

UNIDADES DIDÁCTICAS

BOMBA

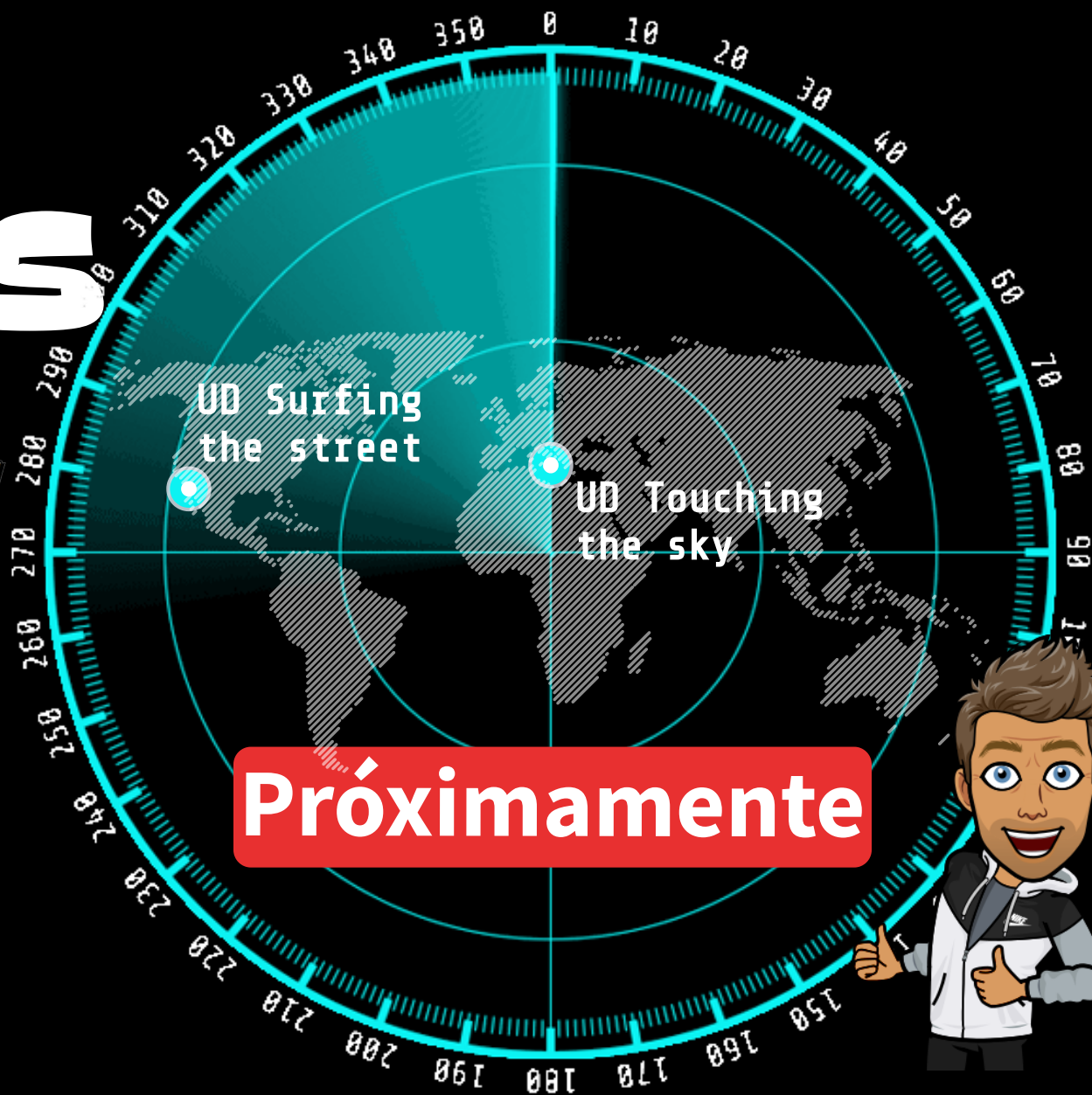
 satorre_raul



2 propuestas

1 materia

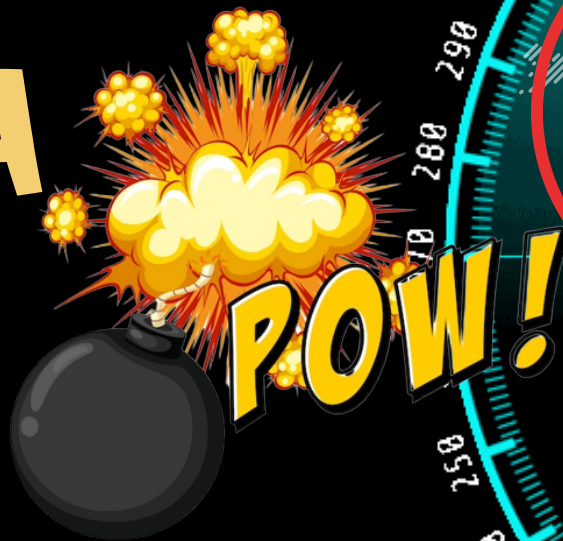
0 Boom!!!



