

DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ FÍSICA

IES LA MINA · 1998-2000



David Ribera-Nebot · Àngels Cullell-Aguirre · Roger Esteve-Culla

Institut d'Ensenyament Secundari La Mina
Centre d'Atenció Educativa Preferent

Març, 2000

ÍNDEX

1. L'EDUCACIÓ FÍSICA
2. ESTAT DE SALUT DELS ALUMNES
3. SORTIDES
4. ACTIVITATS ESPORTIVES DE PATI
5. EXHIBICIÓ FI DE CURS
6. INTERCANVI SOCIO-ESPORTIU
7. GINKANA ESPORTIVA OBERTA AL BARRI
8. CONTACTES AMB FEDERACIONS ESPORTIVES
9. CONSTRUCCIONS I REPARACIONS DE MATERIAL I EQUIPAMENTS
10. CARTELLS INFORMATIUS
11. TAULONS D'ANUNCIS
12. FOTOS DE MEMÒRIES D'ACTIVITATS
13. LLIBRE DE "MÉRITOS DEPORTIVOS" IES LA MINA

1. L'EDUCACIÓ FÍSICA

(copiant i intentant aplicar els conceptes proposats pel Mestre Seirul·lo)

L'Educació Física està subjecte a molts estereotips d'interpretació social, per això volem remarcar que de les moltes connotacions i intencionalitats que pot tenir la motricitat humana, serà exclusivament l'educació de la persona l'esència i objecte de la nostra actuació en un àmbit escolar. Així: "L'Educació Física s'ha d'entendre com l'educació que s'aconsegueix a través del moviment humà que és capaç de configurar la totalitat de la personalitat de l'individu".

Configurar la personalitat de l'individu vol dir incitar i facilitar formes d'actuació-comportament que permetin utilitzar de forma diferenciada i significativa totes les capacitats cognitives, motrius (coordinatives i condicionals), afectiu-socials, emotiu volitives i expressiu-creatives que puguin conformar les moltes formes d'actuació individual, en situacions didàctiques que permetin una auto-reflexió i un auto-coneixement. Per això, les experiències motrius proposades han de permetre la reflexió individual, per crear una pròpia visió d'aquella experiència, per tal que l'individu conegui, avaluï i sigui conscient de l'autoestructuració de la seva persona.

Aquesta filosofia, basada en els valors humans d'autonomia i llibertat, permet impartir E.F. a qualsevol grup d'individus amb independència de la seva situació socio-cultural.

D'aquesta manera, l'Educació Física pot ser una educació integral de la persona ja que amb les experiències motrius podem involucrar la totalitat de capacitats de l'individu que diferenciem a continuació:

Cognitives (pel tractament de la informació): memòria, percepció espacial i temporal, presa de decisions, programació, raonament, comprensió, autocontrol, autoavaluació, concentració,

Coordinatives (per l'execució del moviment desitjat):

Capacitats de control del moviment: discriminació kinestèsica, diferenciació segmentària, variabilitat de moviment, combinació de moviments, control quiet del moviment, fluïdesa i relaxació del moviment, amplitud del moviment.

Capacitats d'implantació del moviment a l'espai: orientació, direccionalitat, localització, ubicació, equilibri estàtic-dinàmic.

Capacitats d'adequació temporal: anticipació i reacció motriu, diferenciació rítmica, variabilitat rítmica, adaptació rítmica o temporal, sentit rítmic.

Condicionals (de valor físic):

Bàsiques: força i les seves manifestacions de velocitat i resistència.

Facilitadores: flexibilitat i relaxació.

Socio-afectives (de les relacions inter-personals-grupals)

Emotiu-volitives (per l'identificació amb el jo personal)

Expressiu-creatives (per la projecció del jo personal)

Els continguts d'E.F. són triats pels alumnes a partir d'una proposta del professor en la que intenta oferir continguts força variats desde un punt de vista cognitiu i coordinatiu en interacció amb altres estructures personals.

En alguns grups definim sessió per sessió els continguts a desenvolupar a cada trimestre, en altres definim els continguts per a cada nova unitat didàctica de duració variable, i en altres es decideix a cada nova sessió el contingut a desenvolupar segons l'intercanvi d'informació entre alumnes i professor.

