

# UNIDADES DIDÁCTICAS

## BOMBA

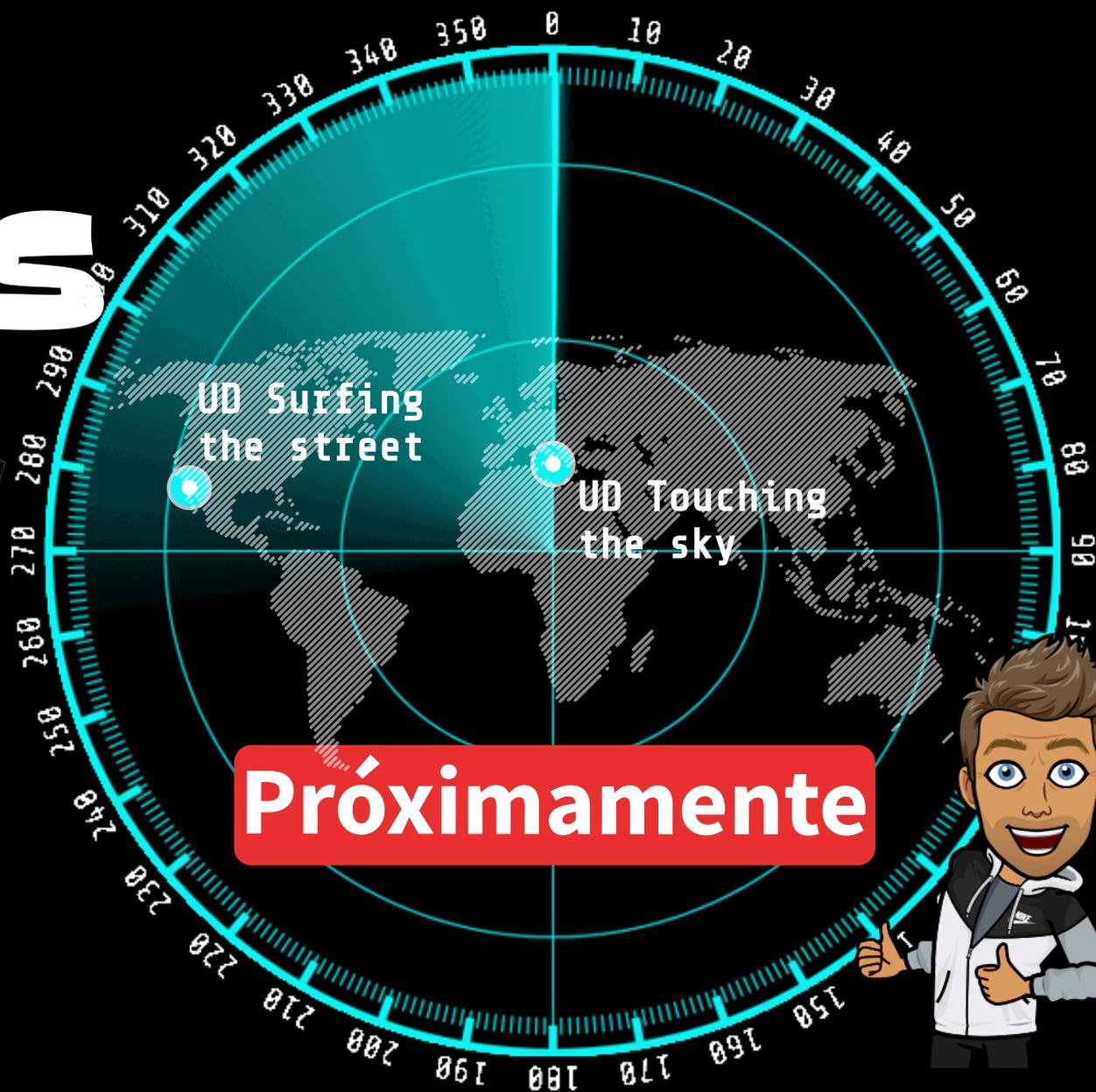
 satorre\_raul



**2** propuestas

**1** materia

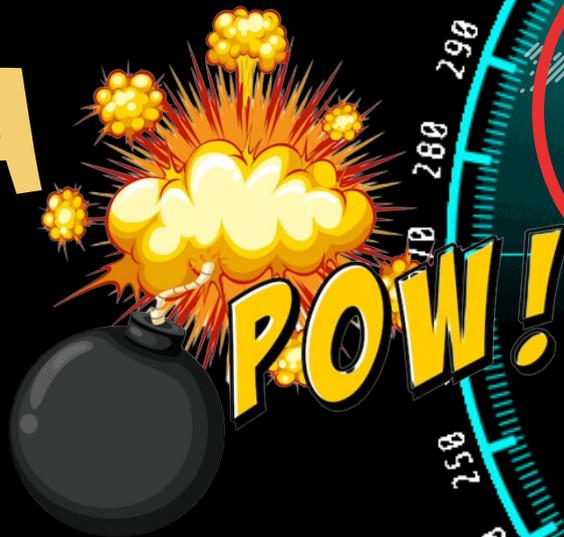
**0** Boom!!!



