

# EDUCACIÓN FÍSICA

José Ángel Lara Peinado  
Roberto López Estévez

SUPUESTOS PRÁCTICOS

PRIMARIA



educàlia  
editorial

**SUPUESTOS PRÁCTICOS**  
**EDUCACIÓN FÍSICA**  
**PRIMARIA**

**José Ángel Lara Peinado**  
**Roberto López Estevez**



Segunda edición, 2018

Autores: José Ángel Lara Peinado, Roberto López Estévez

Maquetación: Educàlia Editorial

Edita: Educàlia Editorial

Imprime: Grupo Digital 82 S.L.

ISBN: 978-84-943622-1-7

Depósito Legal: V-264-2015

Printed in Spain/Impreso en España.

Todos los derechos reservados. No está permitida la reimpresión de ninguna parte de este libro, ni de imágenes ni de texto, ni tampoco su reproducción, ni utilización, en cualquier forma o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico o de otro modo, tanto conocida como los que puedan inventarse, incluyendo el fotocopiado o grabación, ni está permitido almacenarlo en un sistema de información y recuperación, sin el permiso anticipado y por escrito del editor.

Alguna de las imágenes que incluye este libro son reproducciones que se han realizado acogiéndose al derecho de cita que aparece en el artículo 32 de la Ley 22/1987, del 11 de noviembre, de la Propiedad intelectual. Educàlia Editorial agradece a todas las instituciones, tanto públicas como privadas, citadas en estas páginas, su colaboración y pide disculpas por la posible omisión involuntaria de algunas de ellas.

**Educàlia Editorial, S.L.**

C/ Av. de las Jacarandas, 2, loft 327 - 46100 Burjassot

Tel: 960624309-963273517-610900111

E-Mail: [educaliaeditorial@e-ducalia.com](mailto:educaliaeditorial@e-ducalia.com)

# • ÍNDICE •

---

INTRODUCCIÓN .....	4
CONSIDERACIONES GENERALES.....	4
CASOS PRÁCTICOS RELACIONADOS CON LA EDUCACIÓN FÍSICA .....	4
ESQUEMA GENERAL PARA LA RESOLUCIÓN DE UN SUPUESTO .....	6
MODELO DE DESARROLLO SUPUESTO PRÁCTICO.....	11

## DESARROLLO DE SUPUESTOS PRÁCTICOS

• SUPUESTO 1. LA SALUD • .....	17
• SUPUESTO 2. CALENTAMIENTO, PARTE PRINCIPAL Y VUELTA A LA CALMA • .....	28
ANEXO I.....	36
• SUPUESTO 3. HABILIDADES MOTRICES • .....	37
• SUPUESTO 4. COORDINACIÓN • .....	48
ANEXO I.....	56
• SUPUESTO 5. ESQUEMA CORPORAL (LATERALIDAD) • .....	59
ANEXO I. EVALUACIÓN DE LA LATERALIDAD.....	70
• SUPUESTO 6. ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL • .....	72
ANEXO I.....	82
• SUPUESTO 7. JUEGOS Y DEPORTES • .....	84
• SUPUESTO 8. JUEGOS DEL MUNDO • .....	95
• SUPUESTO 9. EXPRESIÓN CORPORAL • .....	104
SUPUESTO PRÁCTICO: MAESTRO ESPECIALIDAD DE EDUCACIÓN FÍSICA COMUNIDAD AUTÓNOMA DE MADRID. PROCESO SELECTIVO 2015 .....	115
ANEXO I.....	127
BATERÍA DE EJEMPLOS DE CASOS PRÁCTICOS.....	128

## DESARROLLO DE SUPUESTOS PRÁCTICOS

### • SUPUESTO 1. LA SALUD •

En base a la ORDEN/RESOLUCIÓN..... la cual regula nuestro sistema de concurso-oposición en la Comunidad de ....., voy a desarrollar:

la parte A2 de la primera prueba

El ejercicio práctico que voy a desarrollar, de los dos planteados, es el nº.....que se titula:

1. Desarrolla una unidad didáctica en la que integres al menos estos contenidos:

- Adquisición de hábitos que proporcionen seguridad en la práctica de actividades físicas
- Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal y práctica de tareas encaminadas a la higiene postural.

2. ¿Cómo evaluarías la actitud postural dentro de esta unidad didáctica?

3. Uno de tus alumnos del grupo-clase presenta una escoliosis.

## 1. JUSTIFICACIÓN

La Educación para la salud se convierte en un elemento globalizador e interdisciplinar dentro del currículo oficial como promotor de la adquisición de hábitos de vida activa y saludable en los primeros años de escolarización. En el entorno escolar se prioriza, pues, promover conductas y hábitos que favorezcan una vida saludable, normas fundamentales de salud como son la higiene, el cuidado corporal, la actividad física, la preocupación por el medio ambiente, la alimentación...

