

Educación Física

5° EP

Diario de aprendizaxe

Exprésate na rede

Educación Física | 5° EP

Diario de aprendizaxe individual de:

Nome:

Materia:

Grupo:

Data:

FASES DO PROXECTO (Marca as que vas superando)	Marca
Fase 1: Enrédate!	
Fase 2: Comparte o que xa sabes	
Fase 3: Unha rede chea de contidos	
Fase 4: O reto	
Fase 5: Conclusións	

FASE 1: Enrédate!

Nesta **primeira fase**, presentamos o reto da situación de aprendizaxe. Agora, no teu diario debes pensar e escribir sobre “que” e “como” aprendiches nesta fase. Non teñas prisa, non o fagas ao chou, faino con sentidiño. Lembra, reflexiona e escribe con sinceridade para coñecer os teus puntos fortes e débiles e así, mellorar a túa aprendizaxe.

Aprendo

O reto consiste en:

.....

.....

.....

☐

O reto chamoume a atención.

☐

O reto non me parece interesante.

O que máis me gusta de facer este reto é:

.....

.....

.....

O que menos me gusta de este reto é:

.....

.....

.....

Reflexiono

O contido principal de Educación Física que traballamos na nosa rede social é:

.....

.....

.....

.....

As fotografías e vídeos que temos que incluír na nosa rede social son de:

.....

.....

.....

.....

Valoro

Valoro o que me motiva este reto. 1 (moi pouco) a 5 (moito).



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Véxome capaz de lograr o reto con éxito. 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Diario común

Nesta fase, as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

FASE 2: Comparte o que xa sabes

Xa rematamos a **segunda fase**. Agora tócache reflexionar no diario como a afrontaches e reflectir a maneira na que aprendiches.

Recorda, non hai présa, faino con calma e pensa antes de escribir. É a mellor maneira de coñecer como aprendes e progresar.

Aprendo

Na miña opinión, algunha das cousas boas que poden aportar as redes sociais son:

.....

.....

.....

En cambio, algúns inconvenientes/perigos do uso das redes sociais poden ser:

.....

.....

.....

As emocións que descoñecía ou máis me custou recoñecer/adiviñar nas actividades foron::

.....

.....

.....

Reflexiono

As persoas integrantes do meu grupo son:

.....

.....

.....

☐

Estou satisfeito/a co grupo que me tocou.

☐

Non estou satisfeito/a co grupo que me tocou.

Os motivos da miña resposta son...

.....

.....

.....

Nas actividades propostas fixen a:

Sopa de letras

Clasifica
emocións

O Rosco

Elixín esta actividade porque...

.....

.....

.....

Valoro

Valoro o que me esforcei nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Valoro o que aprendín nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Diario común

Nesta fase, as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

FASE 3: Unha rede chea de contidos

Xa rematamos a **terceira fase**. Agora tócache reflexionar no diario como a afrontaches e reflectir a maneira na que aprendiches.

Recorda, non hai présa, faino con calma e pensa antes de escribir. É a mellor maneira de coñecer como aprendes e progresar.

Aprendo

Si		Non
	Aprendín a configurar o perfil e a páxina de grupo da rede social	
	Seguín sen problema os pasos das danzas e bailes	
	En <i>acrosport</i> sei a diferenza entre figura corporal e pirámide	
	Son quen de poñerme no lugar dunha persoa deportista e expresar emocións segundo a situación deportiva que lle toque vivir	

Á hora de configurar un perfil en redes sociais deberei ter en conta aspectos coma:

.....

.....

.....

No uso das redes sociais, considero que é fundamental seguir as normas da netiqueta porque:

.....

.....

.....

Reflexiono

O meu avatar o fixen:

Poñendo unha foto

Facendo un debuxo

Cunha aplicación

A razón de facelo así foi porque...

.....

.....

.....

En *acrosport* desempeñei os roles seguintes: (Rodea os que fixeches)

Portor Áxil Axudante Observador/a Fotógrafo/a

O máis me gustou facer foi o de porque:

.....

