



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Trabajo Fin de Grado

Trivial gigante deportivo de la salud

Alumno: Gema Urbano Carvajal

Tutor: Dra. Gema Torres Luque

Dpto: Didáctica de la Expresión Musical,
Plástica y Corporal

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	3
2. MATERIAL Y MÉTODO	4
3. RESULTADOS	5
4. APLICACIÓN PRÁCTICA. EL TRIVIAL DEPORTIVO DE LA SALUD.....	6
4.1. CARACTERÍSTICAS DEL GRUPO, DEL CENTRO Y DEL AULA.....	6
4.1.1. AULA Y ALUMNADO.....	6
4.1.2. EL CENTRO	8
4.2. ¿QUÉ SE PRETENDE CONSEGUIR CON LA UNIDAD DIDÁCTICA?	
4.3. OBJETIVOS.....	9
4.3.1. OBJETIVOS GENERALES.....	9
4.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	10
4.4. COMPETENCIAS.....	11
4.5. CONTENIDOS	11
4.6. METODOLOGÍA.....	12
4.7. TEMPORALIZACIÓN Y DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES.....	13
4.8. ¿CÓMO ES EL TRIVIAL GIGANTE DEPORTIVO DE LA SALUD? ..	26
4.9. DESCRIPCIÓN DEL JUEGO	27
4.9.1. REGLAS DEL JUEGO	28
4.10. EVALUACIÓN.....	28
4.11. OBSERVACIONES.....	30
5. BIBLIOGRAFÍA.....	31

1. INTRODUCCIÓN

La infancia y la adolescencia son consideradas etapas clave en la adquisición del estilo de vida. Niños y adolescentes se enfrentan a conductas y experiencias, fruto de la extensión de sus relaciones y de la acción de los agentes de socialización, que tendrán una importancia primordial en la formación de los hábitos de conductas saludables y positivas que tengan continuidad en la vida adulta (Carrero et al., 2005). La práctica de actividad física posee un gran número de beneficios fisiológicos y psicológicos como consecuencia de su práctica regular (Márquez et al., 2006). Las conductas sedentarias y los hábitos alimentarios inadecuados pueden representar una carga para la salud pública (Dishman, et al., 2004). A este respecto son esenciales abordajes como la Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (Estrategia NAOS) desarrollada por el Ministerio de Sanidad en España (Fernández San Juan, 2006). Es por ello que la educación física en la escuela posee un rol esencial para la promoción de la actividad física (Shen et al., 2007). Resulta de extrema importancia el desarrollo de estudios que incidan sobre el análisis del estado de salud y actividad física en la edad infantil y juvenil, haciendo posible el diseño de campañas educativas y la realización de programas específicos de intervención en niños y adolescentes, con el objeto de mejorar su estado de salud y de reducir el riesgo de patologías crónicas (Molinero et al., 2010). En este entramado, el conocimiento sobre parámetros alimenticios es una de las propuestas más relevantes en la etapa educativa. Si se une un estilo alimenticio saludable con actividad física, las mejoras en cuanto a los hábitos diarios se incrementarán considerablemente.

Por lo tanto, el objetivo de este trabajo es, por un lado, valorar el conocimiento sobre alimentación y parámetros saludables de profesores de educación infantil; y por otro, realizar una propuesta práctica para alumnos de segundo ciclo de infantil

2. MATERIAL Y METODO

Muestra

Se seleccionaron 6 profesores de segundo ciclo de Educación Infantil, de colegios urbanos de la provincia de Jaén. Todos ellos tenían más de 5 años de experiencia en esta etapa educativa.

Procedimiento

Para determinar la percepción de los participantes sobre el aprendizaje alcanzado (profesorado y alumnado del grupo experimental), se utilizó la entrevista individual semiestructurada (Patton, 2002).

Las cuestiones realizadas a los profesores para determinar su conocimiento sobre aspectos básicos de alimentación y actividad física, fueron:

1. ¿Sabría describir qué aspectos son los que hace “estar sano”?
2. ¿Conoce cuales son las habilidades motrices y las capacidades perceptivo - motrices a desarrollar en educación infantil?
3. ¿Conoce como se estructuran y se llevan a cabo los circuitos motrices?
4. ¿Conoce como se estructura y de que alimentos se compone la pirámide alimenticia?
5. ¿Conoce el concepto de juego de mesa gigante aplicado a infantil?

Todas las entrevistas se realizaron en un ambiente tranquilo, de forma individual y la conversación se registró en una grabadora digital (Sony ICD-PX820) para su posterior análisis.