A l'avaluació es valoren diferents aspectes cognitius, coordinatius, afectiu-socials, emotiu-volitiu i expressiu-creatiu de totes les experiències motrius desenvolupades en un determinat període. Els aspectes condicionals no són valorats, només són tractats com a continguts experimentals d'optimització.

A cada sessió cada alumne obté dues notes (si és possible a partir de l'autoevaluació del propi alumne o com a producte de l'avaluació conjunta amb el professor):

1. valoració del nivell cognitiu i coordinatiu (+condicional), i
2. valoració del nivell afectiu-social, emotiu-volitiu i expressiu-creatiu.

S'utilitza la Llibreta d'Educació Física (que ja ens proposava el mestre Seirul-lo a les classes de 1986) per a que cada alumne realitzi la seva autoavaluació diària, mitjançant reflexions, esquemes, dibuixos, comentaris conjunts, Es guarda a l'escola i es promociona que l'alumne la porti a casa per mostrar-li als seus familiars o tutors i amics.

Els problemes que anomenem de "disciplina-comportament" no s'avaluen, encara que es tracten. La seva millora depen en gran mida de la millora en els aspectes afectiu-socials, emotiu-volitiu i expresiu-creatiu integrats a la pràctica.

En alguns grups també es realitzen evaluacions periòdiques amb èmfasis cognitiu i coordinatiu de determinats continguts, segons motivacions.

La qualificació final del trimestre o nivell es determina a partir de les avaluacions de cada sessió i, si és possible, amb interacció amb les evaluacions periòdiques. El percentatge de nota referit a la valoració 1 (cognitiva-coordinativa, + condicional) i a la valoració 2 (afectiu-social, emotiu-volitiu, expressiu-creativa) es determina segons les característiques de cada grup, podent-se també personalitzar dins un mateix grup.

Si l'alumne ha participat activament en un mínim del 60% de les sessions pot obtenir l'aprobat. Si ha participat en menys de un 60% de les sessions, se li demanarà que realitzi algun treball escrit i unes pràctiques motrius dins/fora de l'escola per aconseguir l'aprobat.

Per promocionar de cycle cal que l'alumne hagi obtingut l'aprobat a 3 dels 4 crèdits comuns i a un 50% dels crèdits variables realitzats.

Aquests criteris permeten oferir moltes variants d'assoliment d'objectius per poder passar de nivell o promocionar de cycle i sobretot, el més important, per tal que cada alumne optimitzi la seva personalitat.

Alguns projectes de futur:

- Definir uns continguts principals i uns d'opcionals per a cada nivell, però només com a primera referència i deixant total llibertat de càtedra i opcions de variació i decisió dels continguts segons l'intercanvi d'interessos amb els alumnes.
- Crear crèdits variables interdisciplinaris.
- Millorar els detalls d'ús de la llibreta d'E.F.
- Iniciar uns controls periòdics de mesures antropomètriques, capacitats condicionals, capacitats coordinatives i capacitats cognitives, així com socio-afectives, emotiu-volitives i expressiu-creatives. Útil per contribuir al desenvolupament de la personalitat dels estudiants i també per a que els professors coneguin millor les dinàmiques evolutives.

2. ESTAT DE SALUT DELS ALUMNES

A part de la informació que obtenim amb els controls motrius _que són un reflexa important de l'estat de salut de l'alumne_ estem creant pel curs vinent un informe i arxiu de seguiment per poder complementar l'informació sobre la salut dels alumnes. Aquest informa constarà dels següents apartats:

- Malalties cròniques i temporals.
- Lesions musculo-tendinoses, articulars i òssies.
- Deficiències psíquiques, físiques, motrius i sensorials.
- Al·lèrgies.
- Operacions i conseqüències.
- Vacunació.
- Medicació.
- ...

Complementàriament, a principi de cada curs demanarem a cada pare, mare o tutor que signi un document en el que informi sobre el seu coneixement sobre l'estat de salut de l'alumne en qüestió i en el que assumeixi la seva responsabilitat per que pugui o no realitzar activitat motriu al nostre centre i sota la nostre responsabilitat.