.....

.....

A práctica dos seguintes contidos de expresión corporal xeraron en min emocións do seguinte tipo:



Emojis en emoción positiva (+) e negativa (-)



	Danza Ki Koi Kuo	
	Danza Tarantella	
	Bailes virais	
	<i>Acrosport</i>	
	Dramatizacións	

Valoro

Valoro o que me esforcei nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Valoro o que aprendín nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Diario común

Nesta fase, as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

.....

.....

.....

.....

.....

FASE 4: Reto final

Despois de moito traballo, o grupo acadou o reto final. Foron días de compartir coñecementos, superar dificultades e poñer en común ferramentas e habilidades que contribuíron á resolución do reto final. Ademais da satisfacción polo traballo ben feito, o que aprendemos neste reto servirános nun futuro para resolver situacións similares.

Aprendo

Algunhas das cousas que me din conta experimentando ter unha rede social son:

.....

.....

.....

.....

Si		Non
	Aporteí ideas para a elaboración da rede social	
	Aprendín a crear en equipo unha rede social en papel	
	Démoslle forma ao noso muro social: fotografías e vídeos de danzas tradicionais e bailes, <i>acrosport</i> e dramatizacións	
	Aprendín a enlazar un código QR a un vídeo	
	Enchemos de contido as redes sociais das demais persoas: comentarios de grupo, comentarios individuais e interaccións individuais	
	Resultounos fácil poñernos de acordo nos comentarios grupais que fixemos na rede social dos outros grupos	

Reflexiono

Creo que as miñas habilidades relacionadas coa expresión corporal desde que comenzamos este reto...

Melloraron

Seguen igual

Empeoraron

Porque...

.....

.....

.....

Os comentarios que recibín na rede social influíron nas miñas emocións?

Si

Non

Porque...

.....

.....

Cousas que foron importantes para superar o reto (túas propias, do teu equipo etc)

.....

.....

.....

As maiores dificultades que tiveron para superar o reto foron:

.....

.....

.....

Valoro

Valoro o que me esforcei nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Valoro o que aprendín nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Diario común

Nesta fase, as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

.....

.....

.....

.....

FASE 5: Conclusións

Bota unha ollada cara atrás e pensa en como foi esta aventura dende o comezo e cales son os resultados. No futuro, grazas a esta reflexión, poderás adaptarte mellor a outras situacións de aprendizaxe diferentes.

Aprendo

O máis importante que aprendín durante todo este proxecto é:

Penso que necesito mellorar en:

Que cousas podo facer para mellorar estes aspectos?

Reflexiono

Considero que o máis importante que aportei ao grupo foi:

Das aportacións do resto do grupo sorprendeume:

Penso que respectar as opinións do resto das persoas é importante porque:

A posta en práctica do reto pode influir na sociedade porque:

Valoro

Valoro o que me esforcei nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito).



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

Valoro o que aprendín nesta fase de 1 (moi pouco) a 5 (moito)



1	2	3	4	5
----------	----------	----------	----------	----------

As miñas sensacións

Neste proxecto sentínme:

 Con motivación	 Con curiosidade	 Con confianza	 Con inseguridade	 Con desgana
---	--	--	--	--

Sentínme así porque...

Ideas para mellorar

A miña opinión xeral sobre este proxecto:

 <p>Chístame moito</p>	 <p>Chístame algo</p>	 <p>Non me chista</p>
---	--	--

Opino sobre este proxecto:

.....

.....

.....

Cousas que cambiaría:

.....

.....

.....

Ideas para mellorar:

.....

.....

.....

.....

Diario común

Nesta fase as **conclusións** ás que chegamos no **grupo** son:

.....

.....

.....

.....

.....



"Diario de aprendizaxe: Exprésate na rede, proxecto *cREAgal*, publícase con [Licenza Creative Commons Recoñecemento Non-comercial Compartir igual 4.0](#)