UNIDADES DIDÁCTICAS

BOMBA

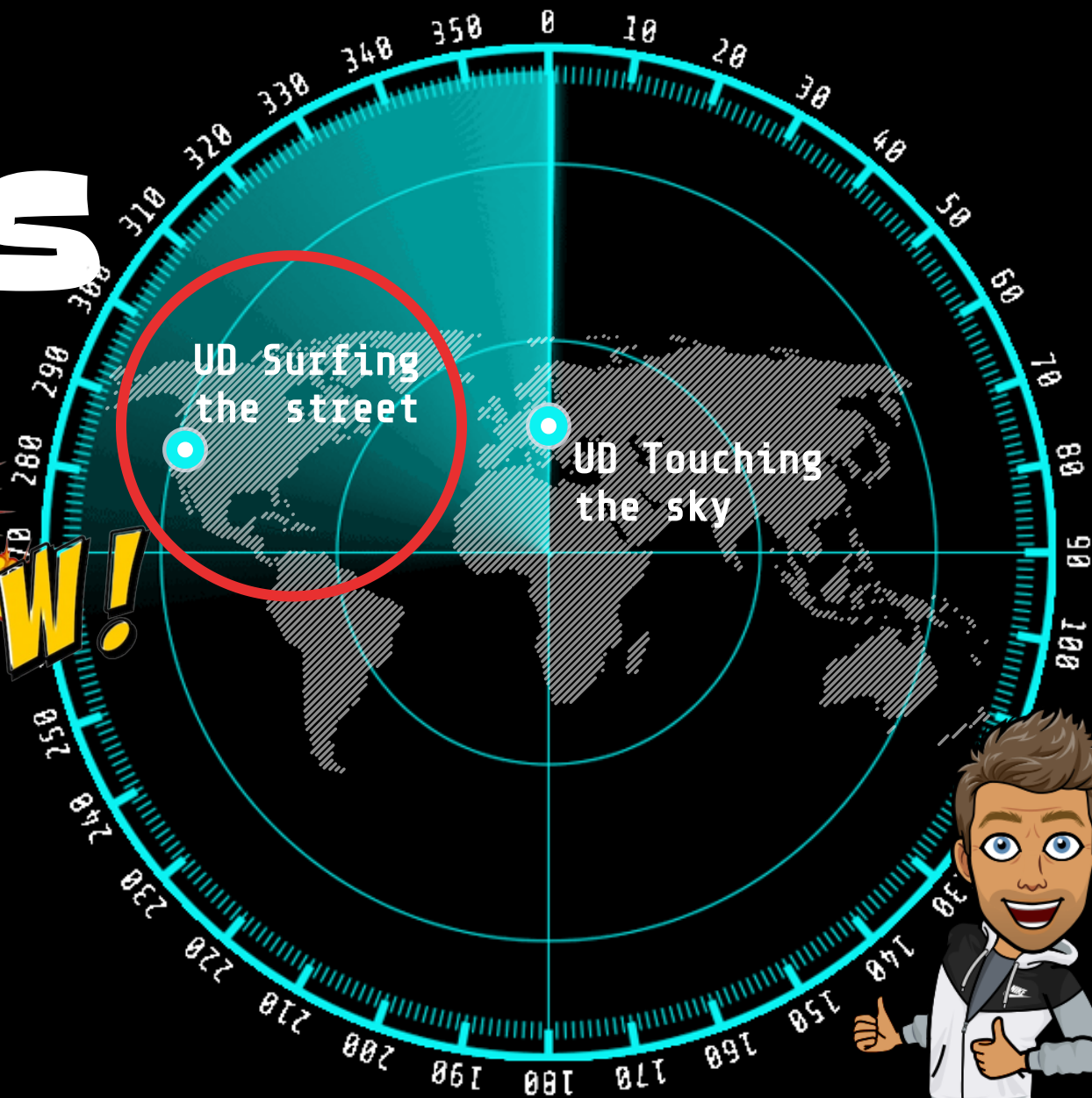
 satorre_raul



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

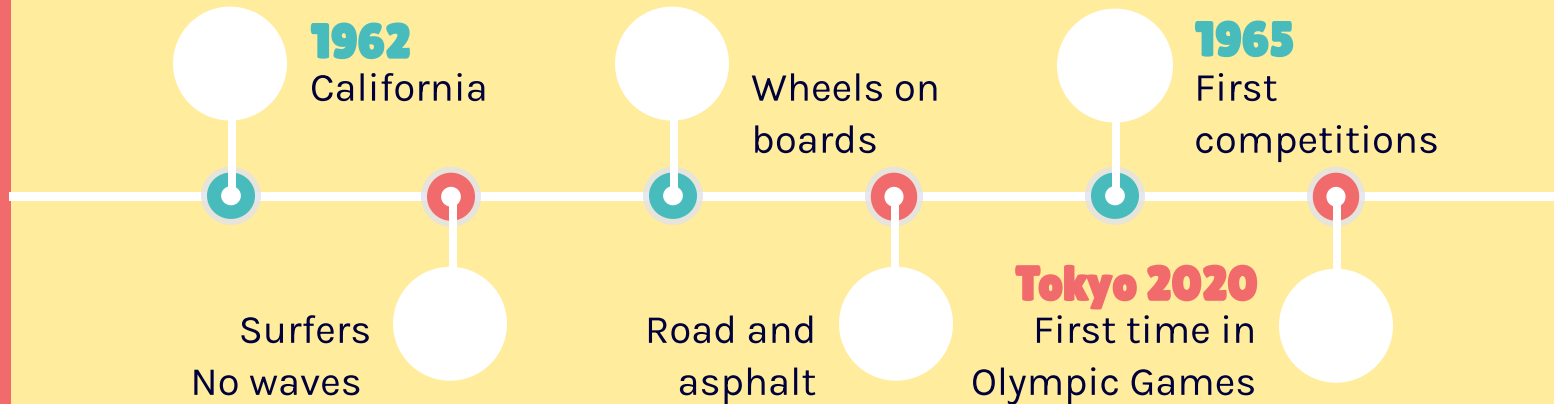
- Bike
- Scooter
- Wheel chair

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
UDs/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

