

U. D. : "Nos divertimos con nuestros POI-POI"

2º Ciclo

Introducción

Esta unidad didáctica se desarrolla en 5 sesiones de trabajo dentro de los bloques de contenido: "Los juegos" y "El cuerpo: habilidades y destrezas".

Objetivos didácticos

Los objetivos didácticos de la U.D, son los siguientes:

- Aprender a construir poi-poi utilizando materiales cotidianos y de reciclaje.
- Realizar ejercicios especializados de agilidad de forma progresiva.
- Conocer las características y posibilidades didácticas de los poi-poi como juego malabar.
- Identificar los mecanismos de percepción, decisión, ejecución y control de movimiento así como las cualidades físicas básicas y coordinativas implicadas en las actividades de malabares para su mejora.
- Adaptar a cada situación concreta las acciones físicas aplicando de forma autónoma las habilidades adquiridas.
- Diseñar y realizar una composición coreográfica utilizando los malabares aprendidos y practicados.
- Respetar las normas de seguridad establecidas como elemento importante en la salud y en la integridad propia y ajena.

- Valorar la importancia de la cooperación, confianza en los compañeros, superación de miedos y una realización práctica con seguridad.

Contenidos

Los contenidos para esta unidad didáctica son:

CONCEPTOS

- Coordinación y equilibrio y sus manifestaciones.
- Agilidad y su manifestación.
- Cualidades motrices específicas.
- Relación entre cualidades motrices y salud.
- Elementos de percepción, decisión y ejecución en los malabares.
- Los “poi-poi”.
- La música y su relación con los malabares.

PROCEDIMIENTOS

- Realización de ejercicios y actividades específicas de agilidad.
- Coordinación dinámica específica global.
- Habilidades específicas.
- Diseño de composiciones de coordinación, equilibrio y agilidad creativas.

ACTITUDES

- Respeto hacia los diferentes niveles de agilidad, coordinación y equilibrio.
- Deseo de superación.
- Respeto hacia las normas establecidas.

Temas transversales e interdisciplinaridad

Al hablar de contenidos, debemos hacer especial mención a los temas transversales. Más concretamente desde esta unidad didáctica haremos especial hincapié en los siguientes:

- Educación para la salud. Los beneficios psicofísicos que produce la actividad física que inciden en la mejora del sistema nervioso.
- Educación moral y cívica. Es la base y el punto de referencia en torno al que giran todos los temas transversales, en cada sesión seguro que se presentarán situaciones en las que podremos aplicar este tipo de tema (p.e. conflicto en un juego ante una norma).
- En esta misma línea se tratarán los contenidos referidos a la educación para la vida en sociedad y para la convivencia, haciendo reflexionar a los alumnos sobre la importancia de respetar a los demás como elemento indispensable para vivir en nuestra sociedad.
- Educación para la paz. Es por tanto fundamental, el fomento de valores de solidaridad, cooperación, trabajo en equipo y el respeto a las diferencias individuales.
- Educación ambiental. Se fomentarán actitudes de cuidado, protección y respeto por el medio natural; en este caso a través de la construcción de materiales alternativos como son las cariocas.
- Educación para la igualdad de oportunidades. Perseguirá eliminar cualquier tipo de discriminación o intolerancia por razones de sexo, raza, habilidades,... tendremos muy en cuenta en todas y cada una de nuestras sesiones que se debe trabajar la *COEDUCACIÓN*. Los grupos serán mixtos.

- Educación sexual. En la línea del anterior tema aceptar y comprender las diferencias, rechazando conductas sexistas
- Educación del consumidor. Crítica los hábitos de la sociedad de consumo en el mundo de las actividades físico-deportivas, demostrando la posibilidad de realizar actividades lejos del consumismo.

Interdisciplinariedad, Más concretamente en la presente unidad trabajaremos contenidos pertenecientes a otras áreas:

<i>Interdisciplinariedad</i>
Educación Artística: Fabricación de los poi-pois con distintos materiales de la vida cotidiana.
Lengua Castellana: La comunicación.
Música: Música popular urbana.

Actividades y metodología

La presente unidad didáctica se desarrollará en 5 sesiones. Todas las sesiones se dividirán en tres partes: parte inicial, parte principal y vuelta a la calma.

