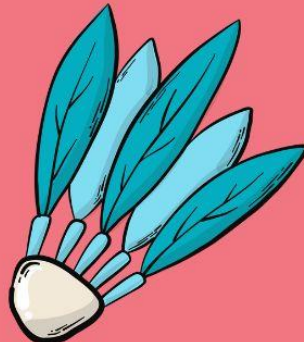
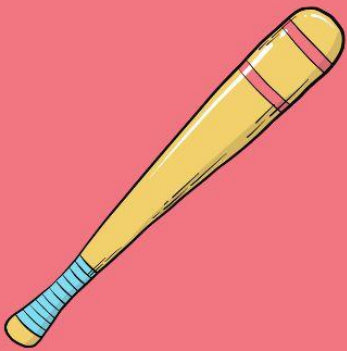




# E-DIXITALIZACIÓN

# FÍSICA

Paula Álvarez Lavandeira  
Educación Física 6º E.P.



## Índice

1. Descrición e xustificación do proxecto en relación á materia e ao nivel ao que vai dirixido.....	3
<i>A continuación presentaranse 5 SDA, ou 5 ODE que terán como base principal desenvolver os obxectivos específicos da área de E.F., tendo en conta as súas especificacións e detalles ditados polos demais elementos curriculares da materia para o alumnado de 6º de Educación Primaria.....</i>	
2. Obxectos dixitais educativos (ODE) completos .....	5
3. Obxectivos do recurso.....	13
4. Contidos traballados e secuenciación .....	15
5. Descrición e xustificación das competencias clave que se van a traballar...	16
6. Metodoloxía de aplicación.....	20
7. Medidas concretas de atención á diversidade .....	20
8. Avaliación do alumnado, da proposta educativa e do seu desenvolvemento na aula (criterios, instrumentos...) .....	21
9. Soporte e ferramentas que se utilizarán para a elaboración do material e xustificación do seu uso en relación coa proposta.....	22
10. Cronograma da realización do proxecto, con especificación do contido que se entregará na entrega parcial, e especificación do trimestre e curso académico no que se implementará na aula.....	23
<i>Deste xeito, a ODE 1 estaría completada para publicar o 29 de xaneiro 2025, a ODE 2 o 17 de febreiro 2025, a ODE 3 o 6 de marzo de 2025, a ODE 4 o 24 de marzo de 2025 e a ODE 5 o 6 de abril de 2025; deixando a última semana do proxecto para modificacións, mellorases ou correccións. ....</i>	
<i>A entrega parcial tería lugar o 17 de febreiro, concluíndo a segunda ODE e así poder adoptar as correccións nas restantes ODE e non prolongar os erros durante máis tempo.....</i>	
11. Descrición do material dixital de exemplo que se presenta xunto co proxecto e que debe constituir, ao menos, un ODE completo. ....	23

## **1. Descrición e xustificación do proxecto en relación á materia e ao nivel ao que vai dirixido**

Ao longo do seguinte documento presentarase o proxecto “Por unha vida saudable” cuxa elaboración segue as guías para a modalidade 1.a.1 marcadas na Resolución do 5 de xullo de 2024 pola que se convocan licencias por formación para o curso académico 2024/2025 destinadas ao funcionariado docente non universitario. Dita modalidade ten como obxectivo a elaboración de materiais curriculares dixitais inéditos para Educación Primaria. Neste caso, o proxecto terá como destinatario ao alumnado de 6º curso de Educación Primaria na materia de Educación Física (E.F.).

En España, a E.F. estableceuse como materia obrigatoria na etapa de educación primaria coa Lei Orgánica 1/1990, de 3 de outubro, de Ordenación Xeral do Sistema Educativo (LOGSE). Esta lei reformou o sistema educativo español e estableceu a obrigatoriedade da E.F. en todos os niveis da educación obrigatoria, incluíndo a primaria. Dende ese momento, a E.F. foi unha parte integral do currículo escolar na educación primaria, recoñecendo a importancia do desenvolvemento físico e o benestar do alumnado como parte da súa formación integral.

Actualmente, a incorporación aos centros do plan de hábitos saudables e a lei orgánica de educación 3/2020, do 29 de decembro que modifica parcialmente a lei orgánica de educación 2/2006, do 3 de maio (LOE) corroboran dita importancia durante a educación primaria co seu obxectivo K “valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o dos outros, respectar as diferenzas e utilizar a E.F., o deporte e a alimentación como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social”, entre outros elementos curriculares que buscan o desenvolvemento das competencias, habilidades, actitudes e hábitos destinados a tal fin.

A vinculación entre estes elementos curriculares vese reflectida no recente perfil de saída do alumnado. Entre algunhas das demandas deste perfil de saída atópase a elaboración de situacións de aprendizaxe (SDA) significativas e relevantes para o alumnado e que deste xeito, as nenas e nenos poidan implementar o adquirido nas distintas materias para resolver situacións propias da vida cotiá.

Como podemos garantir a motivación e implicación do alumnado de 11 e 12 anos nestas SDA? Unha posible solución podería ser mediante a combinación da E.F. e as tecnoloxías da información e a comunicación (TIC).

A combinación de ambas as disciplinas, posibilitará o desenvolvemento de SDA para a materia de E.F., cando as condicións meteorolóxicas, pavillóns ou ximnacios non se atopen dispoñibles para impartir a materia de maneira habitual. Dando así resposta tamén a unha problemática bastante frecuente para o persoal docente de E.F. nalgúns dos centros educativos públicos galegos. Do mesmo xeito, o alumnado e as súas familias, poderán tamén ter acceso a elas desde os seus fogares, e así seguir fomentando hábitos físicos e mentais saudables durante o tempo non lectivo. Posibilitando a súa continuación autónoma despois da educación primaria cando desafortunadamente as esixencias educativas fan que a participación en actividades físicas diminúa.