Sabemos que es más fácil crear un hábito que cambiarlo. Es mejor formar buenos hábitos durante la infancia o adolescencia, que tratar de cambiar nuestro estilo de vida en la edad adulta. Aunque practicar buenos hábitos de salud no garantiza del todo el gozar de una vida más larga, definitivamente puede mejorar su calidad. Si se practican con regularidad, unas cuantas cosas simples pueden ayudar a minimizar el riesgo de enfermedad y enriquecen la vida.

## 2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para poder desarrollar el presente supuesto práctico, consideramos necesario centrarnos en los aspectos más relevantes del mismo.

De este modo, podemos definir por un lado hábito como un patrón de conducta que nos interesa que adquieran nuestros alumnos de forma natural para incorporarles a sus esquemas de pensamiento.; mientras que por otro lado la actitud es el preámbulo de una conducta y que cuando ésta se lleva a cabo con asiduidad a lo largo del tiempo constituye un hábito.

La propuesta presenta a un grupo de alumnos, de los cuales hay uno de ellos que tiene escoliosis. Se trata de una de las patologías más comunes según Ramón Cantó y Javier Jiménez (1997), y se identifica por una desviación lateral de la columna vertebral, que empieza a ser de cierta gravedad a partir de los 30º. Esta alteración puede ser:

- no estructurada: corregida conscientemente por el sujeto.
- estructurada: no puede ser corregida conscientemente por el sujeto.

En nuestro caso la escoliosis es de tipo no estructurada.

Para el desarrollo de la cuestión nº 1, contaremos con un grupo de 24 alumnos, 14 chicos y 10 chicas, pertenecientes al primer nivel de la etapa de Educación Primaria, cuyas edades oscilan entre los 6 y 7 años. Hecha esta aclaración, veremos las características evolutivas y de aprendizaje de alumnado a nivel cognitivo, socioafectivo, biológico y motriz:



- A nivel cognitivo: El pensamiento presenta dificultades para actuar lógicamente en ausencia de los objetos
- A nivel socioafectivo: soporta los juegos de grupo y tiene dificultad para tomar decisiones
- A nivel motriz: pone mucha atención y repite varias veces el ejercicio hasta dominarlo. Controla mucho mejor sus manos y sus ojos, y puede permanecer más tiempo en la misma postura.

### 3. INTRODUCCIÓN

El marco normativo que tenemos como referencia para abordar esta cuestión son, la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación (LOE en adelante) y la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE en adelante) de reciente incorporación, cuyos principales objetivos que persigue son: reducir la tasa de abandono temprano de la educación, mejorar los resultados educativos de acuerdo con criterios internacionales, tanto en la tasa comparativa de alumnos y alumnas excelentes, como en la de titulados en Educación Secundaria Obligatoria, mejorar la empleabilidad, y estimular el espíritu emprendedor de los estudiantes

Esta normativa es desarrollada a efectos de currículo por el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria en el territorio español (RD. 126/2014 en adelante); y a través del Decreto 89/2014, de 24 de Julio, (D.89/2014 en adelante) por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Primaria (al que se aludirá a lo largo de este supuesto) (incluir el que corresponda para la Comunidad en la que se presenta el opositor).

Nuestro trabajo se desarrollará identificando en primer lugar los elementos esenciales del currículo oficial; acto seguido relacionaremos la propuesta con los demás áreas de conocimiento (interdisciplinariedad); a continuación, desarrollaremos las líneas metodológicas a utilizar en el supuesto, y tendremos en cuenta las características psicoevolutivas del grupo. Tras ello, secuenciaremos y desarrollaremos la parte práctica que nos pide el supuesto, atenderemos a la diversidad y evaluaremos el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por último, se desarrollarán el apartado de conclusión y de referencias bibliográficas.

Tras el apartado de Introducción, pasamos a ver los ELEMENTOS ESENCIALES DEL CURRÍCULO, cómo elementos indispensables para llevar a cabo el presente supuesto práctico:

## 4. ELEMENTOS ESENCIALES DEL CURRÍCULO

### 4.1. OBJETIVOS

En este sentido, los objetivos prescritos por el currículo oficial representan aquellas capacidades que la etapa de Educación Primaria contribuirá a desarrollar en el supuesto; de esta manera, cobra una importancia fundamental para ayudar a los alumnos/as a "valorar la higiene y la salud, conocer y respetar el cuerpo humano, y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social." (RD 126/2014 de 28 de febrero). Además, la asignatura específica de E.F. tiene como finalidad principal: "desarrollar en las personas su competencia motriz, la adquisición de competencias relacionadas con la salud y usos sociales de la actividad física siendo el juego el recurso imprescindible en la situación de aprendizaje." (relacionarlo con el currículo de la comunidad autónoma donde se examine el opositor).