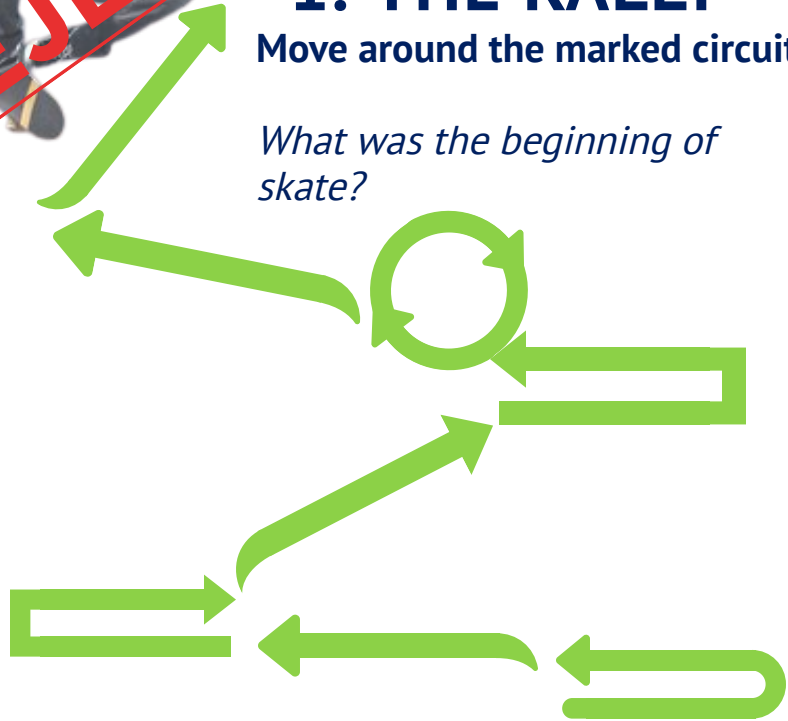
 satorre_raul



1. THE RALLY

Move around the marked circuit

What was the beginning of skate?