Reenfocando cara á importancia do coidado e control das tecnoloxías, actualmente, atopámonos nunha sociedade extremadamente tecnolóxica onde se aprende a utilizar unha gran variedade de dispositivos desde idades temperás. Por iso, é esencial que o persoal docente estea actualizado e capacitado para aproveitar ao máximo esta tecnoloxía. O uso de materiais dixitais na clase de E.F. fomenta o desenvolvemento das habilidades comunicativas, facilita o acceso a información e promove a aprendizaxe autónoma. Todo isto dunha maneira divertida e atractiva.

Este uso do TIC tamén está contemplado na nosa actual lei educativa, que salienta a necesidade de que o sistema educativo responda a esta realidade social e inclúe un enfoque moderno e comprensivo cara á competencia dixital. Por iso, nos obxectos dixitais educativos (ODE) a desenvolver durante esta licenza, prestarase especial atención a facer un uso igualitario que contribúa a reducir a fenda dixital de xénero, que sexa seguro, e que respecte o medioambiente.

A continuación presentaránse 5 SDA, ou 5 ODE que terán como base principal desenvolver os obxectivos específicos da área de E.F., tendo en conta as súas especificacións e detalles ditados polos demais elementos curriculares da materia para o alumnado de 6º de Educación Primaria.

## 2. Obxectos dixitais educativos (ODE) completos

Durante as distintas ODE, Profesorado e alumnado accederán a un Exe-learning, creadas especificamente para este proxecto, onde poderán levar a cabo as distintas ODE. Como exemplo preséntase a primeira: “Patios Deportivos”.

# Patios deportivos



menú

Patios Deportivos

Mans á obra!

Pasos a seguir

Descargables de patios deportivos

Queres valorar a túa experiencia?

Volve sempre que queiras!

Guías de uso

## Patios Deportivos



Licenciado baixo a [Licenza Creative Commons Atribución](#)  
[Compartir igual 4.0](#)





## ODE 1: “Pacios deportivos” (Obxectivo de área 3)

### **Desenvolvemento:**

O alumnado será benvido cun vídeo creado con intelixencia artificial (IA) grazas á páxina web [Vidznoz AI](#). Este vídeo servirá como introdución motivadora para a SDA que se presenta, “Pacios deportivos”.

Esta introducción los levará a una [presentación interactiva](#) (ODE2) en la que el alumnado escogerá sus respuestas de entre unas posibilidades para que valoren su interés para organizar estas jornadas de patios deportivos, en las que todo el colegio podrá participar en el deporte que desee.

# Pacios deportivos



menú

Pacios Deportivos

Mans á obra!

Pasos a seguir

Descargables de patios deportivos

Queres valorar a túa experiencia?

Volve sempre que queiras!

Guías de uso

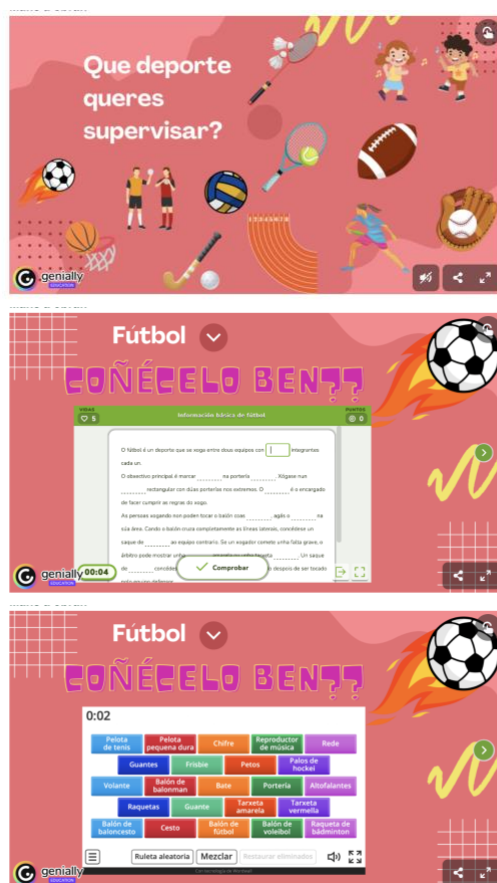
## Pacios Deportivos



Licenciado baixo a [Licenza Creative Commons Atribución](#)  
[Compartir igual 4.0](#)



Posteriormente, os grupos de 6º elixirán, de maneira dixital, cal é o deporte que queren desenvolver e enfrontaranse a un xogo interactivo no que terán que completar as regras máis básicas do seu deporte e outro xogo interactivo no que elixirán o material necesario para xogar e arbitrar o deporte. Desta maneira, poñerán a proba o seu coñecemento sobre o deporte, e tamén refrescarán aquilo que non lembren.



