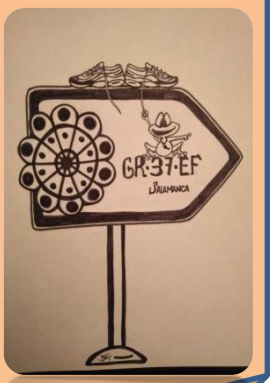
UNIDAD DIDÁCTICA

"ISLA AVITARECOOP"

DIANA, RAFA,
CHUS, JAVI,
ALBERTO,ZAIDA

GR-37-EF



1-INTRODUCCIÓN 2

2- OBJETIVOS 4

3- COMPETENCIAS CLAVE 5

4- CONTENIDOS 7

5- CRITERIOS DE EVALULACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE 8

6- METODOLOGÍA 29

7- EVALUACIÓN 32

8- BIBLIOGRAFÍA 33

UNIDAD DIDÁCTICA AVITAREPOOC ISLAND

1-INTRODUCCIÓN

Actualmente vivimos inmersos en una época en la que la sociedad avanza a gran velocidad, provocando cambios casi de manera continua. En el ámbito educativo estos cambios están configurando contextos educativos diferentes a los que acostumbrábamos, y a los que la escuela debe adaptarse de manera rápida para hacer frente a ellos. La diversidad cultural en el aula, el cambio en el rol del profesor, la forma de acceder a la información, el frenético desarrollo de la tecnología, o la preocupación en los centros por la violencia o el acoso entre iguales, son algunas de las novedades de esta "nueva escuela". En este sentido, la innovación educativa se presenta como la herramienta para adaptarnos a estos nuevos contextos, encontrar soluciones a los nuevos problemas y situaciones, y crear procesos de enseñanza-aprendizaje eficaces. Dentro de estas medidas innovadoras, el Aprendizaje Cooperativo (AC) es una de ellas (Velázquez, 2010).

En lo que a nuestra área se refiere, la Educación Física (EF), podemos afirmar que ésta cada vez está adquiriendo un carácter más inclusivo, humanista, democrático y crítico, por lo que el AC es una metodología que encaja perfectamente en esta visión. Entendemos por ello la gran cantidad de investigaciones realizadas sobre el AC en EF en las últimas décadas.

Como modelo pedagógico el AC se define como "*el empleo didáctico de grupos reducidos en los que los alumnos trabajan juntos para mejorar su propio aprendizaje y el de los demás*" (Johnson, Johnson y Holubec, 1999:14). Siguiendo esta definición Velázquez señala que el aprendizaje cooperativo "*es una metodología educativa basada en el trabajo en pequeños grupos, generalmente heterogéneos, en los que los estudiantes*

trabajan juntos para mejorar su propio aprendizaje y el de los demás miembros de su grupo" (2004:61). Ambas definiciones ponen de manifiesto la necesidad de que cada alumno además de ser responsable de su propio aprendizaje, lo sea también del aprendizaje del resto de sus compañeros de grupo, siendo esta condición imprescindible, aunque no única, para considerar un trabajo en grupo cooperativo.

Aunque el AC es un modelo pedagógico en auge en los últimos 20 años es un término que en ocasiones es confundido por el profesorado. Considerar cooperativa cualquier actividad o trabajo en grupo, no distinguir los juegos cooperativos como actividad, con la metodología cooperativa, son errores habituales. (Velázquez, 2013). En este sentido, los desafíos cooperativos se encuentran a camino entre los juegos y la metodología cooperativa. Por un lado se trata de una actividad lúdica, en la que el grupo debe encontrar la solución al reto planteado, y en el que la intervención de todos los integrantes del grupo para su resolución resulta imprescindible. Por otro lado, se trata de una actividad compleja, a la par que educativa. Compleja respecto a la toma de decisiones, pues el grupo debe ponerse de acuerdo a la hora de proponer diferentes respuestas al reto, elegir la que consideran más adecuada, ponerla en práctica y modificarla en función del resultado obtenido. Esta complejidad es la que convierte a los desafíos cooperativos en una excelente oportunidad de aprendizaje, y en una interesante actividad para trabajar y desarrollar en el alumnado valores y habilidades necesarias en las metodologías cooperativas: respeto y valoración de las opiniones de los demás, ayudas entre compañeros, respeto a la diversidad de capacidades y habilidades…

PROPUESTA DIDÁCTICA Y DESARROLLO DE LA UNIDAD

Esta Unidad Didáctica está enmarcada dentro del trabajo cooperativo y concretamente dentro del primer trimestre. Debido a las características particulares de cada curso es una Unidad Didáctica pensada para varios cursos, aunque luego cada centro la podrá adaptar según sus necesidades y particularidades de los alumnos. En nuestro caso los contenidos, criterios y estándares están adaptados a sexto de Primaria.

En el desarrollo de esta Unidad Didáctica nuestro objetivo es contribuir de igual manera a lograr algunos objetivos, tanto generales de la etapa de Primaria, como propios del área de Educación Física y algunos otros más didácticos y específicos. Todos estos objetivos quedan presentados a continuación divididos desde los más generales hasta los más específicos.

2- OBJETIVOS

Objetivo general de Primaria

k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la Educación Física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

Objetivos de la Unidad Didáctica

- Potenciar la interacción grupal mediante lanzamientos y recepciones
- Coordinar brazos y piernas para desplazarse eficazmente
- Combinar diferentes HMB y trabajar en equipo
- Mejorar la motricidad fina y gruesa de forma cooperativa
- Tomar decisiones tanto individual como colectivamente de forma adecuada y consensuada

- Trabajar las equilibraciones y el equilibrio de forma colaborativa
- Trabajar de forma cooperativa para lograr los objetivos propuestos

3- COMPETENCIAS CLAVE

Tal y como se han definido en **la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero,** por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato, las competencias clave que debemos de trabajar son las siguientes:

Dentro de esta Unidad Didáctica vamos a trabajar algunas de estas competencias clave de la siguiente manera:

Competencia Matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: Durante esta Unidad Didáctica habrá numerosos contenidos en

los que se utilizarán las numeraciones, los agrupamientos y las formas geométricas como triángulo, pentágono, círculo..etc.

Tratamiento de la información y competencia digital: Esta competencia la vamos a llevar a cabo primeramente con un video donde se explique qué es el aprendizaje cooperativo. Además en la última sesión trabajaremos con otro video sobre un accidente aéreo, con Skype y varios medios audiovisuales para realizar una llamada y por último usaremos un dron para grabar la parte final de la sesión, además de usar nuestros móviles para hacer fotografías. Con todo esto realizaremos un montaje de video con los alumnos que posteriormente subiremos al blog del área de Educación Física.