2. THE BRAKE

Stop at every signal

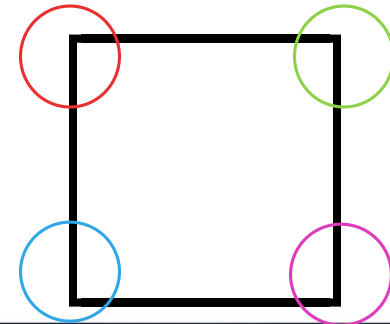
Write 2 modalities of skateboarding



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

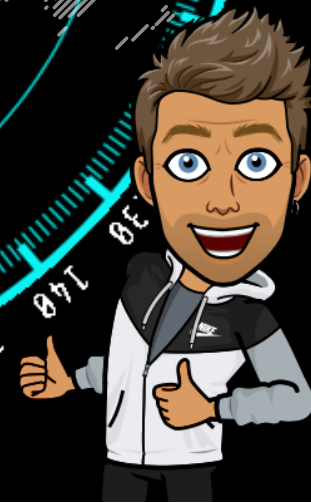
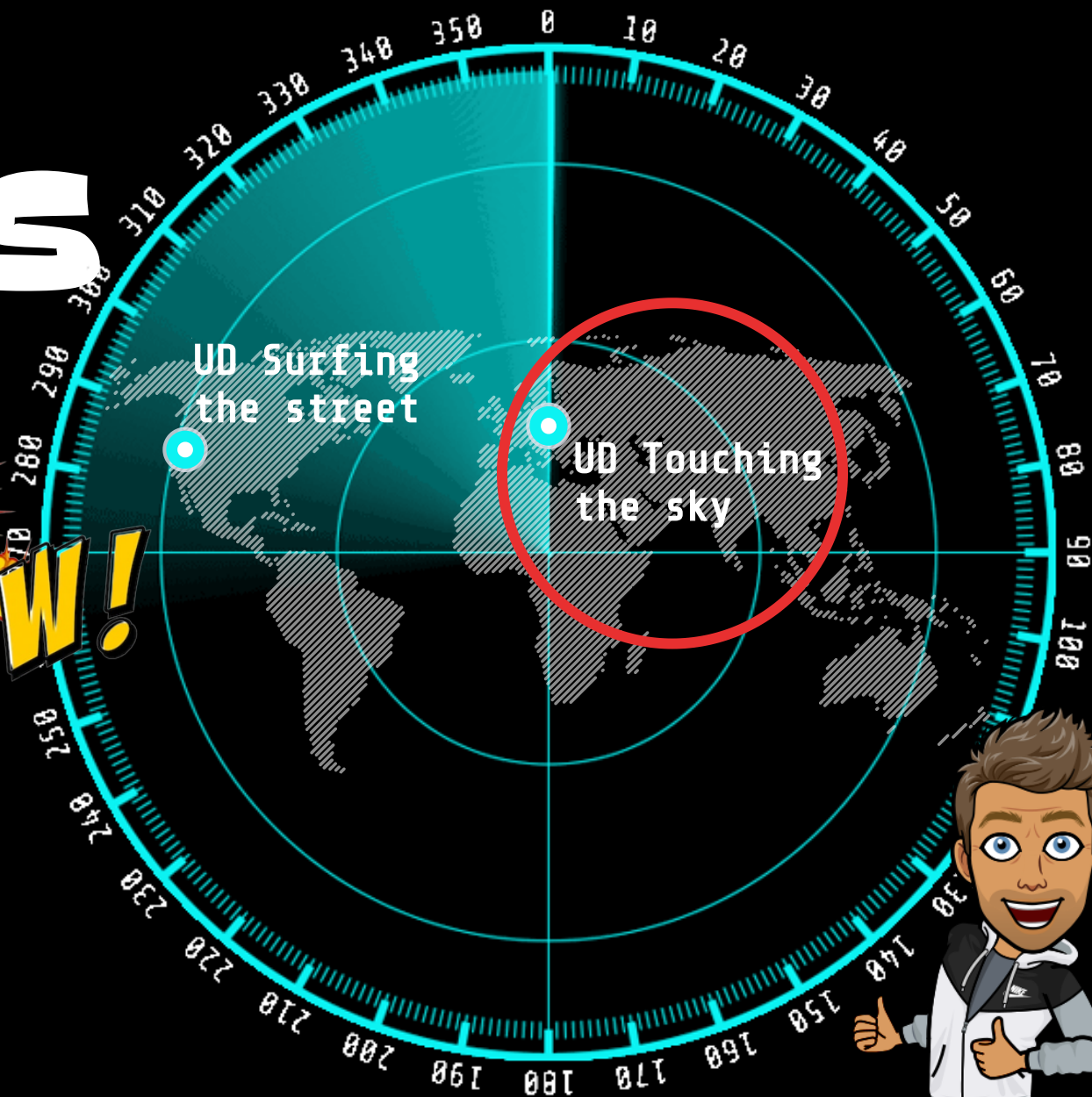
 satorre_raul



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.



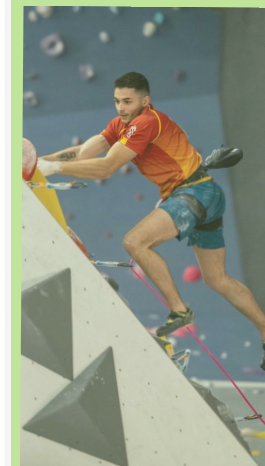
Estudia el RECORRIDO, el TIEMPO que emplearás, INFORMANDO a familiares y/o amigos.
 Infórmate de las CONDICIONES METEOROLÓGICAS.
 Utiliza ROPA y CALZADO adecuado.
 Trata de EVITAR ir sol@ durante largos periodos de tiempo.

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



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

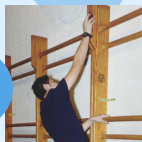
3



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 sobre 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.