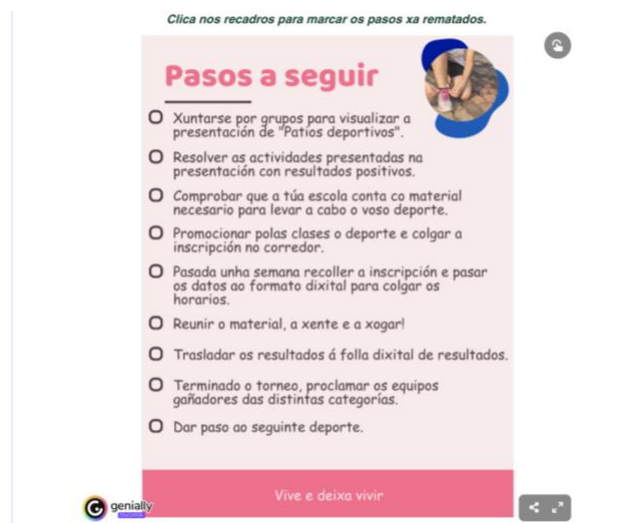
Para continuar e poder implementar os deportes da maneira máis xusta e saudable posible. O alumnado elixirá, de entre uns titulares previamente seleccionados, se as presentes son actuacións deportivas ou antideportivas.



Para finalizar a presentación, o alumnado terá acceso a outra [presentación interactiva](#) que pode ser utilizada para xestionar e identificar emocións.



Unha vez terminada a presentación o alumnado poderá poñer en práctica os patios deportivos. Para iso, terán unha *checklist* dixital cos pasos a seguir, tanto nos seus dispositivos como nos centros.





Dentro destes pasos a seguir, o alumnado terá que acceder á lapela “Descargables de patios deportivos” onde poderá descargar unha serie de carteis ou cubrilos en liña. A saber, o cartel promocional dos patios deportivos, a inscrición dos mesmos, a folla de resultados e os diplomas para as persoas participantes.



As avaliacións da eficacia da ODE1 estarán tamén publicadas para ser cubertas en liña.

<div>Patios deportivos</div> <div> <div>menú</div> <div> <div>Patios Deportivos</div> <div>Mans á obra!</div> <div>Pasos a seguir</div> <div>Descargables de patios deportivos</div> <div>Queres valorar a túa experiencia?</div> <div>Volve sempre que queiras!</div> <div>Guías de uso</div> </div> </div> <div>Queres valorar a túa experiencia?</div>			
<div>Rúbrica</div> <div>Axuda a mellorar a experiencia de patios dinámicos <a href="#">Axudar</a></div>			
	4 Funciona	3 Necesita algunha mellora	2 Precisa moitas melloras
Esfuerzo constante, automotivación, regulación da impulsividade e frustración	O alumnado estivo contento durante todo o tempo que duraron os patios deportivos (2)	O alumnado non sempre se mostrou contento durante as xornadas (1)	As xornadas non conseguiron que o alumnado quixese participar (0)
Identificación, expresión positiva e xestión das propias emocións	O alumnado cada vez poido xestionar mellor as súas emocións, tanto positivas como negativas (2)	O alumnado non mellorou na identificación e xestión das súas emocións (1)	O alumnado non foi quen de xestionar as súas emocións (0)
Habilidades sociais	Moito alumnado de distintos cursos interactuaron de maneira asertiva durante as xornadas (2)	Máis alumnado do habitual interactuou de maneira asertiva durante as xornadas (1)	A interacción entre o alumnado non mellorou (0)
Resolución de conflitos	Todos os conflitos solucionáronse mediante o diálogo, a empatía e o consenso (2)	Alguns conflitos solucionáronse mediante o diálogo, a empatía e o consenso (1)	Ningún conflito se solucionou de boas maneiras (0)
Identificar condutas contrarias á convivencia e abordalas	Todo o alumnado soubo identificar condutas contrarias á convivencia e as abordou positivamente (2)	Case todo o alumnado abordou positivamente condutas contrarias á convivencia (1)	Ningún abordou positivamente as condutas contrarias á convivencia (0)
Desenvolver a empatía na práctica motriz	Todo o alumnado mostrou empatía ante as distintas capacidades físicas (2)	Case todo o alumnado mostrou empatía ante as distintas capacidades físicas (1)	Ningún mostrou empatía ante as distintas capacidades físicas (0)
<small>CEDEC. Axuda a mellorar a experiencia de patios dinámicos (CC-BY-SA)</small>			

## **ODE 2: “O meu diario saudable” (Obxectivo de área 1)**

### **Desenvolvemento:**

Para facilitar a comprensión das ODE e a súa posta en práctica, todas comezarán da mesma maneira. Por iso, na ODE 2 haberá tamén un vídeo introdutorio.

Esta introdución levaraos a unha presentación interactiva. Novamente, haberá actividades interactivas para valorar en que medida o alumnado realiza actividade física, coida a súa alimentación, hidratación e hixiene ou que autoconceito teñen ao comezo desta ODE. Esta actividade funcionará como avaliación inicial da ODE. Para terminala, volverase a incidir sobre as mesmas preguntas e así poder ver o percorrido e cambio do alumnado con respecto aos temas tratados.

Continuaremos creando un diario dixital interactivo onde o alumnado poderá rexistrar cada día a súa actividade física, estado de ánimo, preocupacións, hábitos alimenticios e de hidratación, dores corporais, percepción das súas capacidades, ciclos menstruais propios ou de persoas próximas, etc.

O Exe-learning correspondente a esta ODE contará tamén coas guías para a elaboración do diario da maneira máis interactiva posible.

## **SDA 3: “Deixa o mundo mellor de como o encontraches” (Obxectivo de área 5)**

Seguindo co mesmo formato, esta ODE contará tamén co seu vídeo introdutorio e as guías correspondentes para a súa elaboración.