Competencia para aprender a aprender: Uno de los principales objetivos de nuestro trabajo es que esta Unidad Didáctica y la realización de diferentes actividades sobre el aprendizaje cooperativo, sirvan a nuestros alumnos para coger cierta autonomía y comenzar a aprender cosas mediante la experiencia por sí mismos. Es decir, que debe de servir como base para el futuro aprendizaje de esta forma de trabajo, tanto en nuestro área como en el resto de asignaturas.

Autonomía e iniciativa personal: Dentro de nuestro ámbito una de las cualidades que más marca al futuro deportista y su mejora progresiva por encima de los demás es la capacidad de decisión. Uno de los objetivos por los cuales nos planteamos este trabajo era precisamente para mejorar esta capacidad en nuestros alumnos y saber si a través de ella también mejoraban las cualidades motrices básicas. Por lo tanto posiblemente sea la competencia que más se trabaje dentro de esta Unidad Didáctica ya que para poder decidir hay que tener autonomía e iniciativa personal, junto con

otros caracteres como personalidad o capacidad de mejorar a pesar de las críticas.

Es cierto que si nos ponemos estrictos el resto de Competencias también cumplimos con las demás en uno u otro momento, pero simplemente hemos intentado resaltar las que más trabajamos dentro de la Unidad Didáctica de Avitarepooc Island.

4- CONTENIDOS

Contenidos generales de Educación Física

El área de Educación Física está dividida en seis bloques de contenidos:

1. CONTENIDOS COMUNES
2. CONOCIMIENTO CORPORAL
3. HABILIDADES MOTRICES
4. JUEGOS Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS
5. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS
6. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

Esta Unidad Didáctica la podemos encuadrar dentro de dos de estos bloques de contenidos ya que en un primer lugar es una metodología que se encuadra dentro de los objetivos del Bloque IV (juegos y actividades deportivas) pero al mismo tiempo con ella intentamos mejorar las Habilidades Motrices de nuestros alumnos y las Capacidades perceptivo-motrices de los mismos, por lo tanto también englobaría parte del Bloque III (Habilidades Motrices).

Concretando más y dentro de nuestra Unidad los contenidos a tratar dentro de la misma serán los siguientes:

- Interacción grupal mediante lanzamientos y recepciones
- Coordinación de brazos y piernas para un desplazamiento eficaz
- Combinación de diferentes HMB y trabajo en equipo
- Mejora de la motricidad fina y gruesa de forma cooperativa
- Toma de decisiones tanto individual como colectivamente de forma adecuada y consensuada
- Trabajo de equilibraciones y equilibrio de forma colaborativa
- Trabajo de forma cooperativa para conseguir los objetivos propuestos.

5- CRITERIOS DE EVALULACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

BLOQUE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDAR	*Descripción del estándar*
CONTENIDOS COMUNES	1. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.	1.1.	Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios.
		1.2.	Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.
		1.3.	Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.
		1.4.	Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
	En todas las sesiones los alumnos pueden opinar sobre las actividades que hacemos, sobre todo en la parte final de la sesión que además sirve de evaluación, tanto del proceso de E-A como de reflexión de los alumnos para posibles mejoras en el futuro.		

	2. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.	**2.1.**	Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para localizar y extraer la información que se le solicita.
		2.3.	Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, y respeta las opiniones de los demás.
	En todas las sesiones se utilizan recursos tecnológicos para mejorar o apoyar los conocimientos y participar de esta manera en actividades lúdicas que les ayuden además a mejorar su actividad física diaria.		
	3. 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.	**3.1.**	Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.
		3.2.	Adapta las habilidades motrices básicas de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artísticas expresivas, ajustando su realización a los parámetros espaciotemporales y manteniendo el equilibrio postural.

CONOCIMIENTO CORPORAL		3.3.	Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.
		3.4.	Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos, y ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.
	Durante toda la Unidad Didáctica los alumnos tendrán que resolver diferentes problemas motrices, mediante la utilización de distintos recursos de su cuerpo. Por ejemplo, realizar un circuito lo más rápido posible.		
	4. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones	4.1.	Adapta las habilidades motrices básicas a los distintos espacios en función de las actividades y los objetivos a conseguir.
		4.2.	Realiza movimientos de cierta dificultad con los segmentos corporales dominantes y no dominantes.
		4.3.	Aplica correctamente los gestos técnicos en los lanzamientos, recepciones, golpeos, conducciones, etc

HABILIDADES MOTRICES	establecidas de forma eficaz.	**4.4.**	Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.
	En todas las sesiones los alumnos tendrán que resolver diferentes problemas motrices, mediante la utilización de distintos recursos del cuerpo. Por ejemplo, a la hora de realizar un circuito de la forma más rápida posible.		
	5. 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..	**5.1.**	Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices
		5.2.	Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espaciotemporales.
	Lo veremos mediante los juegos y actividades. ¿Se cansa al jugar antes que el resto o sucede al contrario? Trabajo de investigación sobre la resistencia de los alumnos.		

	6. 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.	**6.1.**	Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.
	Lo trabajaremos mediante circuitos donde cada alumno deba adaptar su condición física a las características del mismo		
JUEGOS Y ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSITCO-EXPRESIVAS	7- 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.	**7.1.**	Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.
		7.2.	Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.

	En toda la UD los alumnos deberán decidir diferentes formas de resolver problemas que le plantean los rivales y con la ayuda de sus compañeros. Por ejemplo, en el juego de balón torre, deberán de cooperar y coordinarse con los compañeros para hacer llegar el balón a su torre. Mientras tanto el equipo contrario intentará evitarlo interceptando los pases.		
ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD	8. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	**8.1**	Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.
	¿Trae ropa para asearse? ¿Utiliza el material correctamente y no lo estropea ni lo daña o al contrario? ¿Es consciente de la mejora y bienestar de su cuerpo después de la práctica deportiva?		

TEMPORALIZACIÓN	SESIÓN Nº 1
OCTUBRE- NOVIEMBRE	CON LIANAS Y A LO LOCO

OBJETIVO GENERAL

Trabajar las equilibraciones y el equilibrio de forma colaborativa

OBJETIVOS

Conocer diferentes formas de equilibrarse
Realizar lanzamientos y recepciones en distintas situaciones de equilibrio
Ejecutar acciones motrices de forma cooperativa

COMPETENCIAS

En esta sesión vamos a trabajar las siguientes competencias:

1- **Competencia social y ciudadana:** La trabajamos mediante las tareas que fomentan las cooperación en el aula y algunas actividades cooperativas que ayudan a resolver y mejorar conflictos.
2- **Aprender a aprender:** Continuamente los alumnos dentro de esta UD están aprendiendo cosas nuevas que mejoran su concentración, que permiten transformar lo que aprenden en conocimiento propio que luego aplicarán a otras actividades de su vida diaria.
3- **Comunicación Lingüística:** Cuando preguntamos a los alumnos cuál es la mejor forma de equilibrarse, de equilibrar un objeto…etc.

