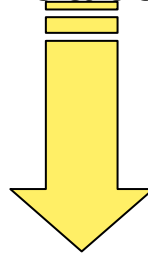
1.3.1. Tipos de Contenidos.

Contenidos referidos a conceptos: se refieren a hechos, conceptos y principios o sistemas conceptuales:



1.3.2. Organización de los contenidos. Relación de bloques de contenido para el área de E.F. en el currículo prescriptivo (D. 291/07).

En la Educación Secundaria: tratamiento o **enfoque globalizador**, parece el más idóneo para provocar el mayor número de nexos, comunicativos entre la experiencia del individuo y la realidad del área.



En interrelación, al mismo tiempo, con situaciones procedentes de otros saberes curriculares y transversales.



1.4. Criterios de Evaluación.

Los CRITERIOS DE EVALUACIÓN establecen el **tipo y grado de aprendizaje** que espera hayan alcanzado los alumnos en un momento determinado, respecto a las capacidades indicadas en los objetivos generales.

Es en la Programación de Aula, el espacio donde van a alcanzar el máximo ajuste, a través de los objetivos didácticos de cada una de las unidades diseñadas.



1.5. Evolución histórica de los modelos de clase de Educación Física.

La sesión, clase magistral, exposición y 4 nivel de concreción curricular, no ha sido de igual forma al pasar de los años, componiéndose de partes y ejercicios de diversa índole según la naturaleza del contenido y la filosofía de trabajo de la época.

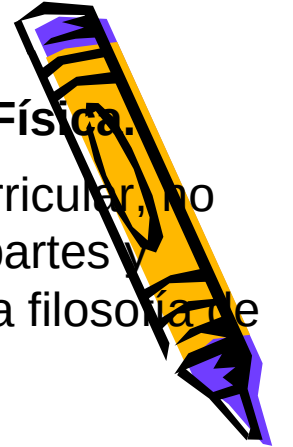
Desde el inicio del siglo XIX comienzan a aparecer en Europa una serie de corrientes a través de las cuales la Educación Física evoluciona hasta llegar a su situación actual.

Sistemas Analíticos.

Sistemas Deportivos.

Sistemas Naturales.

Sistemas Rítmicos.



PARTES DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA



Centro de Interés: Me muevo en mi entorno				Curso: 1º ESO				Nº Alumnos: 25				
Trimestre: tercer Trimestre				Sesiones: 5								
OBJETIVOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA												
- Conocer y practicar diferentes habilidades en el medio natural. - Utilizar la brújula para orientarse sobre planos. - Valorar las normas de seguridad como medio para desenvolverse en la naturaleza sin degradarla.												
Relación con O. Etapa	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
Relación con O. Área	1	2	3	4	5	6	7	8				
PRES-SECUENCIA DE CONTENIDOS												
- Bloque organizador: Conocimiento y desarrollo corporal. - Bloques asociados: Juego.												
CONCEPTOS				PROCEDIMIENTOS				ACTITUDES				
- Conceptos básicos de orientación - Nociones básicas de brújula.				- Iniciación en la orientación con planos. - Montaje de tiendas de campaña: canadiense e iglú.				- Trabajo en equipo. - Respeto a las normas y medidas de seguridad.				
METODOLOGÍA												
INSTRUCCION DIRECTA						INDAGACION O BUSQUEDA						
- EE tradicionales: Modificación del Mando Directo y Asignación de tareas.						- EE socializadores: Trabajo en equipo. - EE Cognitivos: Descubrimiento guiado y resolución de problemas.						
- Estrategia en la Práctica: Analítica y Global - Organización de los alumnos: Calentamiento (Masiva y Grupos), Parte Principal (Masiva y grupos de 5-6), Vuelta Calma (Masiva). - Ppos. Metodológicos: Tendremos en cuenta para el desarrollo de la UD, los principios psicopedagógicos y didácticos descritos desde el D.C.B. como son: 1) Partir del nivel del alumnos y sus experiencias; 2) Potenciar el aprendizaje significativo; 3) Adaptar los métodos y recursos a las peculiaridades de cada grupo y alumno/a; 4) Establecer una progresión en la enseñanza adaptada a los alumnos/as.												
EVALUACIÓN												
INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS												
- Profesor: Cuestionario de Evaluación del Profesor. - Alumno: Observación directa, ficha de evaluación, propias actividades de aprendizaje y trabajo monográfico.												
CONCEPTOS				PROCEDIMIENTOS				ACTITUDES				
- Cuaderno del alumno/ diario - Prueba teórica.				- Propias actividades de aprendizaje.				- Registro personal del alumno - Escala de valoración.				
- Criterios de Evaluación: - ¿Se Orienta en el entorno con brújula y plano? - ¿Aplica la brújula y los planos para moverse por la naturaleza? - ¿Valora la importancia de las normas de seguridad para prevenir accidentes y conservar el medio ambiente? - ¿Práctica el montaje de los diferentes tipos de tienda de campaña?												
-Calificación:												
- Conceptos (30%: prueba teórica 20% + cuaderno del alumno 10%) - Procedimientos (40%: montaje de tiendas campaña 20% + utilización de técnicas de orientación 20%) - Actitudes (30%: registro de actitudes)												
-Recuperación:												
-Conceptos (Trabajo de juegos en el medio ambiente) - Procedimientos (Práctica de orientación en gimkana) - Actitudes (Trabajo teórico-práctico sobre actitudes positivas que aprecia en clase)												

PARTE INICIAL	TAREA Y DESARROLLO	REPRESENTACIÓN GRÁFICA
	Tarea 1: Información inicial de la sesión	
PARTE PRINCIPAL	Tarea 2: Calentamiento específico aprendido la sesión 1-5. ▪ Estiramiento de cuello. ▪ Movimientos de brazos. ▪ Giro de tronco. ▪ Estiramientos de piernas. ▪ Ducha.	
	Tarea 3: Se proponen diferentes actividades para que los alumnos/as vayan probando distintos tipos de desplazamientos: ▪ "Brazos simultáneos, piernas alternas" ▪ "Brazos alternos, piernas simultáneas" ▪ "Nadar salpicando" ▪ "Nadar sin mover el agua"	
	Tarea 4: Se enseñan los diferentes estilos de natación haciendo mayor hincapié en los de crol y braza (puesto que estos son mas sencillos de aprender, requieren menos esfuerzo y son movimientos más naturales).	
	Tarea 5: Juego: "Toca el color...". Organizados de manera individual el profesor dice, "toca el color rojo de la corchera nadando a braza" y los alumnos/as deberán de nadar hasta la corchera al estilo que diga el profesor.	
PARTE FINAL	Tarea 6: Se comenta brevemente en que va a consistir la próxima sesión y se proporcionan fotocopias sobre los estilos de natación y las diferentes disciplinas (Waterpolo, saltos y natación sincronizada).	