Na presentación interactiva introducirase a figura de Baden-Powell e a súa participación na creación do movemento Scout mundial. Ligado a isto, virán as diferentes actividades interactivas da presentación onde o alumnado será cuestionado sobre aspectos de sustentabilidade, coidado do medio ambiente, “supervivencia” na natureza, etc.

Ao longo da ODE haberá, como anteriormente, actividades interactivas e vídeo-tutoriais que guíen a organización, posta en práctica e recollida dunha acampada na que o alumnado vivirá unha experiencia Scout real.

Antes de instalarnos no mundo natural, o alumnado pode facer prácticas na clase de E.F. Estas prácticas estarán presentadas primeiro de maneira dixital a través de xogos interactivos con contidos que posteriormente poden poñer en práctica

no pavillón. Como pode ser montar unha tenda de campaña, *cabuyería* moi necesaria para crear posibles mesas, atar cabos, navegar, colgar utensilios do pantalón, etc. prácticas ás que o alumnado que vive en contornas urbanas non está afeito. Así mesmo, nocións de orientación tamén serán presentadas a través de actividades interactivas.

Non podemos esquecernos das prácticas de sustentabilidade como pode ser a reciclaxe do papel, a recollida de desperdicios, o aforro enerxético e de auga, etc. dando especial importancia á difusión destas prácticas. Feito indispensable para fomentar o que Baden-Powell quería transmitir e que lle dá nome a esta ODE “Deixa o mundo mellor do que o atopaches”.

#### **SDA 4: “Cápsula do tempo” (Obxectivo de área 4)**

De novo, a ODE comezará cun vídeo introdutorio e unha presentación interactiva.

Durante as guías interactivas e vídeo-tutoriais, presentarase ao profesorado e alumnado como elaborar un álbum dixital que reúna todas as cancións, xogos, trabalinguas, chistes, adiviñas, contos, comidas, deportes, etc. populares da súa familia e contorna. Grazas á gran diversidade que presentan os nosos centros educativos hoxe en día, estes álbums dixitais poderán recoller elementos culturais tradicionais de orixes moi diversas e descoñecidos para gran parte do alumnado.

Para a elaboración do álbum, o alumnado poderá tomar fotografías e vídeos das súas familias ou amizades exemplificando o elemento cultural que acheguen ao álbum. Para iso, será necesario achegarlles tamén a importancia da protección de datos, e a tomar fotos e vídeos preservando o anonimato das persoas que saen nelas. Poden recorrer ao uso de caretas para a elaboración dos vídeos ou, xa que será necesario para crear o vídeo, pódese facer uso de ferramentas de edición de vídeo en liña como Fastreel by Movavi.

#### **SDA 5: “Todos os camiños conducen a Santiago” (Obxectivo de área 2)**

A última ODE a presentar continuará co mesmo formato que se seguiu ata o momento. Presentarase cun vídeo tralo que o alumnado enfrontarase á presentación interactiva que conducirá o produto final e todo o contido necesario para abordalo.

Ao longo desta ODE, e tamén contando co aprendido en todas as anteriores, o alumnado traballará con mapas interactivos para elaborar o seu propio percorrido cara a Santiago de Compostela. Pero non vai ser todo tan fácil. O camiño está pensado para que o fagamos en bicicleta.

Para iso, o alumnado verase inmerso no mundo do ciclismo a través das diferentes actividades e xogos interactivos que poidan lembrar a seguridade máis básica do ciclismo, recoñecer prácticas non aconsellables e tamén valorar, a través de ferramentas dixitais creadas para este fin, os mellores albergues do camiño.

A organización que cada grupo faga do camiño terana que rexistrar tamén de maneira dixital coa meta de que tanto o alumnado como as súas familias poidan facer o camiño de Santiago en bicicleta se o desexan. Tamén podendo presentalo como posible excursión de fin de curso para dar por terminada a etapa de Educación Primaria e o transcurso destas ODE.

É posible que durante o camiño o alumnado precise das ferramentas aprendidas na ODE1 para dirixir, supervisar e mediar en contornas deportivas. Do mesmo xeito, facendo uso do diario saudable, elaborado na ODE2, poderán levar a conta dos quilómetros percorridos, da auga que tomaron, da mellor alimentación para aguantar todo o día sen cansarse, da actuación ante posibles caídas, rozaduras, bochas ou golpes de calor ou da chegada por primeira vez ou por calendario da menstruación.

Grazas á ODE3, o alumnado saberá como comportarse ao longo desta experiencia, coidando o medio no percorridos pero tamén levando a cabo prácticas respectuosas nas paradas para descansar ou para comer. Poderán levar por bandeira a lema “Deixa o mundo mellor do que o atopaches”. Finalmente, os longos camiños, horas mortas e as noites poderán ser animadas grazas ao cancionero, aos xogos, adiviñas e chistes recolleitos nas súas cápsulas do tempo da ODE4.

Pero unha experiencia así non pode quedar só na súa memoria. Polo que poderán gravar rexistros diarios coa axuda das persoas adultas que os acompañen. Estes rexistros poden ser editados en liña e publicados nun xornal dixital que se poida compartir con todo o centro educativo para que toda a comunidade educativa poida ver como llo pasaron e como cumpriron o seu obxectivo.