CONTENIDOS

- Trabajo de equilibrio estático y dinámico
- Diferentes situaciones de cooperación
- Respeto por los compañeros y el material
- Lanzamientos y recepciones de forma coordinada

MATERIAL	LUGAR
Chinos, ladrillos, pelotas de foam, bancos suecos y bolsas grandes	Pabellón del centro educativo

DESARROLLO		REPRESENTACIÓN
Calentamiento **"Pillar con chinos en la cabeza":** Dos alumnos, con un chino en la cabeza, deberán perseguir a los demás y tocarles para librarse. No pueden tocar el chino con la mano, si se cae, se lo colocan en la cabeza. Cuando tocan a alguien, se produce un cambio de rol. **V1:** Si te pillan, la ligas con ellos	7'	

hasta pillar a todos. **V2:** Reducir el terreno de juego a la mitad.		
Parte principal **"Cruzar el rio":** Se divide la clase en dos grupos con igual número de alumnos. A cada grupo se le da un número de ladrillos que siempre será inferior al número total de alumnos del grupo. Su objetivo, será cruzar el gimnasio de un lado a otro, utilizando los ladrillos y evitando tocar el suelo. **V1:** Poner más ladrillos. **V2:** Quitar ladrillos o cruzar todos juntos.	9'	
"Tiro al pichón": Se divide la clase en dos grupos con igual número de alumnos. Unos serán los lanzadores y los otros los pichones. Durante dos minutos, los pichones tendrán que pasar por una fila de bancos suecos evitando ser golpeados por los lanzadores. Pasados esos dos minutos, se contabiliza el número de aciertos de los lanzadores y se produce un cambio de rol. Deberán sumar el mayor número de aciertos entre los dos grupos. **V1:** Aumentar el tiempo. **V2:** Lanzar con la mano no dominante.	9'	
"Cazamariposas": Se divide la clase en dos grupos con igual número de alumnos. La mitad de la clase encima de bancos suecos invertidos y cada alumno con una bolsa de plástico grande; la otra mitad frente a ellos, subidos encima de dos ladrillos y con pelotas, tendrán que intentar meter el mayor número de pelotas (mariposas) dentro de las bolsas de sus compañeros. **V1:** Bancos suecos en posición normal, no invertidos. **V2:** Lanzar de espaldas o con la mano	9'	

no dominante. **"Cigüeña a la torre":** Todos los alumnos encima de un ladrillo y dispuestos en círculo, deberán pasarse una pelota hasta conseguir dar una vuelta hacia la derecha e izquierda, estando a la pata coja. **V1:** No estar a la pata coja. **V2:** Colocar el ladrillo de forma vertical o de lado.	9'	
Vuelta a la calma **"Torre cooperativa":** Se divide la clase en dos grupos con igual número de alumnos y se le da a cada grupo 10 ladrillos y 6 conos. Con ese material cada grupo deberá hacer la torre más alta posible.	7'	

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	**GENERALES**
Equilibraciones y equilibrio	BLOQUE 2 (criterio 1) BLOQUE 3 (criterios 1 y 2) BLOQUE 6 (criterio 1)
Potenciar la interacción grupal	BLOQUE 1 (criterio 1) BLOQUE 3 (criterios 1, 2 y 4)

ESTÁNDARES EVALUABLES	
DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	**GENERALES**
Equilibraciones y equilibrio	BLOQUE 2 (1,1; 1,2;1,4) BLOQUE 3 (1,5; 2,1; 2,2) BLOQUE 6 (1,4)
Potenciar la interacción grupal	BLOQUE 1 (1,3) BLOQUE 3 (1,1; 1,3; 2,1; 2,2; 4,1)

TEMPORALIZACIÓN	SESIÓN Nº 2
OCTUBRE- NOVIEMBRE	DESPLACENSEF

OBJETIVO GENERAL

Coordinar brazos y piernas para desplazarse eficazmente

OBJETIVOS

- Conocer y utilizar distintas formas de desplazarse
- Ejecutar desplazamientos con segmentos dominantes y no dominantes
- Cooperar para conseguir los objetivos propuestos

COMPETENCIAS

En esta sesión vamos a trabajar las siguientes competencias:

1- **Competencia social y ciudadana:** La trabajamos mediante las tareas que fomentan las cooperación en el aula y algunas actividades cooperativas que ayudan a resolver y mejorar conflictos.
2- **Aprender a aprender:** Continuamente los alumnos dentro de esta UD están aprendiendo cosas nuevas que mejoran su concentración, que permiten transformar lo que aprenden en conocimiento que luego aplicarán en su vida diaria.
3- **Comunicación Lingüística:** Cuando preguntamos a los alumnos cuál es la mejor forma de desplazarse, moverse…etc.
4- **Competencia matemática:** Cuando estamos trabajando en el circuito con el tiempo, el descanso…etc.
5- **Competencia social y ciudadana:** Cuando los alumnos respetan a los compañeros, al maestro y hacen un uso responsable de los materiales y de las normas del juego.

CONTENIDOS

- Trabajo de diferentes formas de desplazamientos
- Hacer uso de la cooperación para lograr los fines propuestos

MATERIAL	LUGAR
Globos, cuerdas, plataformas, petos, colchonetas, ladrillos, chinos, picas y cuerdas	Pabellón del centro educativo

DESARROLLO		REPRESENTACIÓN
Calentamiento **"Virus":** Un alumno la liga y es el virus. Éste deberá pillar a los demás llevando la mano en la cabeza e intentando contagiar al resto; al resto que tendrán que llevar la mano puesta en el lugar en el que han sido tocados. **V1:** Cuando te pilla ayudas a pillar al resto.	7'	