La presencia de los objetivos NO forma un elemento independiente dentro del proceso educativo, sino que son el punto de partida para seleccionar, organizar y desarrollar los contenidos; con esto pasamos a desarrollar el apartado

### 4.2. CONTENIDOS

A continuación, vamos a atender a la INTRADISCIPLINARIEDAD, es decir, a la relación existente de los distintos contenidos del currículo oficial con el supuesto práctico; así diremos, que nuestra propuesta desarrolla los contenidos curriculares relacionados asociado a las "Acciones motrices" las cuales contienen elementos transversales a la educación para la salud.

Pero también, se relaciona de manera indirecta con los siguientes contenidos asociados al desarrollo de las habili-

dades motrices y la relación con otras áreas del currículo. La relación entre los diferentes contenidos puede aportar toda una serie de intervenciones educativas con una enorme potencia pedagógica.

TRAS EL DESARROLLO DE LOS OBJETIVOS Y LOS CONTENIDOS EN LA EDUCACION FISICA, PASAMOS A DESARROLLAR EL PUNTO:

### 4.3. COMPETENCIAS CLAVE

La LOMCE considera esencial la preparación para la ciudadanía activa y la adquisición de las competencias sociales y cívicas, recogidas en la Recomendación del Parlamento Europeo y del Consejo de 18 de diciembre de 2006 sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente

Las competencias clave o fundamentales son las capacidades de poner en práctica, de forma integrada, en diversos contextos de la vida cotidiana, las habilidades y actitudes, donde se incluyen el saber, el saber hacer y el saber ser o estar. Es uno de los elementos básicos del currículo oficial, junto a los objetivos, los contenidos, los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables; y permite poner el acento en aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles y que el sujeto debe haber desarrollado al finalizar la enseñanza obligatoria.

En el art. 2.2 del RD126/2014 (incluir el currículo de la comunidad autónoma en la que se examina el opositor), de las cuales son las siguientes las que tienen relación con el supuesto práctico:

1.º Comunicación lingüística. Respecto a que los alumnos mediante la lectura del libro "Amelia la trapeicista" y "El doctor guau y unos consejos para tu salud" haremos hincapié en aspectos relacionados con la actitud postural.

3.º Competencia digital: diapositivas sobre higiene postural mediante la proyección del tebeo de la espalda que la fundación Kovacs y la Organización Médica Colegial (OMC) pone a disposición dentro de su campaña sobre la prevención de dolores de espalda en escolares españoles durante el curso académico 2015-2016.

6.º Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: puesto que los alumnos tendrán que mostrar imaginación, decisión... en la realización de las actividades propuestas.

### 4.4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

A continuación, atenderemos a los criterios de evaluación del currículo de EF pertenecientes a la etapa de Educación Primaria; entre los que destacamos el nº 5 y nº 11 del RD 126/2014 (se deben incluir los específicos del currículo de la comunidad autónoma en la que se examine el opositor):

5. 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.

11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.

JUNTO A LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN, ENCONTRAMOS INTIMAMENTE LIGADOS UNA SERIE DE ELEMENTOS QUE VAN A SERVIR DE REFERENTE PARA COMPROBAR EL GRADO DE ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS CLAVE Y EL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DE LA ETAPA DE EDUCACIÓN PRIMARIA. NOS REFERIMOS A LOS NOVEDOSOS ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

### 4.5. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Los estándares evaluables que tienen relación con el supuesto y los cuales tienen conexión con los criterios de evaluación anteriormente mencionados son:

- 5.3. Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.
- 5.5. Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.
- 11.1. Explica y reconoce las acciones preventivas más comunes en las actividades.

Tras el desarrollo de los elementos básicos que configuran el currículo y su relación con nuestra propuesta, pasaremos a ver el contexto donde vamos a desarrollar los ELEMENTOS BÁSICOS DE la unidad didáctica, TAL Y COMO DEMANDA EL EPÍGRAFE DEL PRESENTE SUPUESTO PRÁCTICO:

En este sentido, la propuesta se llevará a cabo de un centro de Educación Infantil y Primaria (CEIP) de 2 líneas. El nivel socioeconómico de las familias es medio y los recursos disponibles en el centro se adecúan a los requisitos mínimos establecidos.

