

Ejemplo Practico Programación UD

Autor: Uribarri Rivas, Garazi (Graduada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte).

Público: Profesores/as de Educación Física. **Materia:** Educación Física. **Idioma:** Español.

Título: Ejemplo Practico Programación UD.

Resumen

El siguiente artículo que se presenta trata sobre la elaboración y ejemplarización de una Unidad Didáctica sobre la actividad física de Acrosport. El objetivo de este artículo es mostrar diferentes estrategias de planteamiento de esta actividad, junto con sus actividades y ejercicios específicos. Así mismo se plasma el marco legal en el cual se enmarca la UD. Hay que tener en cuenta que cada CCAA tendrá su ley específica en vigor, en caso del artículo propuesto, se basará en el marco legal de la CAV.

Palabras clave: Educación Física, Acrosport, Educación, Expresión Corporal, Gimnástica, Programación.

Title: Practical Example Programming UD.

Abstract

The following article that is presented deals with the elaboration and exemplification of a Didactic Unit on Acrosport physical activity. The objective of this article is to show different strategies for approaching this activity, together with its specific activities and exercises. Likewise, the legal framework in which the UD is framed is defined. It must be borne in mind that each CCAA will have its specific law in force, in the case of the proposed article, it will be based on the legal framework of the CAV.

Keywords: Educación Física, Acrosport, Educación, Expresión Corporal, Gimnástica, Programación.

Recibido 2018-02-03; Aceptado 2018-02-12; Publicado 2018-03-25; Código PD: 093016

En el trabajo que os mostramos a continuación, hemos elaborado una programación de la UD de Acrosport para 3º de la ESO. Esta UD está enmarcada en el Decreto 236/2015, de 22 de diciembre concretamente en el Bloque 1 del Decreto Curricular del País Vasco. A pesar de estar dentro del marco de dicho decreto, este seguirá el plan educativo HEZIBERRI 2020, proyecto educativo puesto en marcha por el Gobierno Vasco.

Dicha actividad permite que las competencias transversales como; aprender a pensar y desarrollar, aprender a convivir, la iniciativa y el desarrollo integral de la persona pueda llevarse adelante, ya que estas se basan en la cooperación con el otro u otros compañeros y deja florecer la creatividad y la capacidad de desarrollo de los alumnos. Por otro lado para poder realizar una cooperación excelente el alumno tendrá que autoevaluarse y autoestimarse y auto-aceptarse para poder crear un vínculo de confianza con el resto de compañeros.

Respecto a las competencias disciplinares, no podemos olvidar la adquisición de competencias motrices que establecen dicha actividad. Son actividades en las cuales la mejora y la adquisición de los diferentes elementos se basa en el trabajo, constancia y habilidades motrices del mismo alumno.

Bien son estos los objetivos a adquirir pero quisiera comentar que el objetivo general de la actividad engloba otros tantos ámbitos. Esto es, queremos resaltar que la actividad será una excusa para desarrollar diferentes capacidades, teniendo en cuenta las diferentes ciencias que engloban la Educación Física. El objetivo de estas UD será insertar un aprendizaje multidisciplinar basándose en la cooperación y la actividad física.

La UD está compuesta por 10 sesiones. El objetivo final de la UD será que los alumnos compongan una composición de acrosport por grupos (entre 5 y 8 alumnos por grupo) de una duración mínima de 1 minuto 30 segundos, y máxima de 2 minutos. Para ello dispondrán de 6 sesiones netas. La evaluación se llevará a cabo mediante la autoevaluación y la evaluación en común mediante profesor-alumno.

ACROSPORT			
SESIÓN 1: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material...	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'
Parte principal			
<i>Presentación de la temática</i>	-Dará inicio a la nueva UD: Acrosport -Reunirá a los alumnos en una clase que se encuentra en el gimnasio.	-1ª parte de la sesión (gimnasio): Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo. - 2ª parte de la sesión (clase): Los alumnos se sentarán y el profesor se colocará delante de ellos junto al proyector.	10'
<i>Introducción a la temática</i>	-En la clase explicará en qué consiste dicha actividad, cuales son los objetivos, el método de evaluación y cómo será el transcurso de la UD. -Expondrá ejemplos - División en grupos de trabajo	- Los alumnos se sentarán y el profesor se colocará delante de ellos junto al proyector.	25'
<i>Brianstorm</i>	-El profesor dejará a los alumnos que utilicen aparatos electrónicos para documentarse.	- Por grupos.	10'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- Preguntará sobre el tema -Dar por finalizada la clase	- Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'

