

ESCUELA: 20 DE 9°	Curso: 5A y 5B	Año: 2023
PROFESOR/AS: Mariel Pozner		
PROYECTO DIDÁCTICO: Ritmo y movimiento (iniciación a los saltos con soga)		Tiempo: 2 meses (mayo y junio)

FUNDAMENTACIÓN: A través del cuerpo y el movimiento las personas se comunican, expresan y relacionan, conocen y se conocen, aprenden a hacer y a ser, A partir de ello se propone trabajar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades, como limitaciones. Para ello, se propone a los grupos la actividad de “saltos con soga” siendo un recurso que propicia un espacio integrador donde todos los alumnos/as sin distinción de género, edad, nivel de resolución motriz, etc. pueden sentirse involucrados en la propuesta. Considerando imprescindible el cuidado del propio cuerpo y como el del otr@ durante la clase.

La decisión de llevarlo a cabo con éstos grupos resulta particularmente interesante ya que representa un punto de partida para la mayoría de ellos, siendo ambos grupos muy heterogéneos respecto de sus resoluciones y seguridad en los movimientos como también su disponibilidad motriz ante propuestas expresivas, es así, que el trabajo entre varios partiendo de ésta diversidad, es un desafío y una apuesta al trabajo con otros y a la construcción colaborativa, obteniendo como producto la elaboración de trabajos valorados por la comunidad y por el grupo.

Es a partir de la convocatoria de la Supervisión de éste distrito que se sostiene desde un paradigma cooperativo, donde se promueve la recuperación del juego tradicional que abarca a niños, niñas, adolescentes y adultos posibilitando el desarrollo de un proyecto con economía de materiales y de espacios siendo de fácil transferencia al tiempo del recreo y al extraescolar incluyendo a amigos y familia. Por último, resulta potente ésta práctica en cuanto al abordaje de HMB incluyendo las gimnásticas, el trabajo rítmico, expresivo y creativo ofreciendo la posibilidad de realizarlo tanto en forma individual, en parejas y/o en grupos como así también resulta un importante estímulo cardiovascular y finalmente es sumamente motivador respecto de las propias posibilidades y logros, como las del grupo en su conjunto.

Por todo lo mencionado lo elijo y lo promuevo.

- OBJETIVOS DE APRENDIZAJE**
- Que identifiquen resoluciones motoras adecuadas (registro y control) en forma global y segmentaria en los saltos con soga
 - Que registren información propioceptiva y exteroceptiva de su cuerpo detenido y en movimiento
 - Que resuelvan de manera eficiente la propia acción del movimiento en relación al movimiento regular del objeto (soga)
 - Que identifiquen situaciones de riesgo y cuidado en el trabajo de la clase de educación física
 - Que vivencie el disfrutar de la construcción colectiva de un producto en común (coreografía grupal)

EJES y CONTENIDOS	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ESTRATEGIAS	EVALUACIÓN (cierre UD) Indicadores	Observaciones
-------------------	----------------------------	-------------	--	---------------

<p>EL PROPIO CUERPO EL CUIDADO DE LA SALUD El esfuerzo en la actividad física (el reconocimiento del cansancio y la satisfacción por los logros) LA CONCIENCIA CORPORAL Elementos funcionales del cuerpo (huesos, articulaciones y músculos) La independencia segmentaria (en la realización de diferentes habilidades) LAS HABILIDADES MOTORAS La combinación de desplazamientos (con distintos ritmos, direcciones, sentidos, velocidades, con y sin acople de otras acciones) EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO LAS VARIABLES FÍSICAS DEL MOVIMIENTO Las trayectorias del objeto La variable temporal de las trayectorias: velocidad y duración. Las hipótesis que fundamentan las acciones sobre los objetos (la relación entre las características del objeto y los ajustes necesarios para su dominio) EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL} EL JUEGO Y LOS MINIDEPORTES La organización autónoma del pequeño grupo. Diferentes niveles de destreza propios y de los compañeros (reconocimiento, evaluación y aceptación) EL APRENDIZAJE GRUPAL La organización grupal para jugar, o para planificar, realizar y evaluar una actividad, una salida CUIDADO Y RESPETO POR EL OTRO</p>	<p>Juego Sol –Tierra (juego de atención utilizando saltos laterales y hacia adelante y atrás) Progresión de sogas sobre el suelo y aumentando la altura, pero siempre el objeto fijo. Con 2 sogas paralelas sobre el suelo, saltarlas sin realizar apoyo en medio de las mismas, se irá aumentando el espacio entre las mismas (salto en largo) El Muro, Con sogas elásticas estáticas, saltar la soga por encima evitando tocarla (Salto en altura) Registro de particularidades en las diferentes resoluciones a partir de la observación de otros y la propia ejecución. Verbalización de los núcleos corporales, sus posibilidades y limitaciones (acción de piernas, brazos, tronco, recepción de salto, flexión de rodillas)</p> <p>Trabajo individual con soga corta, exploración del elemento (saltos y manipuleos) De a uno realizar movimiento de la soga sin saltarla, intentando mover sólo las muñecas y evitando que la soga pierda dibujo uniforme durante el recorrido. Luego agregar el salto Indagar acerca de cómo les resultó más fácil, cómo hicieron para no enredarse con la soga.</p> <p>Saltos hacia adelante con pies alternados, con apoyo simultáneo de pies y unipodal Idem hacia atrás. Idem con desplazamiento. Combinar diferentes maneras de saltar la soga.</p> <p>De a dos, mostrar tres saltos que haya logrado realizar al compañero e intentar realizarlo.</p> <p>Presentación de diversidad de manipuleos con soga (balanceos, circunducciones, movimientos en ocho, en diferentes planos... con soga plegada etc) Enrosques y desenrosques Lanzamientos y recepciones. Sueltas de un cabo. En parejas construir una secuencia que incluya dos saltos y dos manipuleos. Luego aquellos que lo deseen lo mostrarán el resto del grupo. Luego juntarse con otra pareja y articular ambas secuencias. La Ola (inicio con soga larga) Ola a favor , entre 2 dar la soga a favor del compañero/a. La paso como quiero utilizando cualquier desplazamiento, intentando no tomar contacto con el elemento Idem Ola en contra Ola a favor Saltarla (quedando y saliendo)</p> <p>En parejas, dar la soga, ambos con la misma mano intentando realizar una trayectoria pareja del objeto</p> <p>Cambios de roles entre “saltadores” y “dadores” sin detención de la soga (los dadores practicar con ambas manos)</p> <p>Idem, el saltador/a ingresa, hacer 3 saltos, salir y cambiar con uno de los dadores el ritmo</p>	<p>Problema a resolver</p> <p>Reflexión</p> <p>Exploración Reflexión</p> <p>Modelo a imitar y problema a resolver</p> <p>Enseñanza recíproca</p> <p>Modelo a imitar Gestión participativa</p> <p>Resolución de problema</p> <p>Reflexión</p>	<p>Logran resolver de manera eficiente el problema</p> <p>Ubican los diferentes saltos (en altura, en largo)</p> <p>Observación de respuesta motriz y verbal acerca del modo de resolución y variedad explorada.</p> <p>Logran mostrar de manera efectiva sus propuestas de salto.</p> <p>Realizan una secuencia compartida</p> <p>Observación del ajuste del movimiento al recorrido del objeto</p>	
--	--	--	--	--