## 5. ELEMENTOS BÁSICOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

### 5.1. RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS DEL CURRÍCULO

La LOMCE establece una nueva tipología de asignaturas, diferenciando entre troncales, específicas y de libre configuración autonómica. En nuestro caso, de manera interdisciplinar, nuestra propuesta de unidad didáctica se relaciona directamente con la asignatura troncal de Ciencias de la Naturaleza, a través del conocimiento de las partes del cuerpo humano y sus características; y las normas de higiene, aseo corporal y hábitos de prevención de enfermedades y accidentes domésticos. Además se pondrá énfasis en que el niño valore la higiene postural, el descanso y la atención al propio cuerpo.

### 5.2. RELACIÓN CON LOS ELEMENTOS TRANSVERSALES DEL CURRÍCULO

Más concretamente, el art. 10 del RD. 126/2014 establece una serie de elementos transversales que deben trabajarse en todas las áreas:

- Comprensión lectora, expresión oral y escrita
- Comunicación audiovisual y TIC
- Emprendimiento
- Educación Cívica y Constitucional

La inclusión de los valores en la asignatura de Educación Física ofrecerá una excelente oportunidad para reflexionar sobre la dimensión más personal de la educación, desarrollando un proceso que tiene por objeto intencional la formación de las alumnas y de los alumnos como ciudadanos comprometidos activamente con la construcción y configuración de la sociedad democrática, mediante el ejercicio de la reflexión crítica y autocrítica, y de la participación activa y cooperativa de los mismos en el escenario social de la escuela y el aula (Velázquez, 2000).

A lo largo de nuestra unidad didáctica desarrollaremos estos elementos a través del trabajo sobre posturas adoptadas en la vida cotidiana, tanto en las domésticas como laborales; mediante actividades que representen posturas correctas del cuerpo, tanto en reposo como en movimiento, en todas las actividades del día a día; además del desarrollo de hábitos de higiene de las diferentes partes del cuerpo humano. Ello lo pondremos en práctica con la utilización de estrategias didácticas y metodológicas basados en la realización de asambleas, puestas en común y dinámicas de grupo.

### 5.3. RELACIÓN CON LOS PLANES Y PROYECTOS DEL CENTRO

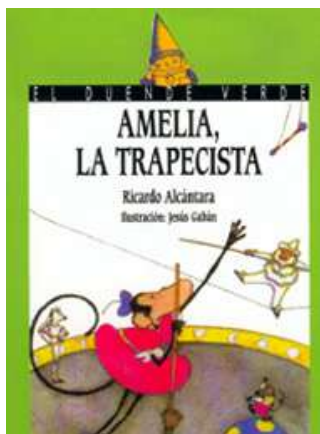


Figura 1. Amelia la trapecista

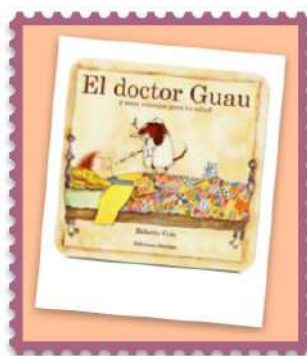


Figura 2. El Doctor Guau y unos consejos saludables

También cabe destacar la relación de la propuesta con los Planes y Proyectos del Centro. Por tanto, tenemos que hacer especial mención al desarrollo del Plan para el Fomento de la Lectura, el desarrollo de la comprensión lectora y la mejora de la expresión oral y escrita, según establece el art. 10 del RD 126/2014, a través el libro "Amelia la trapecista" de Ricardo Alcántara publicado por la editorial Anaya en 2005, y el libro "El doctor guau y unos consejos para tu salud" de Babette Cole, publicado en 1998 por la editorial Destino.





Figura 3. El tebeo de la espalda

Este material irá dirigido a mostrar una serie de consejos básicos de higiene corporal para el alumnado de esta edad, como lavarse las manos o sonarse los mocos.

En relación al Plan de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC´s), este plan está organizado a nivel de centro por el coordinador de las TIC y está regulado por las Instrucciones de principio de curso de 21 de mayo de 2015 de la Comunidad de Madrid (incluir la normativa pertinente de la comunidad en la que se examina el opositor). Desde nuestra asignatura colaboraremos a través de diapositivas sobre higiene postural mediante la proyección del tebeo de la espalda: [http://www.espalda.org/divulgativa/su\\_espalda/escolares/escolares2015\\_16.asp](http://www.espalda.org/divulgativa/su_espalda/escolares/escolares2015_16.asp)

Para poder transmitir estos contenidos, necesitamos de la planificación de una serie de Recursos Didácticos:

### 5.4. RECURSOS DIDÁCTICOS

Actualmente el concepto de recurso didáctico según Amparo Escamilla y Ana Rosa Lagares (2005), se entiende como “todo medio que facilita la presentación y tratamiento de los contenidos de E-A”. Así nos encontraremos dentro de nuestra propuesta de resolución con la existencia de:

Recursos personales: el maestro de Educación Física, el alumnado y el maestro de Ciencias de la Naturaleza; también involucraremos a la familia, mediante la realización, exhibición y descripción de posters en el gimnasio, y la lectura comprensiva de historietas tipo comic en las que se analizan posturas y actividades de la vida cotidiana.