# UNIDADES DIDÁCTICAS

## BOMBA

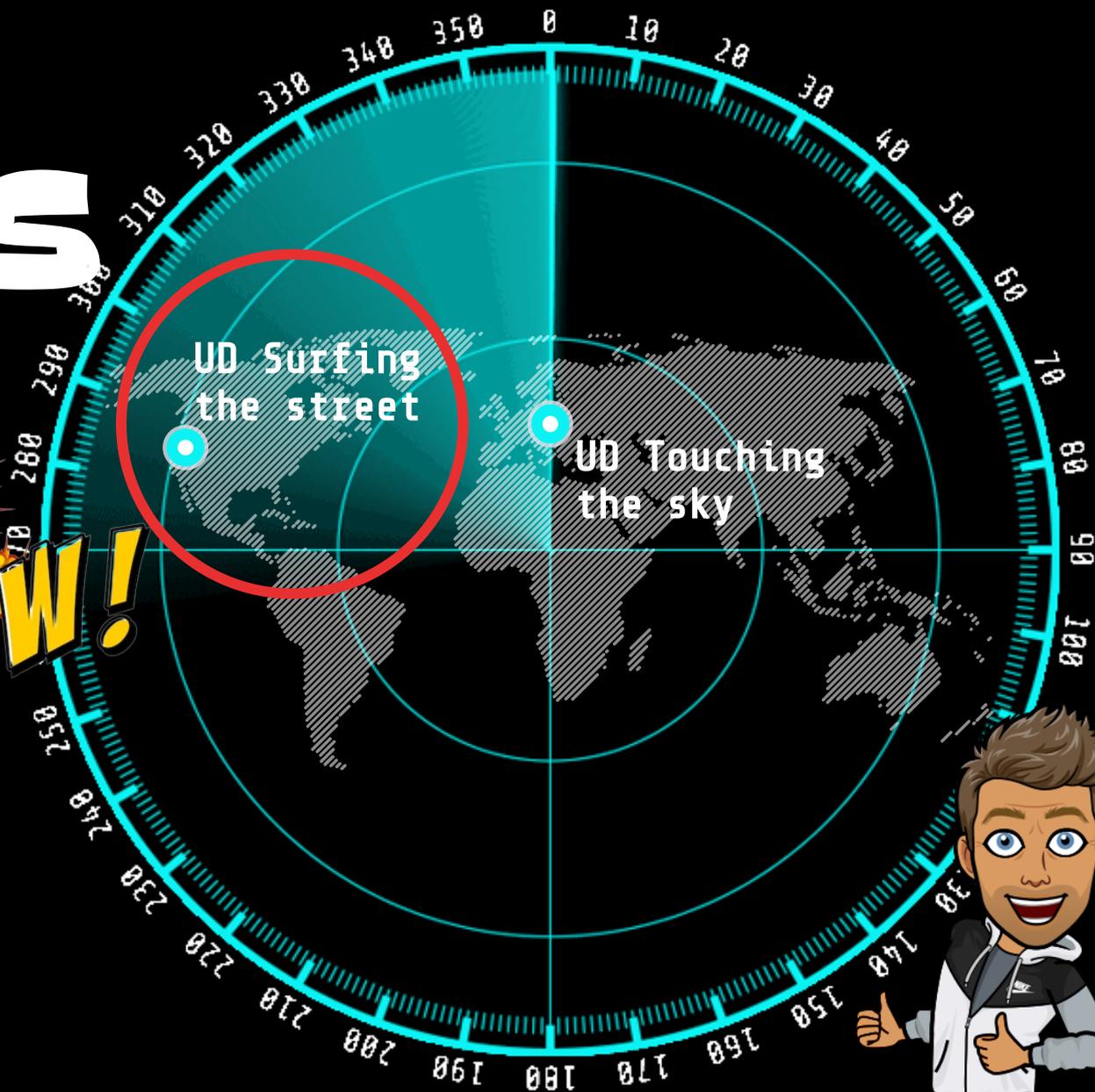
 satorre\_raul



**2** propuestas

**1** materia

**0** Boom



# #SURFING THE STREET

 satorre\_raul



## SAFETY

- Helmet
- Wristbands
- Kneepads & elbow pads
- Comfortable clothes

## MODALITIES

- Skate street
- Ramp skate
- Free-style

## OTHER OPTIONS

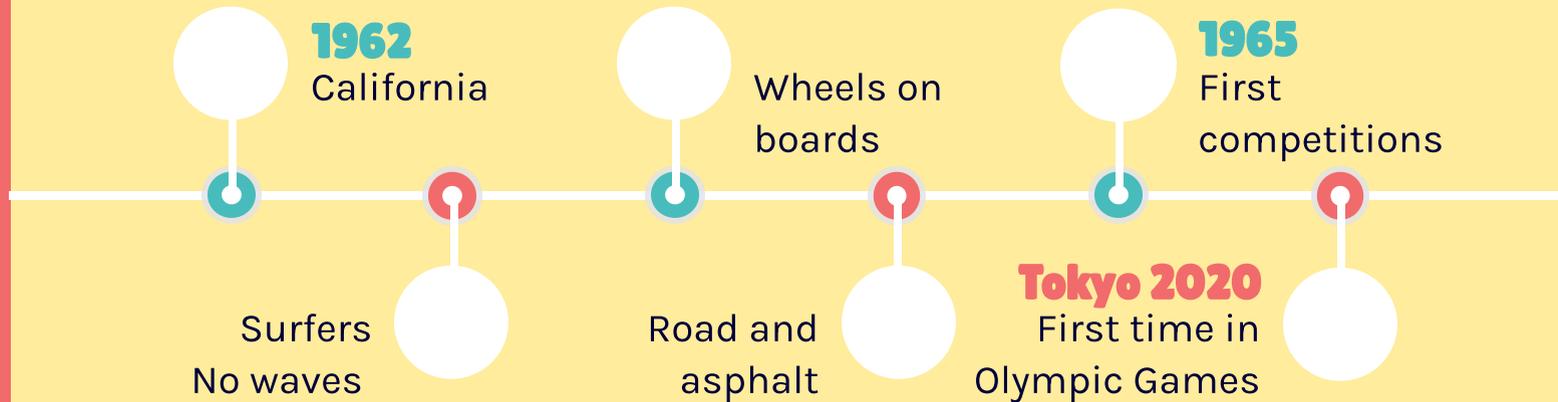
- Bike
- Scooter
- Wheel chair



## BASIC POSITION

- Dominant foot in front
- Body weight on dominant foot
- Semi-flexed legs
- Look ahead

## HISTORY





# PUZZLE DIDÁCTICO

 satorre\_raul



## 10 SESIONES

- 01. + "Life on Wheels"
- 02. + "Safety is first"
- 03. + "Push and Slide"
- 04. + "Turning and braking"
- 05. + "Obstacle Course"

06. + "Key Competencies circuit"

07. + "Surfing my Street"

08. + "Designing my Street"

09. + "Show everyone"

10. + "Surf the School"

## SITUACIÓN DE APRENDIZAJE



"AF a la vuelta de la esquina"  