ACROSPORT			
SESIÓN 2: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material...	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'
<i>Calentamiento</i>	-Bien en grupos como individualmente o conjuntamente (clase entera) empezarán a realizar un pequeño calentamiento de movimientos articulares	-Por grupos, individual, colectivo	5'
Parte principal			
<i>Exposición</i>	-Cada grupo empezará a realizar pequeñas composiciones expuestas el otro día	-Por grupos	20'
<i>Creación</i>	-Una vez que hayamos tenido contacto con las diferentes composiciones los alumnos empezarán a crear su propia composición	- Por grupos.	15'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- Preguntará sobre el transcurso de la clase -Dar por finalizada la clase	- Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	10'

ACROSPORT			
SESIÓN 3: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material...	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'
<i>Calentamiento</i>	-Bien en grupos como individualmente o conjuntamente (clase entera) empezarán a realizar un pequeño calentamiento de movimientos articulares	-Por grupos, individual, colectivo	5'
Parte principal			
<i>Repaso</i>	-Cada grupo empezará a recordar lo fijado el otro día y comentará los objetivos del día de hoy.	-Por grupos	15'
<i>Creación</i>	-Seguirán con la creación de su composición	- Por grupos.	20'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- Preguntará sobre el transcurso de la clase -Dar por finalizada la clase	- Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	10'

ACROSPORT			
SESIÓN 4: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material...	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'
<i>Calentamiento</i>	-Bien en grupos como individualmente o conjuntamente (clase entera) empezarán a realizar un pequeño calentamiento de movimientos articulares	-Por grupos, individual, colectivo	5'
Parte principal			
<i>Repaso</i>	-Cada grupo empezará a recordar lo fijado el otro día y comentará los objetivos del día de hoy.	-Por grupos	15'
<i>Creación</i>	-Seguirán con la creación de su composición - Probarán figuras nuevas ya que la confianza va siendo mayor - Discutirán sobre los debates que puedan surgir durante la actividad - Solución de problemas	- Por grupos.	20'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- Preguntará sobre el transcurso de la clase -Dar por finalizada la clase	- Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	10'

ACROSPORT			
SESIÓN 5: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material...	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'
<i>Calentamiento</i>	-Bien en grupos como individualmente o conjuntamente (clase entera) empezarán a realizar un pequeño calentamiento de movimientos articulares	-Por grupos, individual, colectivo	5'
Parte principal			
<i>Repaso</i>	-Cada grupo empezará a recordar lo fijado el otro día y comentará los objetivos del día de hoy.	-Por grupos	5'
<i>Creación</i>	-Seguirán con la creación de su composición - Probarán figuras nuevas ya que la confianza va siendo mayor - Discutirán sobre los debates que puedan surgir durante la actividad - Solución de problemas	- Por grupos.	20'
<i>Puesta en escena</i>	-Utilizarán herramientas tecnológicas para grabarse y ver la realidad de su trabajo	- Por grupos.	5'
<i>Autoevaluación grupal</i>	-Evaluar lo visto -Tomar decisiones	- Por grupos.	10'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- Preguntará sobre el	- Todos de pie y el	5'

	transcurso de la clase -Dar por finalizada la clase	profesor se dirigirá a todo el grupo.	
--	--	---------------------------------------	--

ACROSPORT			
SESIÓN 6: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material...	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'
<i>Calentamiento</i>	-Bien en grupos como individualmente o conjuntamente (clase entera) empezarán a realizar un pequeño calentamiento de movimientos articulares	-Por grupos, individual, colectivo	5'
Parte principal			
<i>Repaso</i>	-Cada grupo empezará a recordar lo fijado el otro día y comentará los objetivos del día de hoy.	-Por grupos	5'
<i>Creación</i>	-Seguirán con la creación de su composición - Probarán figuras nuevas ya que la confianza va siendo mayor - Discutirán sobre los debates que puedan surgir durante la actividad - Solución de problemas	- Por grupos.	20'
<i>Puesta en escena</i>	-Utilizarán herramientas tecnológicas para	- Por grupos.	5'

	grabarse y ver la realidad de su trabajo		
<i>Autoevaluación grupal</i>	-Evaluar lo visto -Tomar decisiones	- Por grupos.	10'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- Preguntará sobre el transcurso de la clase -Dar por finalizada la clase	- Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'