En cuanto a la metodología seguiremos lo que para la administración educativa se trata, es decir una serie de pautas orientativas que guíen la actuación del profesorado en los procesos de enseñanza del área y favorezcan, paralelamente, los procesos de aprendizaje del alumnado. En este sentido en la presente unidad didáctica tendremos que:

- Partir de los conocimientos previos del alumnado
- Facilitar la construcción de aprendizajes significativos (Ausubel, 1983).
- Proponer actividades que despierten el interés del alumnado, siempre y cuando se ajuste a las posibilidades de realización por parte de éstos. Motivar al alumno.
- Favorecer la comunicación interpersonal
- Tener en cuenta el nivel de desarrollo evolutivo del alumnado.
- El desarrollo de habilidades y destrezas ha de partir de aquellas consideradas como básicas y atender al logro de habilidades específicas. Transferencias.
- El desarrollo evolutivo (anatómico y fisiológico) del alumnado, debe tenerse en cuenta para establecer una adecuada progresión en las actividades propuestas.
- En todo momento, deberá garantizarse la seguridad del alumnado.
- Plantear situaciones de carácter individual
- La comunicación es un pilar básico que favorece el desarrollo socioafectivo,

- La retroalimentación permite al alumnado adaptar sus normas y objetivos para continuar avanzando en su proceso de aprendizaje
- Eliminación de estereotipos, potenciando la igualdad de roles y la participación en grupos mixtos.

Sesiones

Primera sesión

1º) Construcción :

Material : 2 poi-poi
1 panty o 2 medias
10 globos
Bolsas de plástico
Arroz
Cello
Un vaso de plástico (medida)

2º) Explicación de la construcción de un poi-poi:

Paso 1.- Cogemos el arroz y lo metemos en el vaso de plástico.

Paso 2.- Echamos el arroz en la bolsa de plástico, en una de sus esquinas.

Paso 3.- Cortamos la esquina (no al borde).

Paso 4.- Con el cello cerramos la parte cortada y hacemos una especie de bola.

Paso 5.- Cogemos un globo, le cortamos el cuello e introducimos en él la bola anterior, rellena de arroz.

Paso 6.- Hacemos lo mismo dos veces más.

Paso 7.- Cogemos una pierna del panty o una media e introducimos la bola.

Paso 8.- Se repite el proceso para construir el segundo poi-poi.

Segunda sesión

Parte inicial

Tula: Con un poi-poi cada alumno, giros hacia delante con la mano derecha. La para uno que tiene que dar a los demás. Cuando dé a uno, cambio de rol. Idem con la mano izquierda.

Parte principal

Progresión:

- Giros simultáneos adelante con los dos poi-poi.
- Giros simultáneos hacia atrás con los dos poi-poi.
- Giros alternativos adelante con los dos poi-poi.
- Giros alternativos hacia atrás con los dos poi-poi.

Vuelta a la calma

Lanzamiento de poi-poi al compañero:

Colocados por parejas a cierta distancia, con un poi-poi por pareja. Uno lanza, tras varios giros, y el compañero recibe para, a su vez, convertirse en lanzador. Posteriormente, con un poi-poi cada uno, lanzamientos y recepciones simultáneas.

Tercera sesión

Parte inicial

Tula helicóptero: Cada alumno con un poi-poi haciendo giros horizontales por encima de la cabeza. La para uno que tiene que dar a los demás. Cuando dé a uno, cambio de rol.

Parte principal

Relevos: Grupos de 4 o 5 alumnos.

- Zig-zag entre conos o aros haciendo cada relevo un giro diferente:
 - Con dos poi-poi: giros hacia delante.
 - Con dos poi-poi: giros hacia atrás.
 - Con dos poi-poi: cruzados por delante.
 - Con dos poi-poi: “helicóptero” y “noria”.

Vuelta a la calma

Poi-poi gol: Girando un poi-poi con la mano dominante, dar a un balón, globo o similar para meter gol entre dos conos.

Cuarta sesión

Parte inicial

Tula con poi-poi: Cada alumno con dos poi-pois se desplazará girándolos en sentido vertical (hacia delante o hacia atrás). El que la para, sin poi-pois, tratará de pillar a un compañero y éste le entregará los suyos y cambiarán de rol.

Parte principal

Progresión:

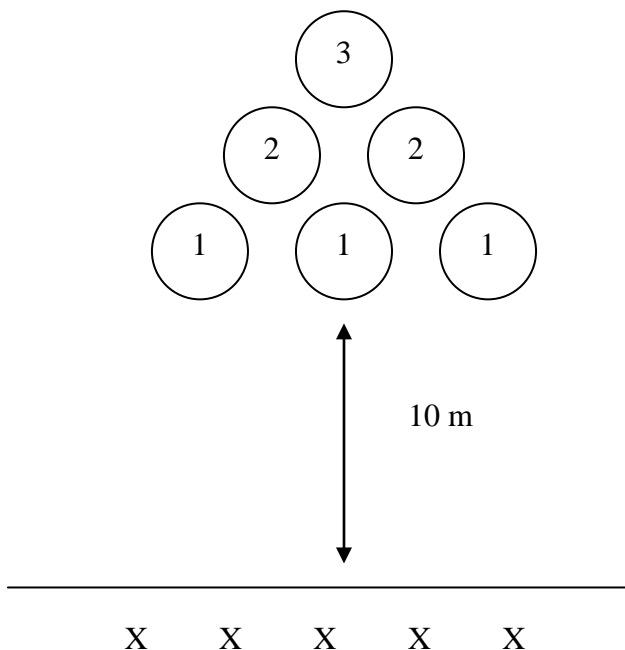
- Giros simultáneos: un poi-poi hacia delante y el otro hacia atrás. Y viceversa.