3. SORTIDES

Les sortides de l'àrea d'E.F. es realitzen per complementar els continguts de la nostre programació en medis i amb ús de materials que no disposem al nostre centre (activitats en rius, llacs, mar, muntanyes amb i sense neu, ...). Normalment es proposen per un o dos nivells d'E.S.O., però també per batxillerat.

Igual que les tasques d'E.F. al centre, aquí l'èmfasi segueix centrat en els aspectes cognitius i motrius (coordinatius-condicionals) de la pràctica, però prenen especial rellevància l'interacció amb els aspectes socio-afectius.

Les sortides de les activitats esportives de pati es realitzen per premiar als alumnes d'E.S.O. que més hagin participat millorant la seva personalitat amb especial atenció als aspectes socio-afectius.

Són sortides de caire lúdic-eronístic i així l'èmfasi és el mateix que el de les activitats: aspectes afectiu-socials, emotiu-volitius i expressiu-creatius

Les sortides de tutoria poden ser per realitzar qualsevol tipus d'activitat, inclús esportiva, sempre que l'objectiu d'aquesta sortida sigui un dels definits com a específic de tutoria i es diferenciï dels específics d'Ef.

Les dues pàgines seqüents son exemples de:

- Full de programació d'una sortida.
- Full de justificació d'una sortida.

SORTIDA.....DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ FÍSICA

Nom:

ACTIVITATS:

LLOC:	
DESPLAÇAMENT	
Anada:	
Tornada:	
HORA DE SORTIDA:	HORA APROX. TORNADA:
LLOC DE SORTIDA:	LLOC DE TORNADA:

PREU:	FORMA DE PAGAMENT:
-------	--------------------

PROGRAMA	ALUMNOS:
	Professors Acompanyants:
	PERMISOS/AUTORITZACIONS
	INFORMACIÓ PER L'ALUMNE
	TELÈFONS CONTACTE/TRAMITS:

SORTIDA.....DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ FÍSICA

NOM:

TIPUS: ÀREA de: _____

INTER-ÀREA de: _____

TUTORIA: _____

DIRIGIT ALS ALUMNES: _____

PROFESSORS ACOMPANYANTS: _____

JUSTIFICACIÓ

OBJECTIUS I CONTINGUTS

4. ACTIVITATS ESPORTIVES DE PATI

Desde principis del curs 1998-99 el departament d'E.F., per ampliar l'oferta motriu al centre i intentar despertar nous interesos dels alumnes, està organitzant amb la col·laboració de professors d'altres àrees unes activitats esportives durant les hores de pati del dilluns, dimarts, dijous i divendres.

L'objectiu fonamental d'aquest projecte és reforçar el procés d'autoestructuració de la personalitat de l'alumne mitjançant unes experiències motrius que estimulin constantment les capacitats coordinatives i cognitives, i que centrin l'atenció en els valors afectiu-socials, emotiu-volitiu i expressiu-creatiu. Complementàriament, es vol fomentar la participació de les noies en les activitats esportives i s'intenta oferir una opció de millora personal als alumnes que durant l'hora del pati no realitzen cap activitat o s'escapen del centre escolar.

L'essència d'aquestes activitats està també en fomentar la convivència al centre ja que integren alumnes de diferents edats i nivells junt amb professors de diferents especialitats.

Informació amplia a l'anexe:

"Les activitats esportives de pati de l'I.E.S. La Mina_Projecte d'innovació educativa"

5. EXHIBICIÓ FI DE CURS

Aquest curs 1999-2000, pels grups d'alumnes força motivats, organitzarem una exhibició esportiva per la Festa de Fi de curs en la que els alumnes participants faran demostracions de les habilitats que més els hi agradin o que vulguin exhibir, amb i sense música, ... de qualsevol àmbit de la motricitat.