<p>La participación en el grupo: escuchar y ser escuchado, proponer y aceptar, jugar y observar, evaluar y ser evaluado.</p>	<p>Desafío: ingresar el saltador/a, armar secuencia expresiva y salir (también lo practico afuera, sin sogas internalizando el ritmo del propio movimiento en ajuste al objeto móvil.</p> <p>Doble Ola, la primera soga habrá que darla como "ola en contra</p> <p>Grupalmente verbalizamos 3 aspectos del objeto Soga. Tiene una trayectoria, velocidad y altura.</p> <p>Incorporación de música en la construcción de secuencias de movimiento. En pequeños grupos, sin desplazamiento, con desplazamiento</p> <p>Trabajos con música en los que se utilicen los contenidos trabajados (trabajo de secuencias creativas, coreográficas) Traer músicas y elegir 3 que se utilizarán para la construcción de las coreografías de soga individuales y combinados</p> <p>Soga Individual: *A partir de la construcción en parejas de secuencias de movimientos con música y la consigna de incluir en ella tanto saltos como manipuleos de la soga, se irán agrupando en pequeños grupos donde se enseñará de manera recíproca lo construido dando por resultado una secuencia más extensa.</p> <p>Soga Larga: A partir del trabajo en pequeño grupo de 4 o más, la consigna será intentar desafíos de a uno o en parejas (saltos con giro del saltador, con desplazamiento de los dadores, cambios de nivel, apoyos, etc) donde deberán ir cambiando de dador sin que se detenga el movimiento del objeto.</p> <p>Por turnos mostrarán al resto del grupo el trabajo realizado.</p> <p>Luego se sumará a esta consigna * la incorporación de HMB como desplazamiento, giros y equilibrios a modo de enriquecer sus acciones de movimiento..</p> <p>Tras la vivencia de las diferentes modalidades se preguntará al grupo y de manera individual en qué modalidad les gustaría armar la coreografía. El objetivo será respetar la elección individual donde cada quien participe en la modalidad en que lo desee ya sea porque se sienta seguro o por su habilidad de manera que todas las propuestas queden incluidas en la coreografía final.</p> <p>Respecto de la elección de la música, durante los primeros encuentros se trabajará con diversas músicas propuestas por la docente y por los alumnos propiciando variabilidad rítmica, y luego de haber realizado la elección de la modalidad se resolverá de manera conjunta, qué música se seleccionará en función de las secuencias trabajadas.</p> <p>ACTIVIDAD DE CIERRE o Producto participación de ambos grados integrados del encuentro inter-escolar de salto con soga propuesto por la Supervisión, cada alumno decidirá en qué tipo de coreografía participará a partir de su gusto o aquello en lo que se sienta seguro en la resolución, ya sea, sólo soga corta, sólo soga larga, o ambas modalidades</p>	<p>Exploración y Gestión participativa</p>	<p>Registan aspectos del objeto en movimiento</p> <p>Pueden memorizar secuencias de movimientos incluyendo frentes y momentos de la música</p> <p>Nivel de compromiso con el proceso de preparación y su participación en el cierre</p>	
--	--	--	---	--