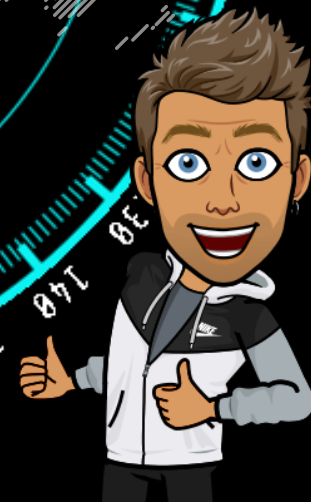
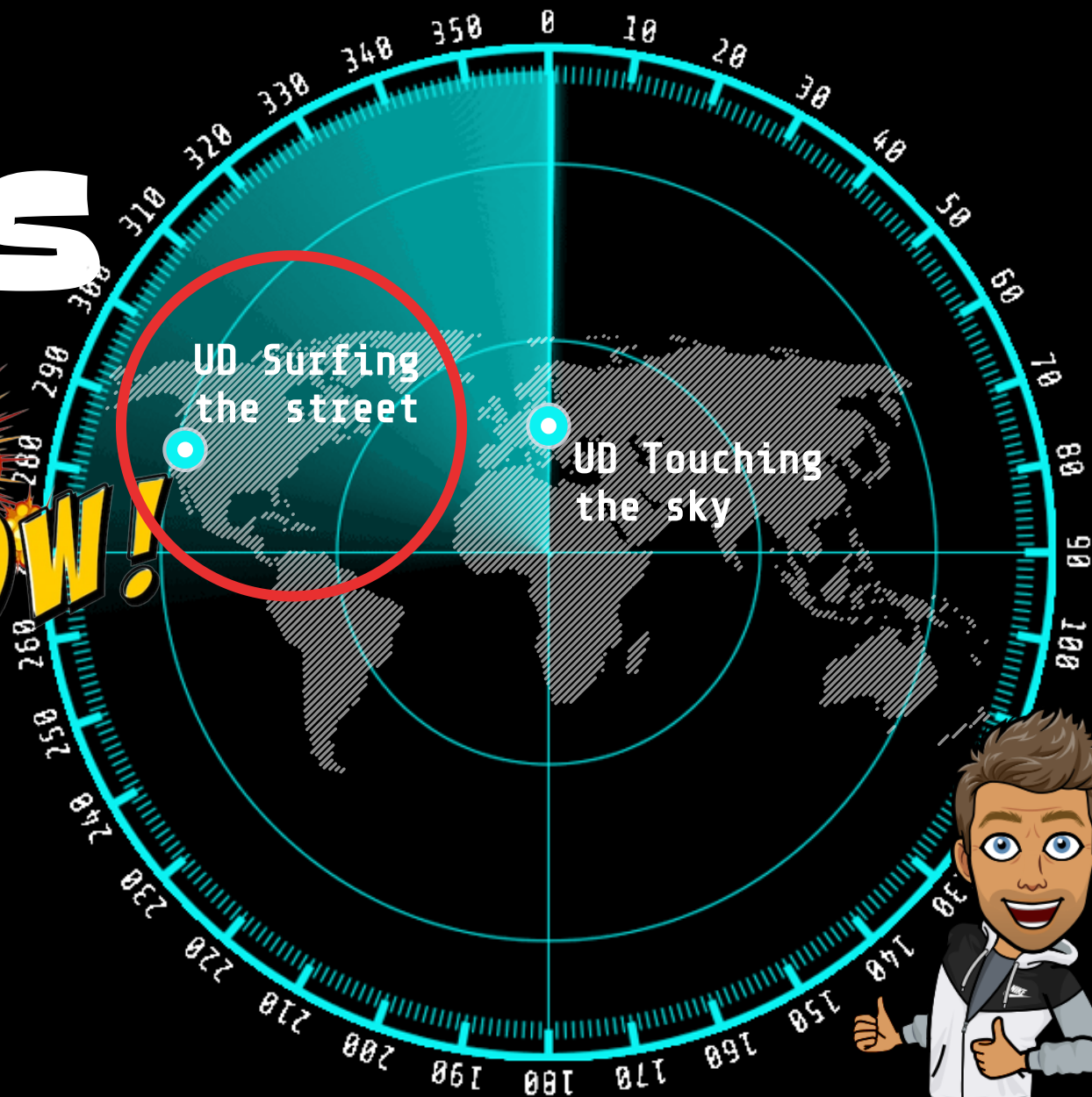
UNIDADES DIDÁCTICAS