 Actividades físico-deportivas motivantes y actuales que se pueden desarrollar en el entorno cercano. Planteamiento de tareas activas y competenciales que otorgan autonomía para aplicarlas en su contexto real. Vinculación con otras unidades y materias



## DUA



**COMPROMISO**  
 Portfolio, retos por nivel  
**RESPRESENTACIÓN**  
 Interconexión UD/materias  
**EXPRESIÓN Y ACCIÓN**  
 Recursos apoyo/ampliación



## ODS



- 3. Salud y Bienestar
- 4. Educación de Calidad
- 11. Ciudades y Comunidades Sostenibles

## INTRA INTER DISCIPLINARIEDAD



### UNIDADES DIDÁCTICAS

- 3. Corre, chic@, corre
- 4. Touching the Sky
- 5. Street Games

### OTRAS MATERIAS

Geografía e Historia  
 Biología y Geología  
 PLE Inglés

### PROYECTO

Descobrint el Comptat



## METODOLOGÍA



Asignación de tareas  
 Resolución de problemas  
 Aprendizaje cooperativo  
 Clase invertida  
 Ambientes de aprendizaje



## RECURSOS DIDÁCTICOS



Pistas polideportivas. instalaciones exteriores, material de balizado variado dados, cuerdas, aros, material deslizamiento y seguridad alumnado/centro  
 Altavoz USB, proyector