V2: Cuando te pilla cambio de rol.		
Parte principal **CIRCUITO DE 5 ESTACIONES** **"Escalador":** Los alumnos deberán desplazarse haciendo uso de su tren superior (brazos) sobre unas plataformas atadas con cuerdas a unas espalderas. Cuando lleguen, tendrán que subir hasta el último barrote de la espaldera y desatar los globos (uno cada vez que suban) y volver sobre la plataforma y llevar el globo hasta una caja. Deberán conseguir el mayor número de globos durante 5 minutos. **V1:** Pueden usar brazos y piernas para desplazarse. **V2:** Un compañero (mono) puede molestarles al subir las espalderas.	7'	
"Cangrejo": Conseguir que todo el grupo se desplace como un cangrejo, una distancia de 20 metros, de cúbito supino, utilizando únicamente los brazos y ayudados por dos petos colocados en la espalda que facilitará su desplazamiento. Para desplazarse, un alumno tensará una cuerda atada a la espaldera. **V1:** Disminuir la distancia. **V2:** Sin tensar la cuerda.	7'	
"El herido": En grupos de 5 alumnos, cuatro son los enfermeros y uno es el herido. Todo el grupo deberá pasar por el rol de herido y tendrán que llegar al hospital, situado a 20 metros del lugar del siniestro. El herido no puede tocar el suelo. Cada grupo decidirá cómo desplazar a su compañero. **V1:** Desplazar un cono en vez de un compañero. **V2:** Aumentar la distancia.	7'	

"Cinturitas": En parejas, cada uno deberá llevar un número determinado de aros hasta un cono e introducirlo en él, utilizando exclusivamente la cintura. Sólo podrán usar las manos para colocar el aro antes de salir. **V1:** Usar otras partes del cuerpo en lugar de la cintura. **V2:** Hacerlo de espaldas.	7'	
"La torre": Individualmente, los alumnos deberán hacer un recorrido en zig-zag y saltar unos aros a la pata coja y a pies juntos hasta llegar al otro extremo donde se encuentra el material. Deberá coger el mayor número de materiales posibles durante 4 minutos y volver. Sólo un material por viaje. Pasados los 4 minutos el grupo deberá hacer una torre lo más alta posible con el material conseguido. **V1:** Darle más tiempo para construir la torre. **V2:** Restarle tiempo si hacen mal el zig-zag.	7'	
Vuelta a la calma **"El minuto":** Todos los alumnos tumbados en círculo y con los ojos cerrados, deberán contar hasta 60 segundos sin pasarse. Ganando aquel alumno que más se aproxime al minuto, sin pasarse.	8'	

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	**GENERALES**
Coordinar brazos para desplazarse eficazmente	BLOQUE 2 (criterio 1) BLOQUE 3 (criterios 1 y 2)
Combinar distintas HMB y trabajar en equipo	BLOQUE 1 (criterio 1) BLOQUE 3 (criterios 1 y 2)

ESTÁNDARES EVALUABLES	
DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	GENERALES
Coordinar brazos para desplazarse eficazmente	BLOQUE 2 (1,1) BLOQUE 3 (1,1; 1,2; 2,1)
Combinar distintas HMB y trabajar en equipo	BLOQUE 1 (1,3) BLOQUE 3 (1,1;1,2;1,3; 2,1; 2,2)

TEMPORALIZACIÓN	SESIÓN Nº 3
OCTUBRE- NOVIEMBRE	PARA AVANZAR HAY QUE ATRAPAR

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la motricidad fina y gruesa de forma cooperativa

OBJETIVOS

- Conocer los distintos tipos de lanzamientos y recepciones
- Ejecutar lanzamientos de forma precisa en situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición
- Respetar las normas de los juegos

COMPETENCIAS

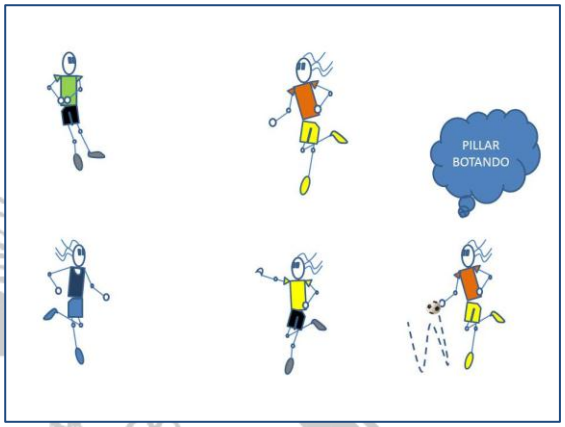
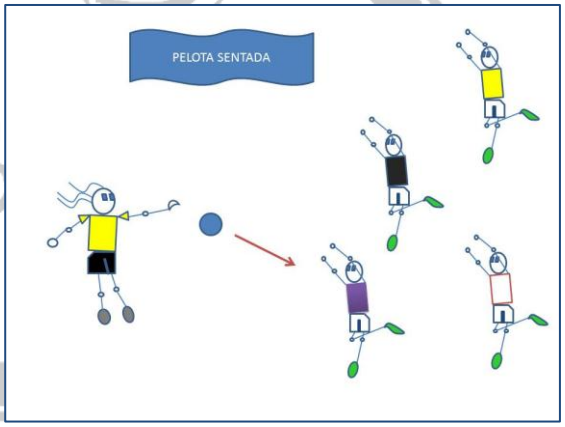
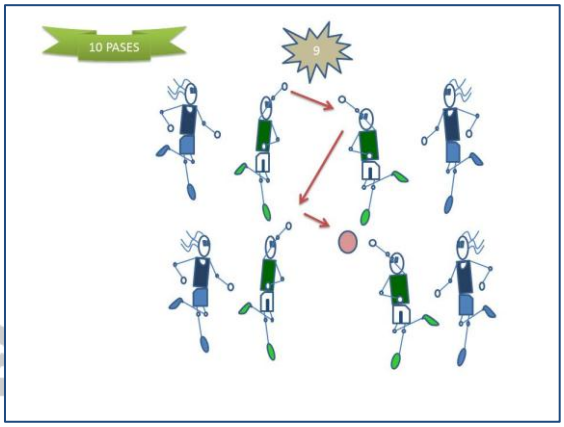
En esta sesión vamos a trabajar las siguientes competencias:

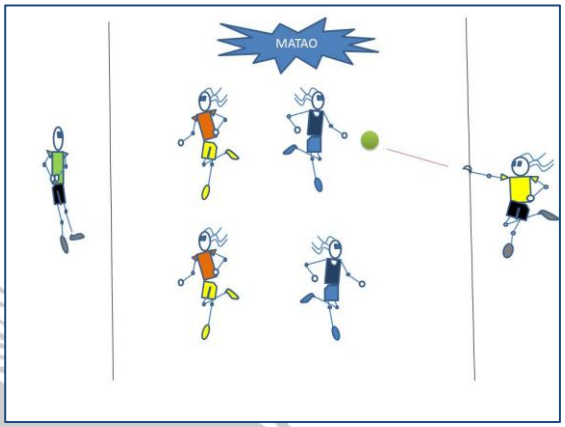
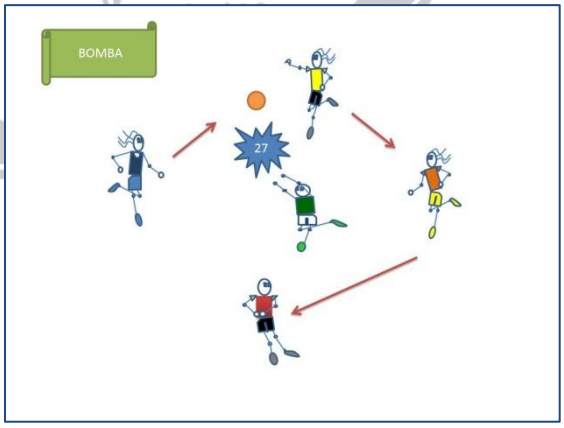
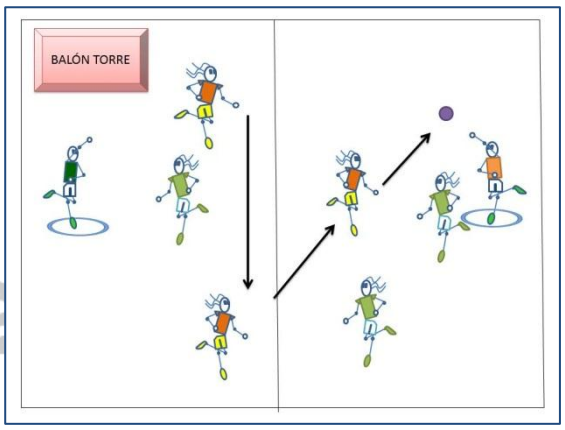
1- **Competencia social y ciudadana:** La trabajamos mediante las tareas que fomentan las cooperación en el aula y algunas actividades cooperativas que ayudan a resolver y mejorar conflictos.
2- **Aprender a aprender:** Continuamente los alumnos dentro de esta UD están aprendiendo cosas nuevas que mejoran su concentración, que permiten transformar lo que aprenden en conocimiento propio que luego aplicarán en su vida diaria.
3- **Comunicación Lingüística:** Cuando le pedimos que explique las normas de un juego a sus compañeros.
4- **Competencia social y ciudadana:** Cuando los alumnos respetan a los compañeros, al maestro y hacen un uso responsable de los materiales y de las normas del juego.

CONTENIDOS

- Toma de decisiones individual y colectiva
- Cooperación y respeto de las normas para lograr el objetivo propuesto

MATERIAL	LUGAR
Pelotas, aros y chinos.	Pabellón del centro educativo

DESARROLLO		REPRESENTACIÓN
Calentamiento **"Pillar botando":** Un alumno la liga y tiene que pillar a los demás lanzándoles la pelota y dándoles sin que ésta toque el suelo. Para poder desplazarse, tendrá que ir botando. No vale desplazarse de ninguna otra manera. **V1:** Introducir dos alumnos que la liguen y cuando den a alguien pillarán con ellos. **V2:** Cuando te pilla cambio de rol.	7'	
Parte principal **"Pelota sentada":** En un espacio cerrado hay una pelota. El objetivo de los alumnos es eliminar con dicha pelota a los demás. El que está en posesión del balón no puede moverse ni dar pasos con la pelota, deberá lanzarla para dar a los demás sin que ésta toque el suelo. El alumno tocado se sentará y podrá volver al juego si coge la pelota y da a uno que esté de pie. **V1:** Disminuir el espacio de juego. **V2:** Meter dos balones.	9'	
"Los diez pases": Dos equipos con igual número de alumnos. El objetivo es pasarse la pelota sin que el rival la robe hasta llegar a diez pases obteniendo de esta forma un punto. El alumno que tiene el balón no puede moverse. Los que defienden sólo pueden interceptar el pase. **V1:** Dejar 2-3 metros de distancia al interceptar la pelota. **V2:** Aumentar el número de pases.	9'	

"Balón torre": Dos equipos con igual número de alumnos. Situados en el campo de fútbol sala. Un alumno de cada equipo hará de torre y se colocará dentro de un aro del que no podrá salir, dentro del área de fútbol sala en el campo contrario. El objetivo del juego consiste en hacer llegar la pelota a la torre de tu equipo mediante pases. La posesión será para el otro equipo cuando la pelota cae al suelo, cuando se intercepta al vuelo o cuando se consigue un punto haciendo llegar tu balón hasta tu torre. **V1:** Hacer el espacio más pequeño. **V2:** Dar un número de pases obligatorios antes de hacer llegar el balón a la torre.	9'	
"El matao": Dos alumnos en los extremos con una pelota y los demás en el medio. Los de los extremos tratarán de dar a los del centro pasando así a ser lanzadores. Gana la pareja de lanzadores que logra eliminar a los demás en el menor tiempo posible. Todos los alumnos pasarán por el rol de lanzadores. **V1:** Acortar el terreno de juego. **V2:** Introducir dos balones o dos lanzadores en cada lado.	9'	
Vuelta a la calma **"Bomba":** Todos los alumnos formando un círculo menos un alumno que está en el centro con los ojos tapados. El alumno del centro empezará a contar hasta 10 (levanta una mano de aviso), después hasta 20 (levanta la otra mano de aviso) y finalmente hasta 30 momento en el que la bomba explotará dejando sentado al alumno que tenga en posesión el balón (bomba). Mientras el del centro cuenta, los demás deberán pasarse la pelota sin caerla.	7'	

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	GENERALES
Tomar decisiones de forma individual y colectiva	BLOQUE 3 (criterio 2)
Trabajar de forma cooperativa para lograr los objetivos propuestos	BLOQUE 1 (criterio 1) BLOQUE 3 (criterio 2) BLOQUE 4 (criterio 2) BLOQUE 6 (criterio 1)
ESTÁNDARES EVALUABLES	
DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	GENERALES
Tomar decisiones de forma individual y colectiva	BLOQUE 3 (2,1; 2,2)
Trabajar de forma cooperativa para lograr los objetivos propuestos	BLOQUE 1 (1,3; 2,3) BLOQUE 3 (2,1; 2,2) BLOQUE 4 (2,1; 2,2) BLOQUE 6 (1,4)