ACROSPORT			
SESIÓN 7: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material... -Concienciar que es la última clase antes de exponer cada composición	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'
<i>Calentamiento</i>	-Bien en grupos como individualmente o conjuntamente (clase entera) empezarán a realizar un pequeño calentamiento de movimientos articulares	-Por grupos, individual, colectivo	3'
Parte principal			
<i>Repaso</i>	-Cada grupo empezará a recordar lo fijado el otro día y comentará los objetivos del día de hoy.	-Por grupos	2'
<i>Creación</i>	-Seguirán con la creación de su composición - Probarán figuras nuevas ya que la	- Por grupos.	20'

	confianza va siendo mayor - Discutirán sobre los debates que puedan surgir durante la actividad - Solución de problemas		
<i>Puesta en escena</i>	-Utilizarán herramientas tecnológicas para grabarse y ver la realidad de su trabajo -Elección de música y vestimenta	- Por grupos.	10'
<i>Autoevaluación grupal</i>	-Evaluar lo visto -Tomar decisiones	- Por grupos.	10'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- Preguntará sobre el transcurso de la clase -Dar por finalizada la clase	- Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	5'

ACROSPORT			
SESIÓN 8: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material... -Se prepararan los dos primeros grupos para exponer su grupo, el resto observará hasta que llegue su turno	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo - Grupo 1 y grupo 2 preparados el resto sentados	10'
Parte principal			
<i>Exposiciones</i>	-Cada grupo expondrá su trabajo	-Por grupos	40'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- Preguntará sobre que	-Todos de pie y el	5'

	les han parecido los trabajos que han visto -Dar por finalizada la clase	profesor se dirigirá a todo el grupo.	
--	---	---------------------------------------	--

ACROSPORT			
SESIÓN 9: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material... -Reunirá a los alumnos en una clase que se encuentra en el gimnasio.	-1ª parte de la sesión (gimnasio): Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo. - 2ª parte de la sesión (clase): Los alumnos se sentarán y el profesor se colocará delante de ellos junto al proyector.	10'
<i>Presentación de la actividad</i>	-El profesor explicará la actividad -Repartirá unas planillas de autoevaluación	- Los alumnos se sentarán y el profesor se colocará delante de ellos junto al proyector.	5'
Parte principal			
<i>Autoevaluación</i>	-Separación en grupo -Visualizarán otra vez las composiciones de cada grupo -Tras ver el video de un grupo realizarán una autoevaluación	- Por grupos	35'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- El profesor preguntará sobre la clase -El profesor propondrá una segunda oportunidad para la siguiente clase. -Dar por finalizada la clase	- Los alumnos sentados y el profesor se colocará delante de ellos junto al proyector.	10'

ACROSPORT			
SESIÓN 10: 55'			
Inicio			
Nombre Actividad	Explicación	Organización	Duración
<i>Comienzo clase</i>	-El profesor esperará a que todos los alumnos lleguen a la clase, observar faltas, impuntualidades, preparación material... -El profesor preguntará quien querrá volver repetirlo	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	10'
Parte principal			
<i>Segunda oportunidad</i>	-Separación en grupos - Mientras unos hacen otra vez su composición el resto ensaya o se le dará "tiempo libre"	- Por grupos	20'
<i>Puesta en común</i>	-Una vez el grupo haya repetido su composición se juntará con el profesor y debatirán respecto a la(s) nota(s) que ellos pusieron a su trabajo y la(s) nota(s) que ha puesto el profesor - Entro ambos establecerán una nota - Los grupos que no quieran volver a realizar la composición se juntarán con el profesor una vez acabados todos.	- Por grupos - Por grupos + profesor	15'
Parte final			
<i>Reflexión</i>	- El profesor preguntará sobre la clase -El profesor dará por finalizada la clase y la UD. -Dar por finalizada la clase	-Todos de pie y el profesor se dirigirá a todo el grupo.	10'