# SESIÓN 6- KEY COMPETENCIES CIRCUIT

## SURFING THE STREET

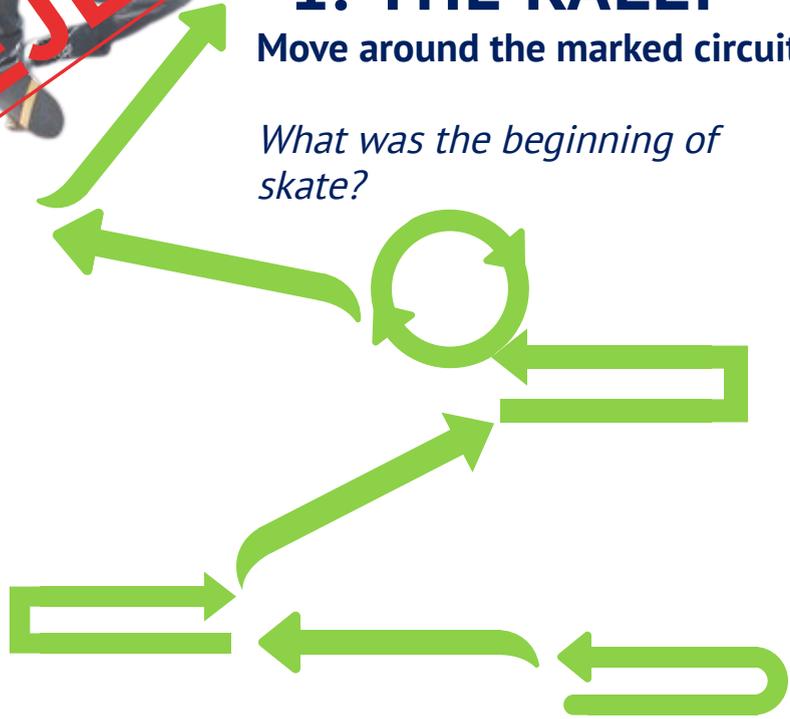
 satorre\_raul



### 1. THE RALLY

Move around the marked circuit

*What was the beginning of skate?*



### 2. THE BRAKE

Stop at every signal

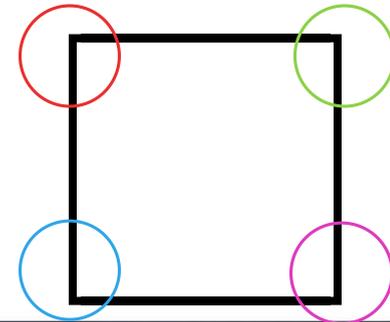
*Write 2 modalities of skateboarding*



### 3. THE FOUR CORNERS

Go to the corner that corresponds to the instruction

*Where do you have to look at while skating?*



### 4. THE NUMBERS

Turn right, left, forward or backward as directed



*Write 3 important aspects about skateboarding safety*

### 5. THE OBSTACLES

Do the obstacle course following the guidelines



*Where should you place your dominant foot?*



# PUZZLE CURRICULAR

 satorre\_raul

## A) SABERES BÁSICOS

Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

- Gestión emocional

Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con las otras personas

- Los parques y espacios públicos como espacios para la práctica deportiva y ejercicio físico

## C) COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

C. específica 4 (CMCT, CD, CPSAA, CC, CE). Interaccionar de manera sostenible con el patrimonio natural y cultural mediante actividades físicas y artístico-expresivas.

C. específica 5 (CP, CD, CPSAA, CE). Seleccionar y hacer un uso crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación como facilitadoras de la actividad física y de una vida activa y saludable.

## B) CRITERIOS DE EVALUACIÓN

4.3. Descubrir y participar activamente en las actividades artístico-expresivas del entorno natural rural, de nuestra costa y urbano, y valorar la diversidad personal y cultural.

5.3. Producir contenidos relacionados con la actividad física y la salud en diferentes formatos digitales, integrando la información de manera crítica y participando colaborativamente en los escenarios de comunicación y aprendizaje.

## D) PERFIL DE SALIDA (descriptores)

CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.

CCECI. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.

CPSAAS. Planea objetivos a medio plazo y desarrolla procesos metacognitivos de retroalimentación para aprender de sus errores en el proceso de construcción del conocimiento.