Figura 4. Higiene postural en la vida cotidiana

Recursos ambientales: entre los que emplearemos el patio de recreo, el gimnasio, los aseos y servicios higiénico-sanitarios, así como los espacios que dispongan de acceso a la nuevas tecnologías de la información y la comunicación, los cuales reúnen las condiciones adecuadas según Real Decreto 132/2010, de 12 de febrero, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan las enseñanzas del segundo ciclo de la educación infantil, la educación primaria y la educación secundaria. (BOE, núm 62.)

Recursos materiales: para su selección y utilización en toda su variedad se ha hecho uso, a principios de curso, de un inventario actualizado del material propio del área de EF explicitando el estado para su uso y mantenimiento. En este caso, haremos uso del pequeño material manipulable (aros, conos, cuerdas, picas, etc.). Todo este material está completamente certificado y homologado para los organismos oficiales competentes.

Una vez visto, el apartado de los Recursos Didácticos, como elementos activos y participativos de toda la acción educativa y no como un mero elemento auxiliar, pasamos a desarrollar las líneas metodológicas que se van a llevar a cabo en el supuesto

## 5.5. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Desde una perspectiva democrática y flexible de la enseñanza, como la que se nos plantea en el currículo oficial, cuyo referente es el (incluir el currículo correspondiente de la comunidad autónoma en la que se examina el opositor) no se puede hablar de un método ideal, siendo éste un continuo que va desde el aprendizaje receptivo hasta el autoaprendizaje. Dentro de nuestra secuencia de actuación la metodología será flexible, activa, participativa, integradora y basada en el proceso, y nunca en el producto. Se utilizarán estilos de enseñanza que favorecen la socialización del alumnado que como señalan Delgado Noguera y Sicilia Camacho (2002) mediante la utilización de juegos interactivos, cooperativos y de desinhibición. También emplearemos estilos que impliquen cognoscitivamente al alumnado, planteando situaciones de enseñanza que ayuden al alumno a buscar soluciones y a resolver problemas motrices. Utilizaremos principalmente el descubrimiento guiado dejando experimentar y ensayar hasta llegar a la solución correcta (p.e: en un equilibrio con objetos se plantearán cuestiones ¿cómo puedes mantener el objeto? ¿Qué partes del cuerpo deben ir rectas para que no se caiga?). La resolución de problemas la emplearemos en aquellas actividades donde no le proporcionaremos pistas y los problemas que se planteen serán simples y deberán tener como dos o más soluciones. (p.e: ¿de cuantas formas puedo coger el objeto sin hacerme daño en la espalda? ¿con qué partes del cuerpo puedo apoyarme?).

En esta línea metodológica, el método se hará efectivo a través de las técnicas de enseñanza, que pasamos a profundizar a continuación. Abarcaremos por un lado “la información inicial” y por otro “el conocimiento de los resultados”. La “Información Inicial” es considerada como la presentación de la sesión, donde su eficacia incide en tres aspectos importantes en la clase de EF: en la motivación (el planteamiento claro, concreto, significativo, ...aumentará el interés de los alumnos por la actividad), en la organización de la clase (a diferencia de una clase en el aula, cada vez que presentemos una nueva actividad, debemos volver a organizar al grupo), en el tiempo de práctica (en EF la información inicial debe ser el mínimo para aumentar el tiempo útil de sesión). En cuanto al conocimiento de los resultados, también llamado “feedback” el alumnado recibe la información sobre la realización de la tarea; emplearemos tanto feedback grupal como individual. Por último, utilizaremos estrategias didácticas de carácter analítico durante el calentamiento a través de la movilidad articular, pero las más representativas de nuestra propuesta serán aquellas estrategias de carácter global que van a permitir ofrecer un ambiente lúdico, placentero y motivante a través del juego como principal recurso metodológico.