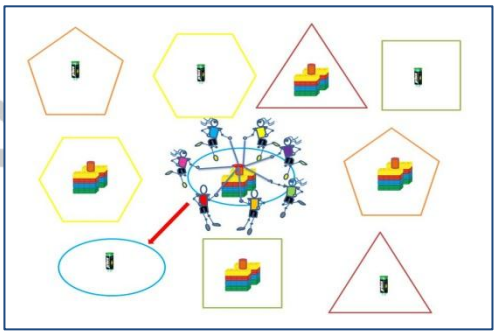
TEMPORALIZACIÓN	SESIÓN Nº 4
OCTUBRE- NOVIEMBRE	AVITAREPOOC ISLAND
OBJETIVO GENERAL	
Utilizar las HMB y las CFB para conseguir salir de la isla de forma cooperativa.	
OBJETIVOS	
- Mejorar la cooperación de los alumnos mediante actividades lúdicas - Realizar diferentes pruebas cooperativas de forma satisfactoria - Respetar las normas de las actividades	
COMPETENCIAS	
En esta sesión vamos a trabajar las siguientes competencias: **1- Competencia social y ciudadana:** La trabajamos mediante las tareas que fomentan las cooperación en el aula y algunas actividades cooperativas que ayudan a resolver y mejorar conflictos. **2- Aprender a aprender:** Continuamente los alumnos dentro de esta UD están aprendiendo cosas nuevas que mejoran su concentración, que permiten transformar lo que aprenden en conocimiento propio que luego aplicarán a otras actividades de su vida diaria. **3- Comunicación Lingüística:** Cuando le pedimos que explique las normas de un juego a sus compañeros.	

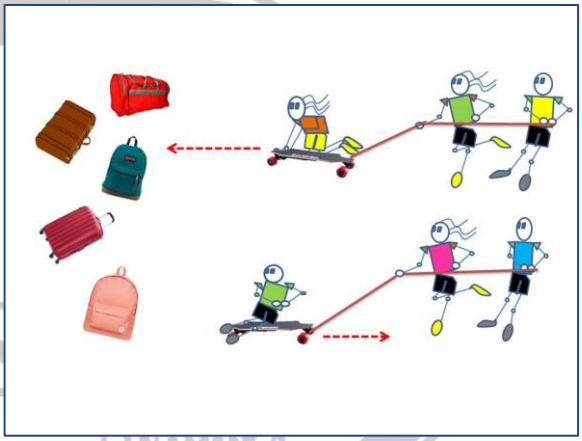
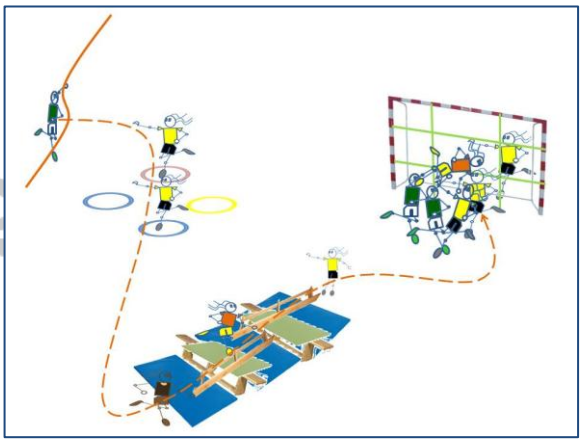
4- **Competencia social y ciudadana:** Cuando los alumnos respetan a los compañeros, al maestro y hacen un uso responsable de los materiales y de las normas del juego.

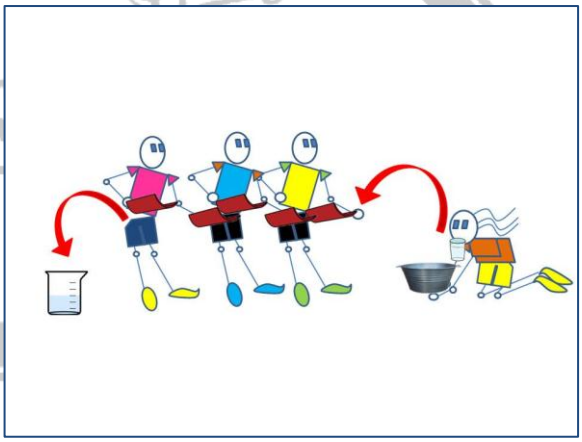
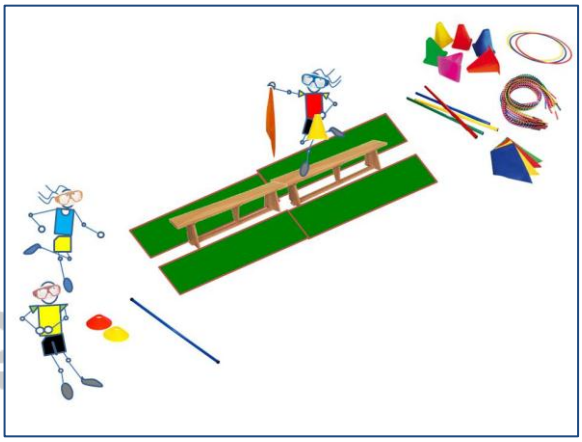
CONTENIDOS

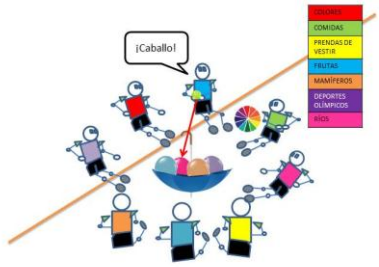
- Toma de decisiones individual y colectiva
- Cooperación y respeto de las normas para lograr el objetivo propuesto
- Equilibrios y equilibraciones, lanzamientos y recepciones

MATERIAL	LUGAR
10 ladrillos, 5 bote-imán, 2 gomas con hilos, tizas, 5 botes de pelotas de tenis, mecheros, cajas para meter mecheros. Combas y bolsos de ropa, dos plataformas, equipaciones de cinco deportes, cuerdas largas para atar las plataformas, chinos, fotografías de las equipaciones, fotografía de la posición de seguridad de la vuelta en la plataforma. 6 bancos, 7 colchonetas, una soga, gomas/cuerdas, 4 piezas de puzzle/4 aros, plantilla para ir tachando los huecos. 2 tejas de botella por persona, cubo/barreño, bote de tenis/botella cortada, aro, vasos de plástico. 2 bancos, picas largas, ladrillos, sábana/tela, cuerdas, balones, pelotas tenis, aros, 20 tarjetas con hándicaps, 10 gafas de bucear con tiras que dificulten la visibilidad, tarjetas con un número.	Pabellón del centro educativo