# UNIDADES DIDÁCTICAS

## BOMBA

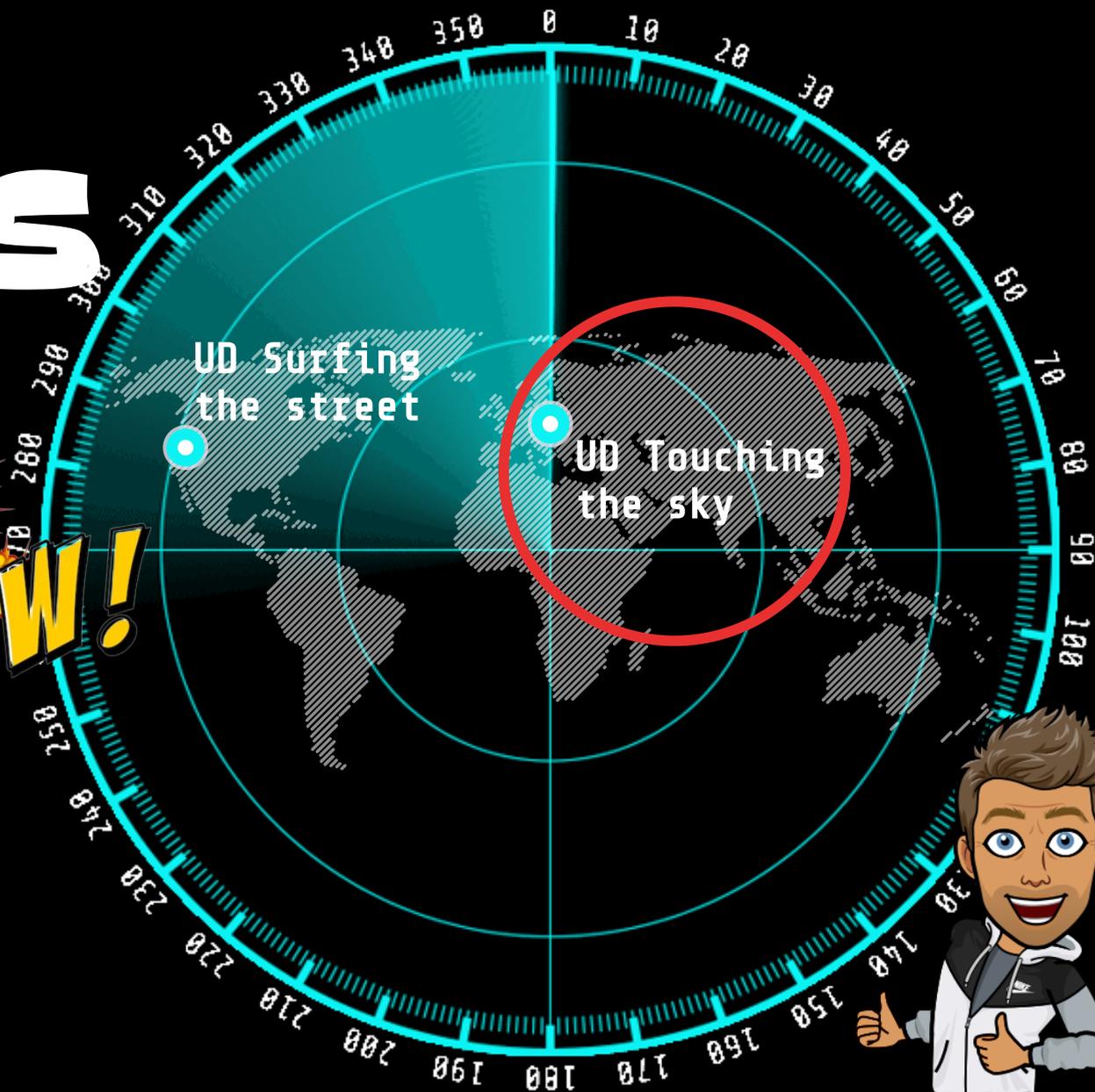
 satorre\_raul



**2** propuestas

**1** materia

**0** Boom



# Escalada

# #touching the sky

## Técnica

El PESO del cuerpo lo deben soportar principalmente los pies.  
La FUERZA se incrementa si se utilizan pasos demasiado largos y posiciones de elongación.  
Los AGARRES dependen de tamaño, forma y solidez.  
El CENTRO DE GRAVEDAD debe mantenerse sobre la superficie de apoyo (ley 3 puntos de apoyo).

## Material

Calzado ajustado  
Arnés.  
Cuerda.  
Casco.  
Mosquetones.  
Grigri.

## Deportes aventura

"Deporte basado en la utilización de diferentes técnicas para ASCENDER montañas, rocódromos, paredes, etc."

## ¿En qué consiste?

Contacto con la NATURALEZA.  
Búsqueda del placer y de nuevas SENSACIONES.