### 3. Obxectivos do recurso

Este proxecto ten como obxectivos principais:

- Propoñer ODE significativas para a área de E.F. que conleven o uso das TIC.
- Afianzar no alumnado os elementos curriculares que conforman o perfil de saída da etapa de Educación Primaria.
- Promover os hábitos saudables físicos, mentais e sociais, dende un enfoque dixital.
- Fomentar o uso das TIC dende a área de E.F.
- Desenvolver hábitos de traballo individual e colectivo.
- Incitar ao pensamento crítico ante as ameazas, inxustizas ou desigualdades por cuestións de xénero, etnia, relixión, etc.
- Posibilitar a continuidade dunha vida saudable física e emocional despois da Educación Primaria.
- Recoñecer a empatía, o respecto e a asertividade como actitudes indispensables para a correcta convivencia en sociedade.
- Participar activamente no uso dos obxectos dixitais educativos.

ODE	Obxectivos específicos das ODE
ODE 1: “Patios deportivos”	<ul style="list-style-type: none"><li>• Desenvolver a capacidade de manter o esforzo constante e consciente aí servizo de metas persoais ou de equipo, activando a automotivación e a actitude positiva, regulando a impulsividade, tolerando a frustración.</li><li>• Identificar as propias emocións, a expresión positiva destas e a súa xestión adecuada.</li><li>• Poñer en xogo habilidades sociais para afrontar a interacción coas persoas, dialogar, debater, contrastar ideas e poñerse de acordo para resolver situacións, expresar propostas, pensamentos e emocións, escoitar activamente e actuar con asertividade.</li><li>• Afrontar os conflitos mediante o diálogo, contemplando a perspectiva das outras persoas implicadas e buscando solucións xustas por consenso.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar condutas contrarias á convivencia e aplicar estratexias para abordalas.</li> <li>• Desenvolver un certo grado de empatía, buscando o benestar alleo, valorando a realidade asociada á práctica motriz e actuando sobre ela dende parámetros de liberdade exercida con responsabilidade, equidade, inclusión, respecto, solidariedade, cooperación, xustiza e paz.</li> </ul>
ODE 2: “Meu diario saudable”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participar activamente nunha variada gama de actividades físico-deportivas que darán a oportunidade de coñecer estratexias para vivenciar a práctica para promocionar a saúde física, mental e social.</li> <li>• Implementar unha alimentación e hidratación saudable, a educación postural, o coidado do corpo.</li> <li>• Traballar o autoconcepto, a autoestima, a imaxe percibida durante a actividade física e o deporte dende unha perspectiva de xénero.</li> <li>• Analizar comportamentos antisociais e malos hábitos para a saúde que se producen en contextos cotiás.</li> <li>• Analizar situacións cotiás en grupo.</li> <li>• Integrar normas de seguridade e hábitos de hixiene en prácticas motrices cotiás.</li> <li>• Coñecer os pasos a seguir nos protocolos de intervención ante accidentes deportivos.</li> </ul>
ODE 3: “Deiva o mundo mellor de como o atopaches”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adoptar hábitos sostibles co medio ambiente e a súa conservación.</li> <li>• Desenvolver coñecementos, destrezas e actitudes para interactuar co medio, participar na súa preservación e mellora.</li> <li>• Achegar a <i>cabuyería</i> e os seus usos á vida cotiá.</li> <li>• Interactuar co medio natural e urbano.</li> </ul>
ODE 4: “Cápsula do tempo”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construír a identidade corporal, persoal e social dende unha práctica vivenciada que integra expresións culturais e outras actividades artístico-expresivas vinculadas coa motricidade, asumindo que forman parte do patrimonio cultural e que deben ser recoñecidas, preservadas, melloradas e gozadas.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enriquecer o acervo común coas aportacións das diferentes etnias e culturas que converxen nun espazo socio-histórico.</li> <li>• Debater sobre estereotipos de xénero aínda presentes no deporte e como evitalos.</li> </ul>
ODE 5: “Todos os camiños conducen a Santiago”	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comezar a tomar decisións, definir metas, elaborar sinxelos plans, executar o planificado en prácticas individuais e colectivas.</li> <li>• Analizar que ocorre durante o proceso, cambiar de estratexias se fose preciso e valorar o resultado en prácticas individuais e colectivas.</li> </ul>

#### 4. Contidos traballados e secuenciación

ODE	Contidos	Temporalización
<b>ODE 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Actitude empática e inclusiva.</li> <li>○ Uso de habilidades sociais de cooperación, respecto, traballo en equipo e deportividade.</li> <li>○ Respecto das diferenzas etno-culturais, sociais, de xénero e de habilidade.</li> <li>○ Utilización das TIC para afianzar e desenvolver actividades físicas.</li> </ul>	Setembro - Outubro
<b>ODE 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adopción dun estilo de vida activo e saudable.</li> <li>• Práctica regular de actividades físicas e deportivas.</li> <li>• Adopción de comportamentos que potencien a saúde física, mental e social.</li> <li>• Implementación de medidas de responsabilidade individual e colectiva.</li> </ul>	Novembro - Decembro
<b>ODE 3:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interacción e valoración de diferentes medios naturais e urbanos como contextos de práctica motriz.</li> <li>• Comprensión da importancia da conservación dende un enfoque sostible e adoptando medidas de</li> </ul>	Xaneiro - Febreiro

	responsabilidade individual para unha práctica eficiente e respectuosa co entorno.	
<b>ODE 4:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recoñecemento e práctica de diferentes manifestacións lúdicas, físico-deportivas e artístico-expresivas.</li> <li>• Valoración da súa influencia e aportacións estéticas e creativas á cultura tradicional e contemporánea.</li> <li>• Integración de ditas prácticas na vida cotiá.</li> </ul>	Marzo - Abril
<b>ODE 5:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adaptación dos elementos propios do esquema corporal, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, as habilidades e destrezas motrices.</li> <li>• Aplicación de procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos distintos obxectivos.</li> <li>• Responder ás demandas de proxectos motores e de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos da vida diaria.</li> </ul>	Maio - Xuño