DESARROLLO		REPRESENTACIÓN
Calentamiento **"Coger el pasaporte":** Pasar por debajo de tres combas que nunca paran para coger el pasaporte. Una vez que coges el pasaporte verán un vídeo sobre la actividad.	4'	
Parte principal **CIRCUITO DE 6 POSTAS** **"Fuego":** El objetivo es trasladar el máximo de mecheros posibles a una cesta/caja. Para ello, cogerán una goma con hilos y consiguiendo la abertura adecuada, trasladarán el bote-imán hasta el bote que esté circundado por la misma figura geométrica que esté el bote-imán.	6'	

Ahí deberán conseguir sacar un mechero que deberá adherirse al imán. *Cada vez que se coja un mechero, devolver el bote-imán a su lugar. *Meter peso en los botes y colocar los mecheros en posición vertical.	6'	
"Vestido": El objetivo es recuperar las dos equipaciones del deporte correspondiente. Para ello, un miembro del equipo usará la plataforma para llegar hasta los bolsos que contienen las equipaciones y coger una prenda de la equipación de su equipo y volver a la situación inicial con ella en la posición de seguridad encima de la plataforma y ayudado por los compañeros que tiraran de la cuerda. Cuando llegue, dejar colocada la prenda en el suelo como indica la imagen. *Proporcionar las imágenes de las equipaciones que tienen que conseguir. *Mostrar la fotografía de la posición de seguridad para la vuelta en las plataformas. *Sólo se puede coger una prenda y deberán dejar los bolsos cerrados. *Cada equipo podrá coger de manera indistinta cualquier prenda de cualquiera de las dos equipaciones del deporte correspondiente.	6'	
"Supervivencia": El objetivo es llegar al final del recorrido todos juntos ayudándose los unos a los otros y sin tocar el suelo. El orden del recorrido es el siguiente: 1. **Lianas.** Deberán columpiarse en la soga y saltar hasta la primera pieza del puzzle/aro. Utilizarán éstos para llegar	6'	

al siguiente obstáculo. 2. **Puente.** Deberán atravesar el puente sin olvidar las piezas del puzzle/aros, que podrán utilizar para ayudar al resto de compañeros. 3. **Tela de araña.** Deberán pasar todos por los huecos de la tela de araña sin tocar y con ayuda de los compañeros. Una vez cruzada la tela no podrán volver al otro lado. *Recordad en la prueba de "tela de araña" que piensen una estrategia.		
"Agua": El objetivo de la prueba es trasportar/canalizar agua utilizando las tejas que se les proporciona a un recipiente. El agua se coge con un vaso de plástico y utilizando tan sólo la boca. *Tiene que transportarse el agua de manera cooperativa. Poner un número mínimo de personas, entre todos… *La persona que echa el agua no puede salirse del aro.	6'	
"Refugio": El objetivo de la prueba es conseguir materiales para construir un refugio en el que entren todos. En primer lugar, elegirán una carta en la que aparece un número que corresponderá con el número de participantes que deberán llevar las gafas de bucear. Después y de uno en uno, tendrán que cruzar los bancos y recoger dos materiales del otro lado y traerlos al punto inicial. Ahí elegirán un material y el siguiente compañero cruzará los bancos devolviendo el material no deseado y recogiendo otros dos para cruzar de nuevo los bancos y volver al punto de partida y así	6'	

sucesivamente. Al mismo tiempo, el resto de compañeros deberán construir el refugio para todos. *Como a la mitad de la prueba, elegir al azar una tarjeta de los hándicaps (agua-pulverizador, granizo-pelotas de tenis, viento-cartón, nada) y utilizarla para dificultar la construcción del refugio. *Todos los compañeros deberán cruzar los bancos. *No se puede elegir un único material para descartarlo y utilizarlo por comodidad, deberán variar la selección de los materiales.		
"Alimentos": El objetivo es trasladar el máximo posible de globos y meterlos en una caja. En primer lugar deberán girar la ruleta y saber la categoría que ha tocado. La persona que tenga la pelota la pasará a otro diciendo un elemento de esa categoría y así sucesivamente hasta que todos hayan dicho una palabra. El último será el que lance al paraguas para tirar los globos. Se repite la misma dinámica hasta que tiren cuatro globos. Después, deberán trasportar los globos sin tocarlos con las manos y entre todos hasta la caja. *Tener más pelotas de tenis. *Hacer una marca desde donde comenzarán a trasportar los globos. *Indicar la parte del cuerpo con la que trasportar los globos. *No puede repetir el lanzador al menos que todos hayan tirado. *Posibilidad de transportar el globo de una manera u otra dependiendo del color de éste, o bien, hacer una ruleta con diferentes partes del cuerpo y las categorías hacer listados.	6'	

Vuelta a la calma **"Rescate":** Evaluación final de la Unidad Didáctica mientras los capitanes de los equipos buscan las partes del ordenador. Llamada para el rescate y vuelo de helicóptero.	10'	

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	GENERALES
Tomar decisiones de forma individual y colectiva	BLOQUE 3 (criterio 2)
Trabajar de forma cooperativa para lograr los objetivos propuestos	BLOQUE 1 (criterio 1) BLOQUE 3 (criterio 2) BLOQUE 4 (criterio 2) BLOQUE 6 (criterio 1)

ESTÁNDARES EVALUABLES	
DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	GENERALES
Tomar decisiones de forma individual y colectiva	BLOQUE 3 (2,1; 2,2)
Trabajar de forma cooperativa para lograr los objetivos propuestos	BLOQUE 1 (1,3; 2,3) BLOQUE 3 (2,1; 2,2) BLOQUE 4 (2,1; 2,2) BLOQUE 6 (1,4)

6- METODOLOGÍA

La metodología didáctica que planteamos viene determinada por la filosofía pedagógica de la LOE, común a todas las áreas. Siguiendo el enfoque *constructivista* los **principios metodológicos** promovidos desde la E.F. son los siguientes:

1. **Motivar**.

Indudablemente la actitud del profesor hacia los alumnos en este aspecto es fundamental. Son muchas las ocasiones en que llegan cansados o apáticos (debemos tener en cuenta que son pre-adolescentes y eso forma parte de los rasgos de esa etapa personal). Para motivar hay que estar motivado, más

que nunca "*predicar con el ejemplo*". Un profesor motivado contagia a sus alumnos.

2. **Atención especial a los problemas relacionados con la AUTOESTIMA.**

El pre-adolescente muchas veces es un ser inhibido e inseguro que se aprecia también en las clases de EF. **Ruiz Pérez**, **(*1995)* en *Competencia Motriz*** afirma que "también se aprende a ser incompetente". No comparar; sólo consigo mismo. *"Los rendimientos de los más débiles no son lo mismo que rendimientos más débiles*", según **Seybold** (*1974)* en *Ppios. Pedagógicos de la E.F.*

3. **Partir del nivel de desarrollo del alumno.**

Individualización + Diversidad. (Adaptaciones).