Flowers:

- Giros de muñeca hacia delante, girando a la vez los brazos hacia delante.
- Giros de muñeca hacia atrás, girando a la vez los brazos hacia atrás.

Vuelta a la calma

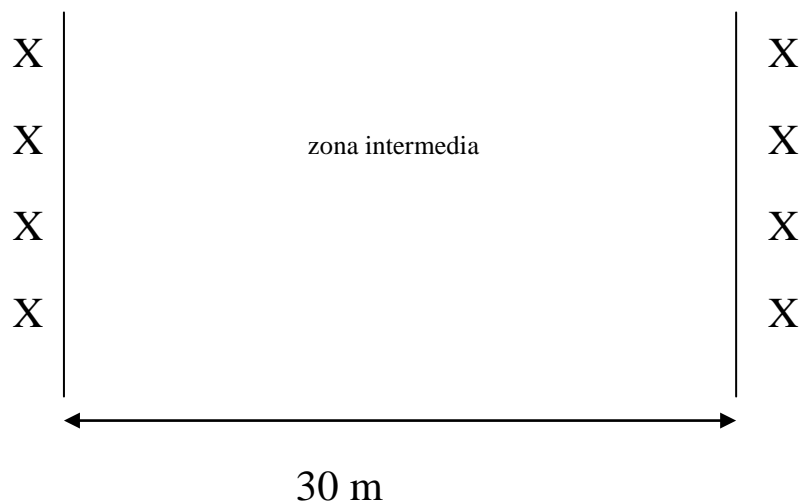
Lanzamiento de precisión: Colocamos 6 aros en el suelo formando un triángulo. Los alumnos se colocarán a unos 10 m de distancia e intentarán, mediante el lanzamiento de sus poi-pois, introducirlos dentro de los aros, consiguiendo una puntuación que sería la siguiente: 1 punto, si los introducen en los 3 aros que forman la base del triángulo, 2 puntos, si se introducen en los 2 aros siguientes, y 3 puntos, si se introducen en el aro más lejano.



Quinta sesión

Parte inicial

Bombardeo: Clase distribuida en dos grupos separados entre sí unos 30 m. El objetivo del juego es lanzar los poi-pois al campo contrario, consiguiendo un punto por cada uno. Sólo se puede lanzar desde nuestro propio campo. A la zona intermedia se puede entrar a recoger poi-pois, pero no a lanzarlos. Daremos un tiempo de dos minutos y contabilizaremos los puntos conseguidos. Lo repetiremos un máximo de tres veces.



Parte principal

Coreografía: Propondremos a los alumnos elaborar una coreografía partiendo de una música seleccionada por el profesor. Distribuiremos a los alumnos en grupos de cuatro, dividiendo los dos grupos del juego anterior.

Vuelta a la calma

Realización ante el resto de compañeros de la coreografía inventada por cada grupo.

Evaluación

La administración educativa, prescribe que la evaluación en la educación secundaria obligatoria ha de ser criterial. Estos criterios expresan el grado de desarrollo de las capacidades expresadas en los objetivos. En el currículo se presentan grandes ámbitos de capacidades con una formulación genérica, aunque también se establecen una propuesta de adaptación; presentamos los criterios de la presente unidad:

- Elaborar dos cariocas.
- Realizar 5 movimientos malabares con cariocas.
- Diseñar una coreografía grupal creativa.
- Ejecutar una coreografía grupal.
- Valorar críticamente las coreografías en función de los parámetros dados.

En cuanto a los instrumentos de evaluación:

- Registros anecdóticos (diario profesor).
- Presentación coreografía grupal con base musical.
- Escala de valoración.

Instrumento evaluación. Escala valoración.

CRITERIO	1	2	3	4
	<i>NADA NI CON AYUDA</i>	<i>POCO CON AYUDA</i>	<i>BASTANTE CON ALGO DE AYUDA</i>	<i>TODO SIN AYUDA</i>
Elaborar dos cariocas.				
Realizar 5 movimientos malabares con cariocas.				
Diseñar una coreografía grupal creativa.				
Ejecutar una coreografía grupal.				
Valorar críticamente las coreografías en función de los parámetros dados.				