Tras la explicación y desarrollo de la Metodología, pasamos a continuación la Secuenciación y la Temporalización en que se va a llevar a cabo la resolución del supuesto:

## 5.6. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN

Nuestra propuesta de resolución se encuentra enmarcada dentro de la U.D. nº 1 titulado “Los campeones de la salud” cuya fecha a realizar será durante el mes de septiembre según el Calendario Escolar 2015/2016, que establece la Orden 1486/2015, de 21 de mayo, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se establece el Calendario Escolar para el curso 2015-2016 en los centros educativos no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad de Madrid. (incluir el calendario y la orden correspondiente a la comunidad autónoma en la que se examine el opositor) La unidad didáctica consta de 5 sesiones, que van a responder a todas y cada una de las cuestiones planteadas en el epígrafe del supuesto.

*Para dar respuesta a la primera cuestión del supuesto sobre la adquisición de hábitos que proporcionen seguridad en la práctica de actividades físicas y hábitos básicos de higiene corporal y práctica de tareas encaminadas a la higiene postural vamos a desarrollar las siguientes sesiones en la unidad didáctica:*

Nº SE- SIÓN	TÍTULO	DESCRIPCIÓN
1	Hola me llamo...	Utilizaremos juegos de presentación y de desinhibición, con el objetivo de conocernos mejor. También reflexionaremos sobre el uso del aseo y del material correspondiente (toalla, jabón, etc.).
2	El tour del cole	Conocimiento de las normas de clase de las instalaciones, equipamientos y materiales de Educación Física.
3	Aprendemos a cuidarnos	Incidiremos en la adquisición de los hábitos básicos de higiene corporal, el cuidado de la boca y el cuidado de las manos.
4	Soy un puzzle	Desarrollaremos actividades encaminadas a la educación de la higiene postural (posturas domésticas, en la escuela, en actividades deportivas, etc.). Utilizaremos las TIC's para la visión de videos y actividades de actitud postural.
5	Posturitas	Pretendemos que nuestros alumnos tomen conciencia de la importancia de una adecuada actitud postural mediante situaciones de juego.

### 5.7. SESIÓN/ PARTE PRÁCTICA

En líneas generales en el MODELO DE SESION se ha escogido como punto de referencia al autor Sánchez Bañuelos y Fernández García (2003); dicho modelo comienza con una:

1ª Parte: "Puesta en Acción o Calentamiento": Esta parte es beneficiosa para adquirir hábitos que proporcionen seguridad en la práctica de actividades físicas y se divide a su vez en 2 partes:

1. Planteamiento teórico inicial: En este espacio los alumnos permanecerán sentados y el maestro suministrará la información.
2. Actividades propiamente dichas de calentamiento:
  - » Preparación a nivel cardiovascular, aumentando las pulsaciones a un ritmo adecuado
  - » Actividades relacionadas con todos los alumnos y que hagan referencia a la Parte Principal utilizando el Juego como principal elemento metodológico; también se utilizaran ejercicios de estiramiento y movilidad articular.

2ª Parte: "Parte Principal": En esta parte se combinarán diferentes actividades en progresión de menor a mayor esfuerzo, utilizando el Juego como principal recurso metodológico.

3ª parte "Fase Final": En esta parte se desarrollará el trabajo de la relajación y vuelta a la calma. Terminaremos con un planteamiento teórico final donde reunimos y sentamos a los alumnos comentándoles que les ha parecido la sesión de clase, utilizando este pequeño espacio de reflexión como evaluación de la sesión de trabajo

A continuación pasamos a desarrollar la sesión nº5: "Posturitas":

Objetivo:

Tomar conciencia de la postura adoptada por el cuerpo en diferentes situaciones ludomotrices

PUESTA EN ACCIÓN O CALENTAMIENTO		
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TIEMPO
Enanos y gigantes	Desplazándose por todo el gimnasio, cuando el profesor diga enanos, todos tienen que intentar hacerse lo más pequeño posible y quedarse en el sitio; si dice gigante, el alumno tiene que tratar de crecer lo máximo posible estirándose hacia arriba. Entre pautas y pautas el profesor dirá diferentes tipos de desplazamientos.	5'

El muelle	Individualmente, en tendido supino sobre una colchoneta, extenderse al máximo y luego flexionarse al máximo.	5´
-----------	--	----

PARTE PRINCIPAL		
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TIEMPO
Puentes y ríos	Dos grupos. Los puentes están en cuadrupedia y los ríos pasan por debajo de los puentes; todos ellos a la señal del profesor que diga "puentes", los ríos pasan y luego los puentes descienden. Cambio de roles.	10´
Tomates y pepinos	2 filas enfrentadas. Se utiliza el mismo desplazamiento que en el juego anterior. Si el profesor dice "tomates" éstos persiguen a los pepinos, y viceversa. Utilizar otro tipo de desplazamientos como cuadrupedia, arrastre, caminar con la espalda derecha,...	10´
Camino sin pies	Un alumno desde sentado en el suelo tiene que perseguir a los demás que están en cuadrupedia. Los perseguidores pueden protegerse agrupando su cuerpo antes de ser tocados. La postura adoptada nos obliga a llevar la espalda derecha para impulsarse sobre los glúteos.	10´