4. **Proponer situaciones de Aprendizaje Funcional**.

Situaciones reales de: juego, entreno, teatro, prácticas en la nieve...
Comprobar la utilidad.

5. **Construir aprendizajes significativos**.

Transferencia. El aprendizaje debe ser la base de otros posteriores. El niño debe de saber que todo lo que aprende hoy le servirá mañana para realizar otros ejercicios.

6. **Aprender a aprender**.

Autonomía. Que sepan porqué, cómo y para qué.

7. **Proponer la interacción en el aula (patio o gimnasio).**

Resulta fundamental para educar en actitudes, crear un clima de cooperación de solidaridad y de respeto a los demás.

8. **Interrelación de contenidos**.

Tanto de área (para un deporte -necesidad de capacidades físicas y cualidades motrices), como con otras áreas, Música (Expresión Corporal) y Ciencia Naturales, en lo que toca al cuerpo humano y en las actividades en el medio natural.

ESTILO DE ENSEÑANZA

En el área de Educación Física existen diversos métodos. Consideramos que tanto unos, como otros no son mejores ni peores, sino que dependen de cómo, cuándo, para qué y para quién son utilizados. Elegiremos el método más adecuado en cada momento en base a las características del alumno/ a y de la tarea, siguiendo los principios psicopedagógicos y didácticos, que subyacen del paradigma que guía nuestra práctica docente que propugna nuestro actual Sistema Educativo. Los métodos responden a la pregunta ¿cómo enseñar? Y nos orientan para conducir al alumnado hacia el aprendizaje.

Utilizaremos los dos métodos didácticos más reconocidos:

- Enseñanzas mediante la instrucción directa.
- Enseñanzas mediante la búsqueda o el descubrimiento.

Pero para el desarrollo de las Unidades Didácticas y en concreto de las sesiones utilizaré los métodos relacionados con cada estilo de enseñanza:

- ✓ **Mando directo**. Se utilizará fundamentalmente para la transmisión de *modelos de ejecución* y aquellas habilidades específicas que entrañen *riesgo*.
- ✓ **Asignación de tareas**. Basado también en la *reproducción de modelos* pero el alumno establece el *ritmo de ejecución.*
- ✓ **Enseñanza recíproca**. Trabajo por parejas donde *uno ejecuta y el otro observa y corrige.*
- ✓ **Grupos reducidos**. Favorece la *participación* del alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- ✓ **Grupos de nivel**. División de la clase en grupos homogéneos adecuando las tareas a su nivel.
- ✓ **Microenseñanza**. Estructuración de la clase en diversos grupos donde algunos alumnos adquieren el rol de profesores.

- ✓ **Descubrimiento guiado**. Ante el planteamiento de un problema, experimentan y ensayan hasta llegar a la solución guiados por el profesor.
- ✓ **Resolución de problemas**. Máximo nivel de autonomía donde son responsables de su estrategia para encontrar la solución.

7- EVALUACIÓN

Evaluación, según el Diccionario de la R.A.E proviene del francés evaluer, que significa "señalar el valor de una cosa". Nosotros como profesores entendemos por evaluación emitir un juicio de valor sobre cualquier aspecto. Para ello hay que recoger información por medio de pruebas o instrumentos, interpretarla y luego tomar decisiones.

Nuestro sistema educativo establece un sistema de evaluación doble, esto es, evaluación del aprendizaje, es decir, referida a los alumnos, y evaluación de la enseñanza, referida entre otros aspectos, a la práctica docente.

EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

En nuestro caso vamos a evaluar la Unidad Didáctica con dos actividades que tienen su pertinente elemento de evaluación:

1- El primer instrumento de evaluación será una evaluación mediante el mensaje SOS final de la Unidad Didáctica. En cada una de las letras tendrán que evaluar una determinada situación personal. En la primera deberán evaluar cómo se han sentido actuando en la Unidad Didáctica. En la O deberán de explicar si le ha gustado o no la Unidad Didáctica y finalmente en la segunda S deberán poner posibles cosas para mejorar.

2- El segundo instrumento de evaluación que vamos a tener será una diana de evaluación donde en cada una de las partes deberán evaluar ciertas cosas de la Unidad Didáctica. (Anexos)

Además de todo esto también existe una rúbrica de evaluación para poder posteriormente calificar la Unidad Didáctica con todos los detalles.

8- BIBLIOGRAFÍA

- Sánchez Bañuelos, F.(1986). **BASES PARA UNA DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE.** Gymnos. Madrid.
- Ríos Hernández, Merche (2003). **MANUAL DE EDUCACIÓN FÍSICA ADAPTADA AL ALUMNO CON DISCAPACIDAD.** Paidotribo. Bacelona.
- Johnson, D., Johnson, R., & Holubec, E. (1999). ***EL APRENDIZAJE COOPERATIVO EN EL AULA***. Buenos Aires: Paidós.
- Velázquez, C. (2004). ***LAS ACTIVIDADES FÍSICAS COOPERATIVAS. UNA PROPUESTA PARA LA FORMACIÓN DE VALORES A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LAS ESCUELAS DE EDUCACIÓN BÁSICA.*** Mexico, D.F.: Secretaría de Educación Pública.
- Velázquez, C. (2010). **UNA APROXIMACIÓN AL APRENDIZAJE COOPERATIVO EN EDUCACIÓN FÍSICA. EN C. VELÁZQUEZ CALLADO (COORD.),** ***APRENDIZAJE COOPERATIVO EN EDUCACIÓN FÍSICA. FUNDAMENTOS Y APLICACIONES PRÁCTICAS*** (págs. 17-89). Barcelona: INDE..
- Velázquez, C. (2013). **ANÁLISIS DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO DURANTE LA EDUCACIÓN OBLIGATORIA EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**. *[Tesis doctoral].* Valladolid: Universidad de Valladolid.

Revistas:

- Revista Retos: nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación. Publicada por la Federación Española de docentes de Educación Física.
- Apunts. Revista del INEF de Cataluña.
- Ágora para la Educación Física y el deporte. Publicada por profesorado del área de didáctica de la Expresión Corporal de la Universidad de Valladolid.

Recursos tecnológicos:

- Portales, Chats y Foros sobre EF.
- Instituciones educativas o deportivas y asociaciones profesionales
- Lecturas de Educación Física y Deportes [revista en formato únicamente digital con acceso libre y muchos artículos] http://www.efdeportes.com/