## 5. Descrición e xustificación das competencias clave que se van a traballar

Competencias Clave e descritores operativos	Xustificación
<b>ODE 1: “Patios deportivos”</b>	
<b>Competencia en comunicación lingüística</b> CCL 1 y 5	<p>1. O alumnado necesitará interactuar, expresarse de maneira oral e escrita para chamar a atención, organizar e supervisar os diferentes deportes.</p> <p>5. Á hora de arbitrar terán que dialogar, resolver conflitos e velar polos dereitos de todas as persoas participantes.</p>
<b>Competencia Dixital</b> CD 3 y 5	<p>3. A través de todo este proxecto utilizaranse recursos dixitais para aprender novos coñecementos e crear ferramentas dixitais nun entorno seguro e responsable.</p>

	5. Tamén reutilizarán plantillas dixitais para o seu uso persoal.
<b>Competencia persoal, social e de aprender a aprender</b> CPSAA 1, 3 y 5	1. Terán ferramentas para identificar e xestionar as súas propias emocións. 3. Poderán acudir a ferramentas para recoñecer e axudar aos demais a xestionar as súas emocións e axudarán á organización grupal de patios deportivos. 5. Supervisarán as prácticas deportivas avaliando a súa eficacia e deportividade.
<b>Competencia cidadá</b> CC 2 y 3	2. Á hora de arbitrar, terán que dialogar, resolver conflitos e velar polos dereitos de todas as persoas participantes. 3. Terán que xestionar conflitos que poidan ter relación coa etnia, xénero ou orixe das persoas participantes.
<b>ODE 2: “Meu diario saludable”</b>	
<b>Competencia matemática e competencia en ciencia, tecnoloxía e enxeñería</b> STEM 2 y 5	2. O alumnado utilizará ferramentas (o diario) que lle axude a formar preguntas sobre fenómenos que ocorren ao seu redor e en si mesmos. 5. O diario elaborado polo alumnado servirá como ferramenta para promover a saúde.
<b>Competencia Dixital</b> CD 2, 3 y 5	2. A elaboración do diario dixital onde plasmar as súas actividades, sentimentos e acontecementos que lles suceden. 3. A través de todo este proxecto o alumnado utiliza recursos dixitais para aprender novos coñecementos e crear ferramentas dixitais nun entorno seguro e responsable. 5. Utilizarán a plantilla do diario para o seu uso persoal.
<b>Competencia persoal, social e de aprender a aprender</b> CPSAA 2 y 5	2. Para cumprir as exixencias do diario o alumnado adoptará un estilo de vida máis saudable a nivel físico e mental. 5. Do mesmo modo, el diario indicará aquelas prácticas nas que se debe mellorar, funcionando así como autoavaliación, onde poderán ver o seu progreso.

<b>ODE 3: “Deixa o mundo mellor do que o atopaches”</b>	
<b>Competencia matemática e competencia en ciencia, tecnoloxía e enxeñería</b>  STEM 5	5. O alumnado levará a cabo prácticas a través da acampada para preservar e coñecer o medio ambiente con ética e seguridade.
<b>Competencia Dixital</b>  CD 3	3. A través de todo este proxecto utilizaranse recursos dixitais para aprender novos coñecementos e crear ferramentas dixitais nun entorno seguro e responsable.
<b>Competencia Cidadá</b>  CC 2 y 4	2. Participando na acampada, se enfrontarán á toma de decisións e resolución pacífica de conflitos para unha convivencia democrática e cooperativa.  4. Durante os ODE, iniciaranse na importancia da sustentabilidade, coidado do medio ambiente e a biodiversidade. Valores que serán postos en práctica na acampada.
<b>Competencia Emprendedora</b>  CE 1 y 3	1. A lo longo do entrenamiento para a acampada e durante a acampada poden xurdir retos onde teñan que utilizar a súa creatividade para resolvelos.  3. Do mesmo modo, terán que resolver problemas en equipo e valorar p resultado obtido para melloralo se fose necesario.
<b>ODE 4: “Cápsula di tempo”</b>	
<b>Competencia Dixital</b>  CD 2, 3, 4 y 5	2. O alumnado elaborará un álbum dixital que reúna elementos populares da súa familia e achegados.  3. A través de todo este proxecto se utilizarán recursos dixitais para aprender novos coñecementos e crear ferramentas dixitais nun entorno seguro e responsable.  4. Coñecerán os riscos de internet e velarán pola seguridade das persoas que participen preservando a súa identidade.  5. Desenvolverán o seu propio álbum dixital.