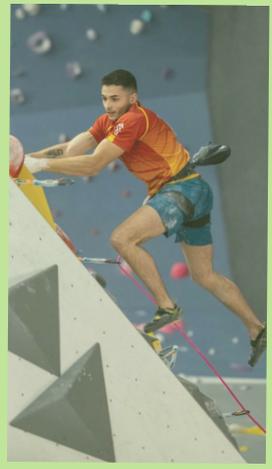
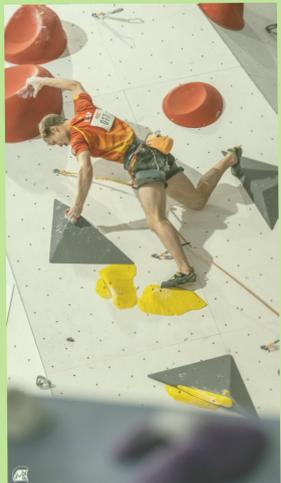
Estudia el RECORRIDO, el TIEMPO que emplearás, INFORMANDO a familiares y/o amigos.  
Infórmate de las CONDICIONES METEOROLÓGICAS.  
Utiliza ROPA y CALZADO adecuado.  
Trata de EVITAR ir sol@ durante largos periodos de tiempo.

## Prevención

Procedimientos que evitan y/o minimizan los efectos del ACCIDENTE y que realizará normalmente algún profesional de la medicina, pero sobre los que todos debemos tener unas nociones básicas (PAS).

## 1º auxilios

¿Está CONSCIENTE?  
¿RESPIRA?  
¿Tiene HEMORRAGIAS?





# PUZZLE DIDÁCTICO

 satorre\_raul



## 10 SESIONES

- 01. + "Vida vertical"
- 02. + "#cursoescalada 1"
- 03. + "#cursoescalada 2"
- 04. + "#cursoescalada 3"
- 05. + "1º Expediciones"

06. + "Tecnificación"

07. + "Logística"

08. + "Aclimatación"

09. + "Hacemos cima"

10. + "Touching the Sky"

## SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

"AF a la vuelta de la esquina"  
Actividades físico-deportivas motivantes y actuales que se pueden desarrollar en el entorno cercano. Planteamiento de tareas activas y competenciales que otorgan autonomía para aplicarlas en su contexto real. Vinculación con otras unidades y materias

## DUA

**COMPROMISO**  
Rúbricas conocidas, autoevaluación  
**RESPRESENTACIÓN**  
Intra/interdisciplinariedad, variedad información  
**EXPRESIÓN Y ACCIÓN**  
Variedad expresión apdzjes



## ODS

- 3. Salud y Bienestar
- 4. Educación de Calidad
- 10. Reducción de desigualdades

## INTRA INTER DISCIPLINARIEDAD

### UNIDADES DIDÁCTICAS

- 3. Corre, chic@, corre
- 5. Street Games
- 6. Surfing the Street

### OTRAS MATERIAS

Geografía e Historia  
Biología y Geología  
PLE Inglés

### PROYECTO

Descobrint el Comptat



## METODOLOGÍA

Asignación de tareas  
Resolución de problemas  
Creatividad/Sinéctica  
ABR  
Ambientes de aprendizaje



## RECURSOS DIDÁCTICOS

Pabellón cubierto, espalderas, bancos suecos, cuerdas, cordinos, aros, cinta adhesiva de colores, cintas tela colores, conos, colchonetas.  
Altavoz USB, proyector

# TOUCHING THE SKY

## Sesión 5- Primeras expediciones

**EJEMPLO**



1



### Nos ordenamos

Siguiendo las instrucciones del profesor, deberán ir **ordenándose** según se indique: los de mayor **edad** al principio, ordenados de mayor a menor **altura**, por orden **alfabético**, por **talla** de zapatos

2



### Toca con el pie

Trepada en **diagonal** subiendo y bajando para **tocar con el pie los puntos marcados** con cintas o pañuelos.  
**Teoría 3 puntos de apoyo**

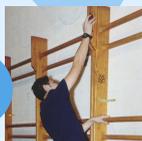
3



### Escalando de la mano

Dos componentes del equipo deben realizar un **recorrido** en la espaldera **cogidos de la mano**. Los compañeros que no escalen **aseguran** a sus compañeros con las técnicas de **seguridad** de escalada en bloque

4



### Consigue marcas

El docente marcará un **itinerario** en el que colocará diferentes marcas de **colores**. El alumnado deberá llegar a **tocar** esas marcas (cintas colores) para que se sume punto al equipo

5



### Visualiza y muévete

**Visualizará el dibujo** durante 30 segundos y deberá **completar el recorrido** sin volver a mirar el dibujo y sin ayuda de sus compañeros

6



### Chicotes y chicotes

Los alumnos intentan **hacer el ocho** y **deshacerlo**, tantas veces como puedan en un **tiempo** establecido  
*Variante: solo un cordino por grupo que va pasando de compañero en compañero*

EXPEDICIÓN  
MONTCABRER

EXPEDICIÓN  
SERRELLA



# PUZZLE CURRICULAR

 satorre\_raul

## A) SABERES BÁSICOS

Bloque 4. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

- Habilidades sociales.