FASE FINAL		
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	TIEMPO
Gato bueno, gato malo	Por parejas, uno de ellos hace de gato (en cuadrupedia). Cuando el compañero acaricia el lomo del gato éste se pone cariñoso extendiendo el tronco sin dejar de estar en cuadrupedia. Cuando el compañero da golpecitos suaves en la espalda del gato, éste se pone furioso y eleva el tronco sin abandonar la cuadrupedia.	5´
¿Cómo estás?	el profesor levantará una diapositiva, con diferentes tareas domésticas, y el alumno/a tendrá que reconocer e imitar esa acción	5´

Para saber si el desarrollo del supuesto es adecuado y que el alumnado ha alcanzado los objetivos, es necesario efectuar una evaluación:

### 5.8. EVALUACIÓN

De conformidad con lo establecido en el art. 12 del RD 126/2014 (incluir el artículo de evaluación correspondiente a la comunidad autónoma en la que se examina el opositor) la evaluación de los aprendizajes de los alumnos durante la etapa será continua y global, y tendrá en cuenta su progreso en el conjunto de las áreas del currículo.

La evaluación será continua en cuanto estará inmersa en el proceso de enseñanza y aprendizaje del alumnado, con la finalidad de detectar las dificultades en el momento en que se producen, analizar las causas y de esta manera, adoptar las medidas necesarias que permitan al alumnado mejorar su proceso de aprendizaje y garantizar la adquisición de las competencias claves para continuar el proceso educativo.

La evaluación será global en cuanto se referirá a las competencias clave y a los objetivos de la etapa y el aprendizaje del alumnado en el conjunto de las áreas de la etapa.

**A continuación paso a dar respuesta a la segunda cuestión del supuesto sobre cómo evaluarías la actitud postural dentro de esta unidad didáctica:**

Con respecto a la evaluación de la actitud postural dentro de esta unidad didáctica, destacar que la actitud está influenciada por el psiquismo, el estado de ánimo o emoción, los cuales ejercen sobre el control tónico-muscular,

manifestándose hacia el exterior a través del diseño e imagen corporal. También podemos decir que la actitud es una postura inconscientemente adoptada o la forma en que sin darnos cuenta nos proyectamos hacia el exterior.

Items a observar y evaluar:

- Observar si el alumno/a lleva el cuerpo inclinado hacia delante o hacia atrás
- Observar si el alumno/a permanece con la cabeza ladeada
- Observar si el alumno posee zonas corporales muy tensas y relajadas
- Observar si el alumno presenta posturas abiertas o cerradas
- Observar si existe diferencia significativa en la simetría de los segmentos corporales

Una vez realizada la Evaluación del Proceso de Enseñanza y Aprendizaje, pasamos a ver el espacio dedicado a la Atención a la Diversidad

## 5.9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La LOMCE mantiene el concepto de Alumnos con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (ACNEAE), dentro de ellos se integran el alumnado que presenta: necesidades educativas especiales, dificultades específicas de aprendizaje, Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), altas capacidades intelectuales, haberse incorporado tarde al sistema educativo, o por las condiciones personales o de historia escolar.

**Por último la tercera cuestión del supuesto sobre uno de tus alumnos del grupo-clase presenta una escoliosis, haremos referencia a:**

Como se dijo al comienzo del supuesto (parte de fundamentación teórica), LA ESCOLIOSIS, es una de las patologías más comunes según Ramón Cantó y Javier Jiménez (1997), y se identifica por una desviación lateral de la columna vertebral, que empieza a ser de cierta gravedad a partir de los 30º. Esta alteración puede ser:

- no estructurada: corregida conscientemente por el sujeto.
- estructurada: no puede ser corregida conscientemente por el sujeto.

Estos autores nos informan que para detectar la escoliosis en el entorno escolar, debemos observar desde el plano frontal que los hombros y las escápulas se encuentran al mismo nivel, y que no presente gibosidades al flexionar el tronco.

En nuestro caso la escoliosis es de tipo no estructurada. En la mayoría de los casos y en este en concreto, la escoliosis es lo suficientemente leve como para que la vida de un niño no se vea afectada y no requiera tratamiento médico. Aún así, debemos de tener en cuenta algunas consideraciones:

- Corregir durante las clases de EF, posibles posturas contraindicadas.
- Hacer hincapié en una buena higiene corporal y actitud postural.
- Practicar distintas posturas para evitar futuras lesiones y corregir los problemas de escoliosis de nuestro alumno, junto con ayuda de otros profesionales como fisioterapeutas...
- Hacer ejercicio y una buena condición física.