6. INTERCANVI SOCIO-ESPORTIU

Aquest curs teniem previst realitzar un intercanvi socio-esportiu (èmfasis en els valors socio-afectius dels alumnes) amb l'I.E.S. Lluís Vives (districte Sants-Monjuic). Encara tenim la possibilitat de portar-lo a terme durant els dies 5 i 6 de juny (setmana cultural de barri). Les condicions generals d'aquest intercanvi són:

- S'organitza en dos dies. 1^{er}: ginkana esportiva a l'I.E.S. La Mina i 2^{on}: esports d'equip a l'I.E.S. Lluís Vives.
- Tots els grups, tant per la ginkana esportiva com pels esports d'equip, estaran formats per alumnes dels dos centres i amb proporcions similars de nois/noies.
- Tots els grups hauran de fer tasques d'avaluació de la ginkana, i d'arbitratge i organització del partits esportius.
- Les millors puntuacions de la ginkana i en els partits d'esports d'equip s'obtindran amb la participació conjunta de tot el grup (èmfasis afectiu-social).

7. GINKANA ESPORTIVA OBERTA AL BARRI

Igual que el curs passat, el Departament d'E.F. organitzarà un ginkana esportiva oberta a tots els nens i nenes del barri el dimecres de la setmana cultural del barri.

Bàsicament consistirà amb varies proves que s'hauràn de realitzar en grups de 2-4 persones. Tots els participants obtindran un premi per haver participat i també intentarem tenir uns premis especials pels millors participants.

8. CONTACTES AMB FEDERACIONS ESPORTIVES

Federació Catalana de Tennis:

- Durant el segon trimestre ens varen enviar un professor de la federació per impartir unes classes d'iniciació al tenis.
- Ens han regalat pilotes i ens han oferit material a preus especials.
- Col·laboraran a la ginkana esportiva oberta al barri muntant una estació i donant material pels premis.

Federació Catalana d'Esgrima:

- Col·laboraran a la ginkana esportiva oberta al barri muntant una estació i donant material pels premis.

Federació Catalana de Beisbol:

- Ens vindran a impartir unes sessions d'iniciació al beisbol.

Anirem ampliant els contactes amb diferents federacions esportives per tal que col·laborin en les activitats del nostre centre.

9. CONSTRUCCIONS I REPARACIONS DE MATERIAL I EQUIPAMENTS

Dos o tres cops a l'any dediquen alguns dies intentant que els alumnes reparin i millorin el material i instal·lacions esportives.

Organitzem alguns projectes inter-àrea per construir nou material o millorar l'instal·lació esportiva.

Organitzem projectes amb els tallers del centre per la construcció de material especial.

Veure al "Libro de Méritos Deportivos" tots els reconeixements.

10. CARTELLS INFORMATIUS

Al gimnàs tenim penjats diferents cartells informatius sobre:

- Anatomia i fisiologia del cos humà.
- Salut i Exercici.
- Tècniques esportives vàries.
- Criteris de puntuació de les activitats esportives de pati.
- Frases sobre “el bon esportista”.

11. TAULONS D'ANUNCIS

Al segon passadís que va al gimnàs hem penjat els següents taulons d'anuncis per informar als alumnes de totes les activitats que es fan i per despestar la seva curiositat i interès:

- Lectura setmanal.
- Dibuixos i escrits d'alumnes.
- Curiositats.
- L'alumne informa.
- Sortides.
- Activitats de pati.
- Rècords.
(va complementat amb una llibreta a on s'anoten els intents de rècord)

12. FOTOS DE MEMÒRIES D'ACTIVITATS

Al primer passadís que va al gimnàs hi penjem fotos-memòria de totes les activitats que es van portant a terme al llarg de cada curs:

- Imatges d'E.F.
- Sortides.
- Activitats de parti.
- Construccions i reparacions del gimnàs i de material esportiu.
- Ginkanes.
- Intercanvis.
- Sessions amb tècnics de les federacions.

13. LLIBRE DE “MÉRITOS DEPORTIVOS”

És un llibre majestuós creat el curs 1998-99 a on es van anotant les memòries amb fotos i escrits de totes les activitats que realitza el departament d'E.F. i a on els participant i col-laboradors hi signen com a reconeixement a la seva tasca. També hi han unes pàgines especials pels mèrits honorífics.