<b>Competencia Cidadá</b>  CC 3	3. Na recollida de información e visionado dos álbums do resto do alumnado, dialogarase de forma respectuosa, apreciando e comprendendo as tradicións das diferentes culturas sen prexuízos, estereotipos ni discriminación.
<b>Competencia en conciencia y expresión culturais</b>  CCEC 1, 2 y 3	1. Se respectará, recoñecerá e apreciará as tradicións de distintas culturas. 2. O alumnado mostrará interese en coñecer as súas propias raíces e as das demais persoas a través da elaboración da súa cápsula e do visionado das demais. 3. Poderán expresar a súa creatividade á hora de elaborar e compoñer a súa cápsula do tempo.
<b>ODE 5: “Todos os camiños conducen a Santiago”</b>	
<b>Competencia matemática e competencia en ciencia, tecnoloxía e enxeñería</b>  STEM 1	1. O alumnado terá que utilizar coñecementos matemáticos como ls horas, o tempo e a velocidade para escoller as rutas máis rápidas, organizar o recorrido e saber a que hora se debe empezar. Por outro lado, utilizarán tamén o sistema monetario para escoller os albergues máis beneficiosos relacionando prezo e instalacións.
<b>Competencia Dixital</b>  CD 1, 2 y 3	1. Terán que facer procuras guiadas en internet para recoller información sobre mapas, rutas, prezo e dispoñibilidade de albergues. 2. Tamén deberá crear un periódico dixital composto por recursos dixitais elaborados por eles mesmos. 3. A través de todo este proxecto utilizaranse recursos dixitais para aprender novos coñecementos e crear ferramentas dixitais nun entorno seguro e responsable.
<b>Competencia persoal, social e de aprender a aprender</b>  CPSAA 4 y 5	4. Enfrontándose á ruta en bicicleta, poderán recoñecer o valor do esforzo físico, así como económico ao escoller o albergue no que se aloxarán. 5. A propia ODE é un obxectivo en si mesma na que o alumnado terá que participar organizándoa e tomando decisións de acordo ás súas limitacións físicas.

## 6. Metodoloxía de aplicación

A metodoloxía deste proxecto é ecléctica, mesturando elementos de *e-learning* xunto cos de aprender facendo, sendo esta última fundamental para a área de E.F. A finalidade dos ODE é funcionar como SDA para a materia. Por iso, o alumnado porá a proba os coñecementos adquiridos durante os cursos previos e o relativo ao curso presente para poder levalas a cabo. Deste xeito, as ODE tamén terán un valor para repasar, afianzar e mesmo avaliar certos aspectos da área. Ademais, a través dos ODE o alumnado poderá investigar no seu propio coñecemento e consultar grazas ás ferramentas dixitais información nova para desenvolver os obxectivos específicos da materia.

A continuación, citaranse certos principios que conformarán a metodoloxía xeral:

- **Aprendizaxe centrada no alumnado:** as situacións de aprendizaxe expostas, que se compoñen de diversos obxectos dixitais, terán como protagonistas os intereses e inquietudes do alumnado. Para iso, todas contan con diversas opcións que tentan dar cabida ás súas necesidades e preferencias tanto individuais como colectivas.
- **Traballo cooperativo:** os traballos resolveranse na súa maioría de maneira grupal ou polo menos en parella. Fomentando á súa vez valores como a tolerancia, paciencia, respecto, empatía ou asertividade. Todos eles necesarios para a práctica deportiva e tamén para promover un uso respectuoso e saudable das ferramentas dixitais.
- **Constructivismo:** Os materiais están concibidos para fomentar a acción e fundaméntanse no "aprender facendo", a resolución de problemas, a aprendizaxe baseada en xogos...
- **Aprendizaxe baseada en proxectos:** sendo as propostas SDA poden ser vistas como o produto final dun proxecto cuxo aprendizaxe se ha #ir forxando ao longo dos anos, ou máis concretamente do curso académico.

## 7. Medidas concretas de atención á diversidade

A atención á diversidade en E.F. implica recoñecer e responder ás diferentes necesidades, habilidades e intereses de todo o alumnado. O TIC ofrecen ferramentas innovadoras para personalizar a aprendizaxe, fomentar a inclusión



e garantir que todo o alumnado, independentemente das súas capacidades, poidan participar activamente e beneficiarse das clases de E.F.

Seguindo a orde 8 de setembro 2021 que desenvolve o decreto 229 do 7 de decembro, que regula a atención á diversidade nos colexios da comunidade autónoma de Galicia e o Deseño Universal de Aprendizaxe. É necesario que na atención á diversidade deste proxecto téñanse en conta as seguintes medidas:

- **Aplicacións Educativas:** Uso de aplicacións que ofrecen actividades diferenciadas segundo o nivel de habilidade de cada persoa. Estas aplicacións poden proporcionar exercicios máis simples ou máis complexos segundo as necesidades individuais.
- **Vídeos e Tutoriales:** Creación de contido multimedia (audios, vídeos, tutoriales, etc.) que o alumnado poida seguir ao seu propio ritmo, permitindo que cada un avance segundo a súa capacidade e comprensión.
- **Configuración de Tecnoloxías:** Axustar as ferramentas tecnolóxicas para que se adapten ás necesidades identificadas, asegurándose de que sexan accesibles e usables para todos e todas.
- **Actividades Adaptadas:** Diseñar actividades de E.F. que utilicen tecnoloxías para ser inclusivas.
- **Retroalimentación Constante:** Proporcionar retroalimentación constante e personalizada, utilizando as capacidades das tecnoloxías para xerar informes detallados sobre o seu rendemento e progreso.
- **Guías e Tutoriales:** Proporcionar guías e tutoriales para que o alumnado e as súas familias comprendan e utilicen eficazmente as tecnoloxías.

## **8. Avaliación do alumnado, da proposta educativa e do seu desenvolvemento na aula (criterios, instrumentos...)**

Cada ODE levará asociada unha rúbrica de avaliación. Doutra banda, o propio proxecto contará cunha rúbrica de avaliación dos obxectivos xerais, que se utilizará polo profesorado ao terminar o cinco SDA.

A rúbrica terá como obxectivo valorar a eficacia das guías para a consecución dos obxectivos marcados en cada SDA.