El objetivo es corregir todo lo posible la incorrecta posición de la [columna vertebral](#).

También, comentar que la evaluación se producirá de manera continua a lo largo de toda la unidad, a través de actividades y tareas que permitan detectar o vislumbrar elementos relacionados con la escoliosis; así propondremos las siguientes tareas en cada sesión a lo largo de la unidad didáctica:

- ¿Quién imita mejor a los flamencos?: equilibrios sobre una pierna y observar si tiene alterada la estática
- Juegos de desplazamiento con objetos (aros, pelotas,...): observar si desvía la cabeza hacia un lado determinado.
- Juegos de desplazamiento con las manos sobre los hombros
- Plantear situaciones donde se adopten posturas en forma de ele "L" con el cuerpo
- En relación a los instrumentos de evaluación, presentaremos una serie de listas de control para evaluar de forma global la actitud postural (ANEXO I).



Por último, destacar que como profesores de Educación física debemos pasar a inicio de curso un cuestionario para conocer el estado de salud de nuestros alumnos. En este caso concreto, además debemos conocer el informe médico para tener en cuenta todas las consideraciones realizadas por el médico especialista en nuestras clases.

## 6. CONCLUSIÓN PERSONAL

Nuestros alumnos, necesitan conocer su cuerpo, los beneficios que para el mismo aportan tanto una buena alimentación, como la práctica regular del ejercicio, como una buena actitud ante la higiene corporal y postural de uno mismo. Éstos hábitos realizados asiduamente en cada sesión de educación física y en coordinación con los otros profesores de los alumnos, nos va a permitir la prevención de futuros problemas en nuestros alumnos. De esta manera, decir que el crear hábitos saludables supone un gran avance para el correcto desarrollo del niño.

## 7. FUENTES DOCUMENTALES UTILIZADAS

Para el desarrollo del presente supuesto he tenido en cuenta las siguientes fuentes:

### 7.1. BIBLIOGRAFIA

Escamilla, A. & Lagares, A. R. (2005). *Glosario de términos educativos*. Grao: Barcelona.

Cantó, R. & Jiménez, J. (1997). *La columna vertebral en la edad escolar*. Gymnos: Madrid.

Delgado, M. A. & Sicilia, A. (2002). *Educación física y estilos de enseñanza: análisis de la participación del alumnado desde un modelo socio-cultural del conocimiento escolar*. INDE: Barcelona.

Garaigordóbil, M. (2003). *Intervención psicológica para desarrollar la personalidad infantil*. Pirámide: Madrid.

Sánchez, F. & Fernández, E. (2003). *Didáctica de la Educación Física*. Pearson Educación: Madrid.

Velázquez, R. (2000). ¿Existe el deporte educativo? Un ensayo en torno a la supuesta naturaleza educativa del deporte. En la formación inicial y permanente del profesor de Educación Física (vol 1). *Actas del XVIII Congreso Nacional de Educación Física*, 481 - 492. Ciudad Real, España.

### 7.2. REFERENCIAS LEGISLATIVAS

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo de Educación, BOE, núm. 106

La Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa, BOE, núm. 295

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria

Decreto 89/2014, de 24 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de la Educación Primaria, BOCM, núm. 175. (incluir el currículo de la comunidad en la que se examina el opositor).

Real Decreto 132/2010, de 12 de febrero, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan las enseñanzas del segundo ciclo de la educación infantil, la educación primaria y la educación secundaria. BOE, núm 62.

ORDEN 3622/2014, de 3 de diciembre, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid, por la que se regulan determinados aspectos de organización y funcionamiento, así como la evaluación y los documentos de aplicación en la Educación Primaria.

Orden 1486/2015, de 21 de mayo, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se establece el Calendario Escolar para el curso 2015-2016 en los centros educativos no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad de Madrid. (incluir la orden correspondiente a la comunidad en la que se examina el opositor).

Instrucciones de las Viceconsejerías de Educación, Juventud y Deportes, y Organización educativa, de 11 de junio de 2015, sobre comienzo de curso escolar 2015/2016, a los centros públicos docentes no universitarios de la Comuni-

dad de Madrid. (Incluir la normativa correspondiente a la comunidad en la que se examina el opositor).

### **7.3. OTROS RECURSOS DE INTERÉS**

<http://www.traumazamora.org/index.html>

<http://salud.bayer.es/>

### **8. DESPEDIDA DEL SUPUESTO**

Con esto doy por concluido el supuesto práctico.