BOMBA



 satorre_raul

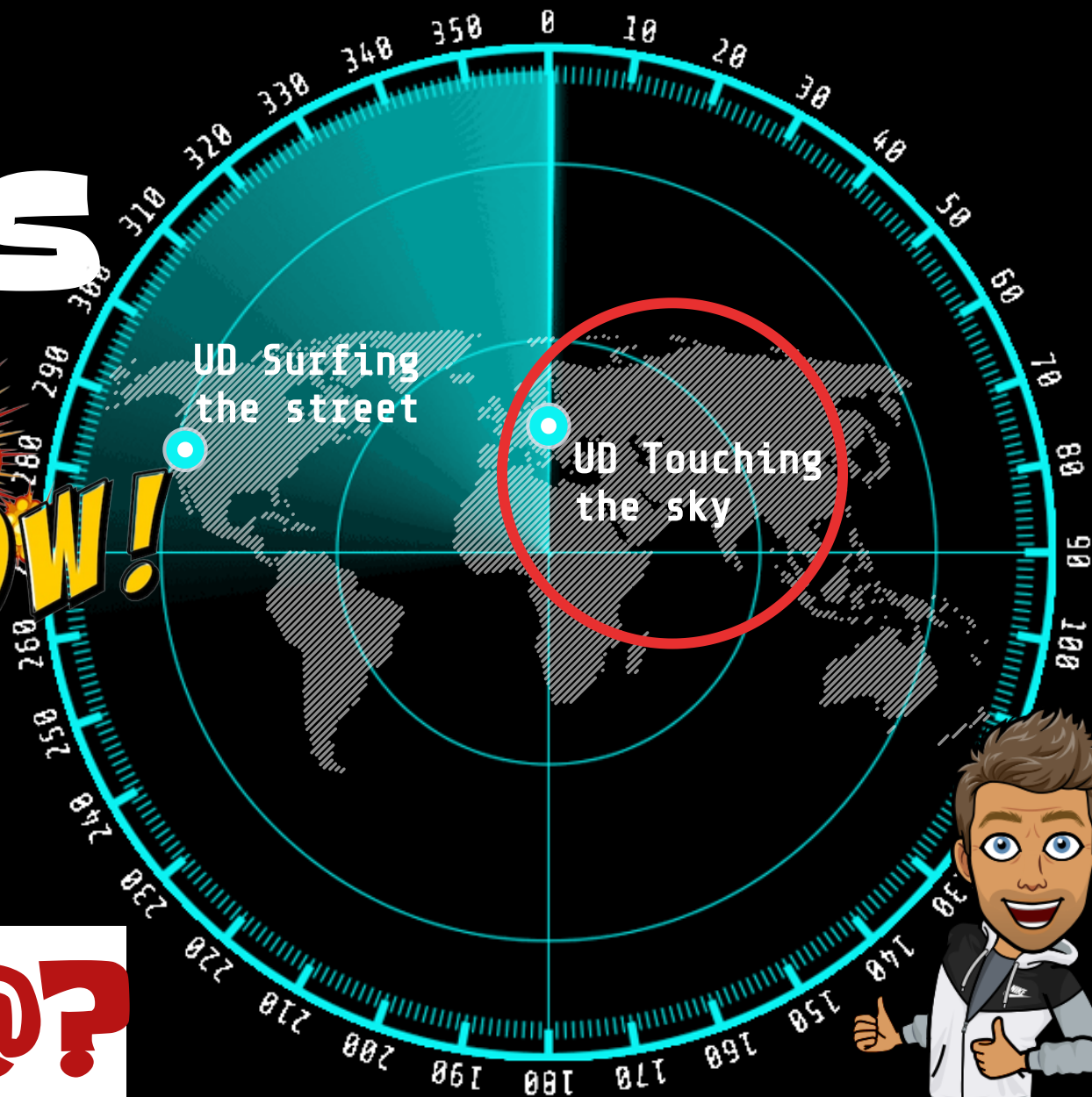
ARE YOU READY?



UNIDADES DIDÁCTICAS

BOMBA

 satorre_raul



ESTÁS PREPARAD@?