## Exemplo ODE 1:

- **Avaliación da ODE:** Á presente rúbrica poderáselle achegar melloras para ter en conta no futuro. A rúbrica de corrección terá como ítems os obxectivos presentados para a ODE 1.

Patios deportivos

Queres valorar a túa experiencia?

**Rúbrica**

Axuda a mellorar a experiencia de patios dinámicos *Asíase*

	4 Funciona	3 Necesita algunha mellora	2 Precisa moitas melloras
Esfuerzo constante, automotivación, regulación da impulsividade e frustración	O alumnado estivo contento durante todo o tempo que duraron os patios deportivos (2)	O alumnado non sempre se mostrou contento durante as xornadas (1)	As xornadas non conseguiron que o alumnado quixese participar (0)
Identificación, expresión positiva e xestión das propias emocións	O alumnado cada vez puido xestionar mellor as súas emocións, tanto positivas como negativas (2)	O alumnado non mellorou na identificación e xestión das súas emocións (1)	O alumnado non foi quen de xestionar as súas emocións (0)
Habilidades sociais	Moito alumnado de distintos cursos interactuaron de maneira asertiva durante as xornadas (2)	Máis alumnado do habitual interactuou de maneira asertiva durante as xornadas (1)	A interacción entre o alumnado non mellorou (0)
Resolución de conflitos	Todos os conflitos solucionáronse mediante o diálogo, a empatía e o consenso (2)	Alguns conflitos solucionáronse mediante o diálogo, a empatía e o consenso (1)	Ningún conflito se solucionou de boas maneiras (0)
Identificar condutas contrarias á convivencia e aborálas	Todo o alumnado soubo identificar condutas contrarias á convivencia e as abordou positivamente (2)	Case todo o alumnado abordou positivamente condutas contrarias á convivencia (1)	Ninguen abordou positivamente as condutas contrarias á convivencia (0)
Desenvolver a empatía na práctica motriz	Todo o alumnado mostrou empatía ante as distintas capacidades físicas (2)	Case todo o alumnado mostrou empatía ante as distintas capacidades físicas (1)	Ninguen mostrou empatía ante as distintas capacidades físicas (0)

CEDEC. Axuda a mellorar a experiencia de patios dinámicos (CC-BY-SA)

## 9. Soporte e ferramentas que se utilizarán para a elaboración do material e xustificación do seu uso en relación coa proposta.

O proxecto contará con distintos soportes e ferramentas dixitais, escollendo os mellores para a natureza de cada ODE. Intentouse que as ODE sexan variadas entre elas en canto a obxectivos e contidos como na súa elaboración. Por tanto necesitamos distintos recursos para crealas.

Por elo, a base do proxecto será unha páxina de Exe-learning. Dentro delas presentaranse as diferentes ODE onde se utilizarán diversas páxinas web de creación de presentacións como Genially (<https://shorturl.at/FWRZC>), imaxes interactivas con Canva ([https://www.canva.com/es\\_es/](https://www.canva.com/es_es/)), audios ou vídeos libres de dereitor de autor como Pixabay (<https://pixabay.com/es/sound-effects/>).

Tamén para a elaboración de actividades interactivas utilizaranse páxinas webs que non requiran a descarga nin rexistro por parte do alumnado, como por exemplo wordwall (<https://rb.gy/3bx33j>).

## **10. Cronograma da realización do proxecto, con especificación do contido que se entregará na entrega parcial, e especificación do trimestre e curso académico no que se implementará na aula.**

O proxecto realizaríase durante o segundo trimestre, do 13 de xaneiro de 2025 ao 13 de abril de 2025, pero as SDA elaboradas cubrirían as demandas dun curso escolar enteiro. A súa natureza non está pensada só para ter utilidade no momento no que se resolven, senón para adoptar hábitos saudables que se poidan implementar no día a día das escolas e na vida persoal do alumnado de 6º de Educación Primaria.

Deste xeito, a ODE 1 estaría completada para publicar o 29 de xaneiro 2025, a ODE 2 o 17 de febreiro 2025, a ODE 3 o 6 de marzo de 2025, a ODE 4 o 24 de marzo de 2025 e a ODE 5 o 6 de abril de 2025; deixando a última semana do proxecto para modificacións, mellorases ou correccións.

A entrega parcial tería lugar o 17 de febreiro, concluíndo a segunda ODE e así poder adoptar as correccións nas restantes ODE e non prolongar os erros durante máis tempo.

## **11. Descrición do material dixital de exemplo que se presenta xunto co proxecto e que debe constituir, ao menos, un ODE completo.**

O material dixital de exemplo é unha páxina web na que o alumnado poderá atopar as 5 ODE ao longo do curso. Polo momento só está desenvolvida a SDA1: “Patios deportivos” como exemplo.

Picando [aquí](#) pódese visualizar e percorrer ao completo. Entrando no apartado dedicado á ODE1 pódese ler a descrición, escrita para o alumnado de 6º. Nesta descrición preséntase a ODE1 que está pensada para facer a principios de curso, aínda que podería ser en calquera momento. Como ODE o que se propón é crear unha serie de torneos deportivos durante o recreo e que así non se xoguen sempre aos mesmos xogos, ou non sexa sempre o mesmo alumnado o que participa de maneira activa neles. Os ODE e información máis detallada pódese atopar no apartado 2 deste proxecto.

Este material dixital ten como propósito ofrecer unha idea preliminar do que se realizará, aínda que aínda está suxeita ás modificacións e melloras necesarias que se implementarán unha vez apróbese a licenza.