Bloque 6. Interacción eficiente y sostenible con las otras personas

- Organización de actividades inclusivas físico-deportivas y de ocio activo en el medio rural y costero

- Riqueza natural y topográfica

## C) COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

C. específica 4 (CMCT, CD, CPSAA, CC, CE). Interaccionar de manera sostenible con el patrimonio natural y cultural mediante actividades físicas y artístico-expresivas.

C. específica 5 (CP, CD, CPSAA, CE). Seleccionar y hacer un uso crítico y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación como facilitadoras de la actividad física y de una vida activa y saludable

## B) CRITERIOS DE EVALUACIÓN

4.1. Participar de manera activa en la organización y diseño de actividades físico-deportivas inclusivas respetuosas con el medio ambiente, teniendo en cuenta el paisaje y la toponimia del entorno.

4.2. Mejorar mediante la práctica y la relación con entidades del entorno, las técnicas y procedimientos de primeros auxilios, así como los protocolos de seguridad y de autoprotección personal, incluida la RCP.

5.1. Escoger en función de su idoneidad los recursos tecnológicos relacionados con la actividad, el deporte y la salud, evaluando las fuentes de información e innovación.

## D) PERFIL DE SALIDA (descriptores)

STEMS. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente.

CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.

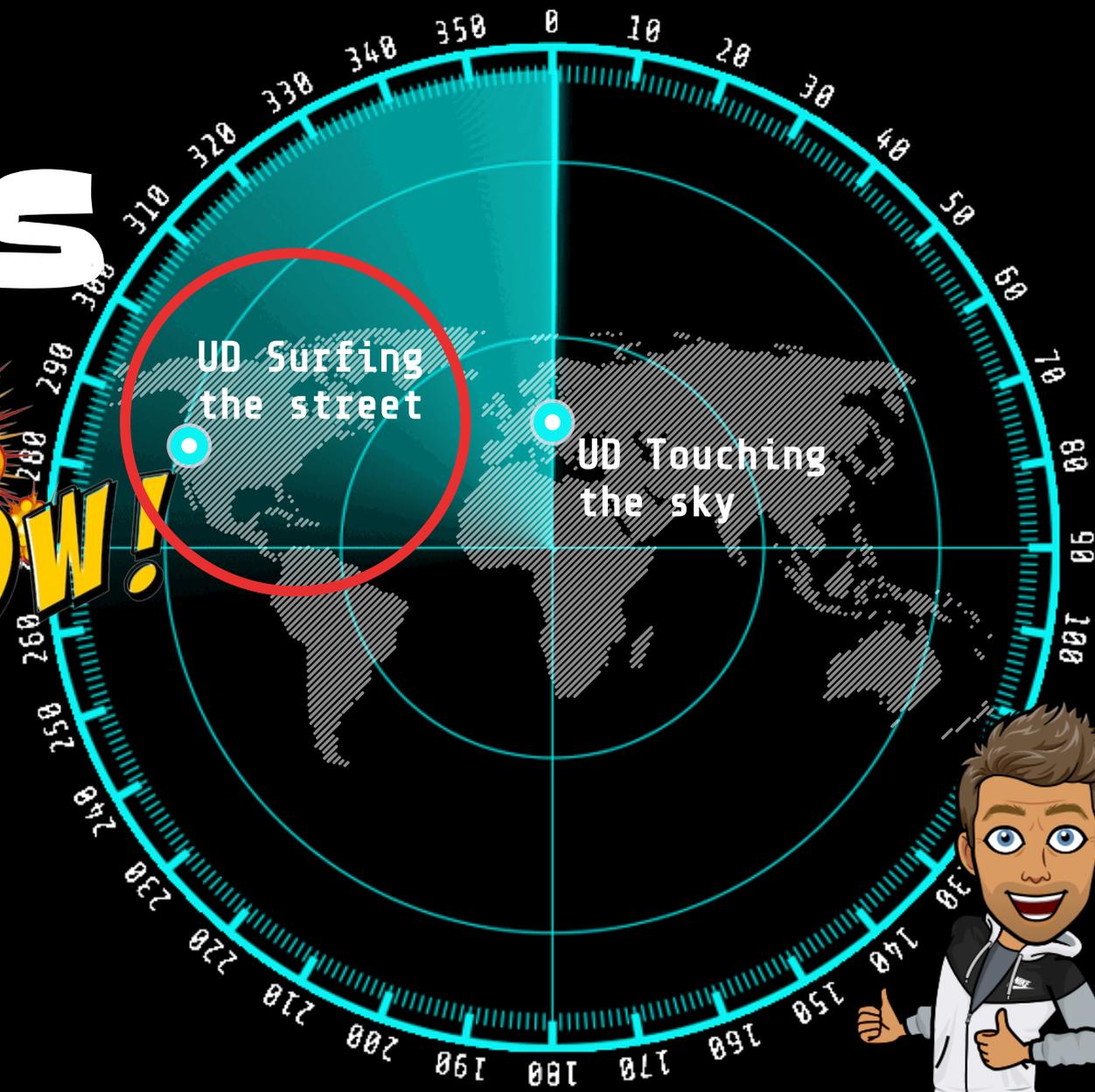
# UNIDADES DIDÁCTICAS

## BOMBA



 satorre\_raul

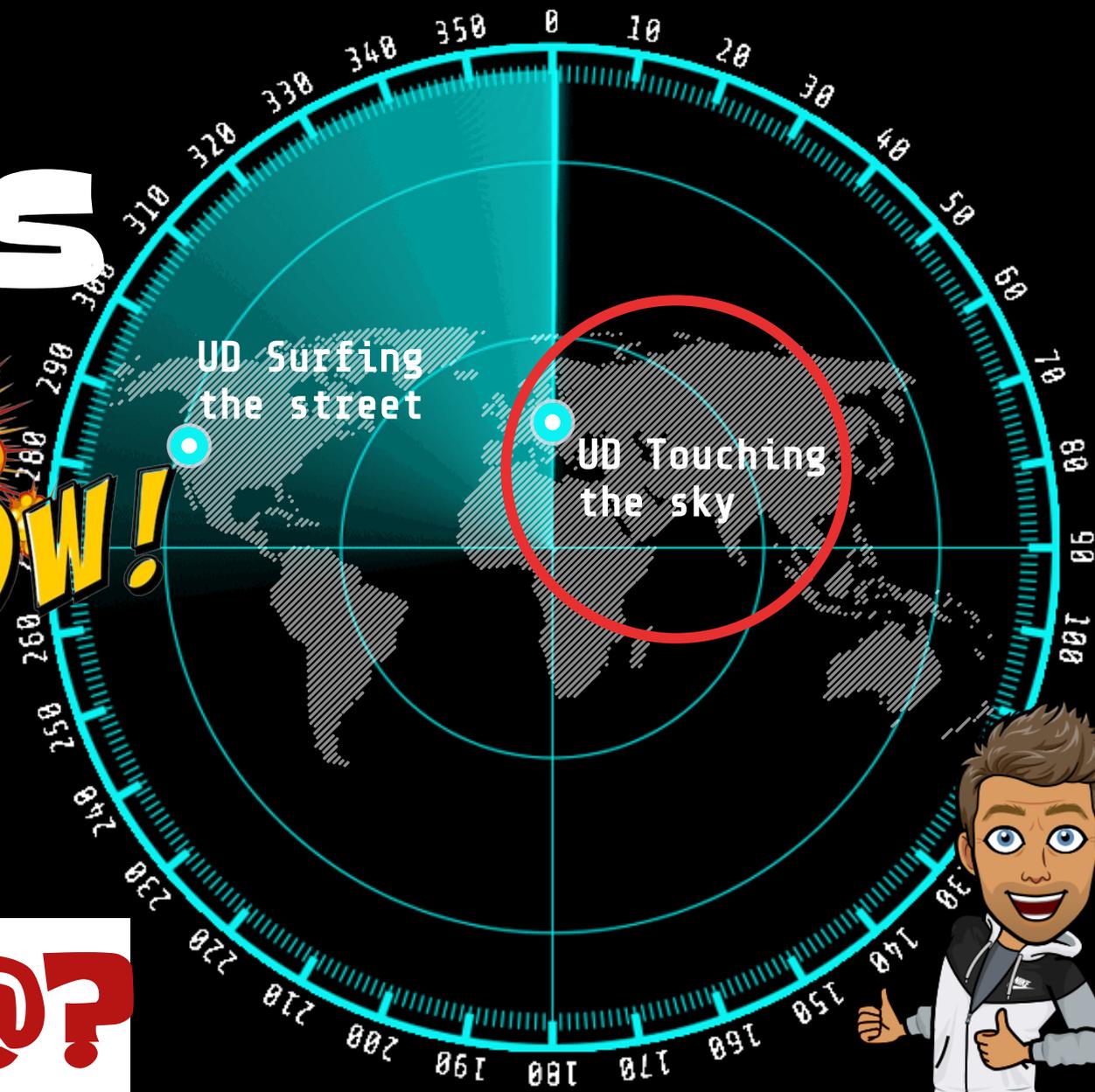
# ARE YOU READY?



# UNIDADES DIDÁCTICAS

## BOMBA

 satorre\_raul



**ESTÁS PREPARAD@?**