Análisis estadístico

Para el análisis de las entrevistas primero se transcribieron y a continuación se realizó una lectura literal del texto, para tener una comprensión global sobre su contenido. Posteriormente, se analizaron cada una de las manifestaciones, siguiendo la literatura (Conde, 2009).

3. RESULTADOS

De forma resumida, en la Tabla 1, aparecen las respuestas generales contestadas por los profesores

	Profesores Contestación Positiva	Profesores Contestación Negativa
Pregunta 1	3	2
Pregunta 2	1	4
Pregunta 3	0	5
Pregunta 4	1	4
Pregunta 5	0	5

A raíz de los resultados, se observa como la mitad de los profesores si destaca aspectos o concepto de “estar sano”, proponiendo la alimentación y el ejercicio dentro de ellos. Sin embargo, al preguntar sobre aspectos específicos, el mayor volumen de los profesores encuestados no tiene claros aspectos sobre pirámide alimenticia y aspectos didácticos como los circuitos motrices o los juegos de mesa gigantes aplicados a educación infantil.

Por lo tanto, y a la vista de los resultados, se propone generar una unidad didáctica con la Educación Física y un juego de mesa gigante, como vehículo conductor hacia el aprendizaje de aspectos relacionados con la pirámide alimenticia, aplicado a alumnos de segundo ciclo de educación infantil.

4. APLICACIÓN PRÁCTICA DEL TRIVIAL DEPORTIVO DE LA SALUD

4.1. CARÁCTERÍSTICAS DEL GRUPO, DEL CENTRO Y DEL AULA

4.1.1. AULA Y ALUMNADO

Esta unidad didáctica va dirigida al 2º ciclo de educación infantil, más concretamente al curso de 5 años. Se va a llevar a cabo en el CEIP NAVAS DE TOLOSA el cual se encuentra en el barrio de “Las Fuentezuelas” en Jaén.

El grupo está formado por 25 alumnos/as, 12 niños y 13 niñas. Conociendo y teniendo en cuenta las características generales del alumnado del aula se estructurará mejor la labor del profesor, esto es un dato importante para la planificación de la acción educativa.

En estas edades, las características más destacables en cuanto a progreso motor es que las destrezas motrices en estas edades evolucionan de manera continua. Los niños y niñas tienen fuerza, presentan un buen equilibrio y control postural. También son capaces de mantener las extremidades superiores cerca del cuerpo, de andar sobre el trazo de una línea estrecha sin salirse, teniendo además la capacidad de parar la marcha y la carrera con los pies a la vez, es decir juntos.

Tienen una actividad continua y siendo predilección por correr, ejercitar saltos, deslizarse por toboganes y otras superficies. Cuando están al aire libre les gusta trepar a objetos o superficies inclinadas. En relación con el ritmo siempre que escuchan música comienzan a moverse de manera rítmica. Y en sus movimientos va asociando diferentes acciones, así en sus juegos observamos como corre y en un momento determinado salta un obstáculo, como golpea pelotas en movimiento, es capaz de trasladar objetos por diferentes planos, al tiempo que ya consigue atrapar con sus manos y buena coordinación cuando se le lanza un objeto como una pelota para que la coja. Además el desarrollo de estas capacidades hace que tenga una mejor autoestima, y comienza a

demostrar mucho interés por el resultado de sus acciones, tratando de realizarlas de manera correcta, aunque como profesores somos conscientes que el resultado motriz correcto o el éxito en sus realizaciones no es el objetivo de la enseñanza motriz, sabemos que en la medida que va ampliando esta experiencia motriz, consigue regular y perfeccionar todos y cada uno de sus movimientos.

Las edades comprendidas entre los 5 y 6 años son significativas para progresar en las bases del movimiento, empiezan a construir su esquema corporal explorando su propio cuerpo y también comienzan a definir la lateralidad. En esta etapa también desarrollan la atención, el equilibrio se va perfeccionando y consiguen un mayor control en movimiento y en parada.

Además también tendremos en cuenta las características individuales, atendiendo a la diversidad del aula, aspecto que trataremos en la metodología aunque cabe destacar que en nuestra aula no hay ningún alumno con necesidades educativas especiales, por lo cual no va a ser necesario hacer ninguna adaptación (en el caso de necesitarlo se podría realizar).

El aula es espaciosa y grande, cuenta con una zona en la que se trabaja en las mesas organizada en grupos de 6 menos una mesa que cuenta con 7. También tiene la zona de la asamblea y un rincón dedicado a la biblioteca y cuenta con otros espacios para poder trabajar por rincones o bien por talleres como se muestra a continuación:

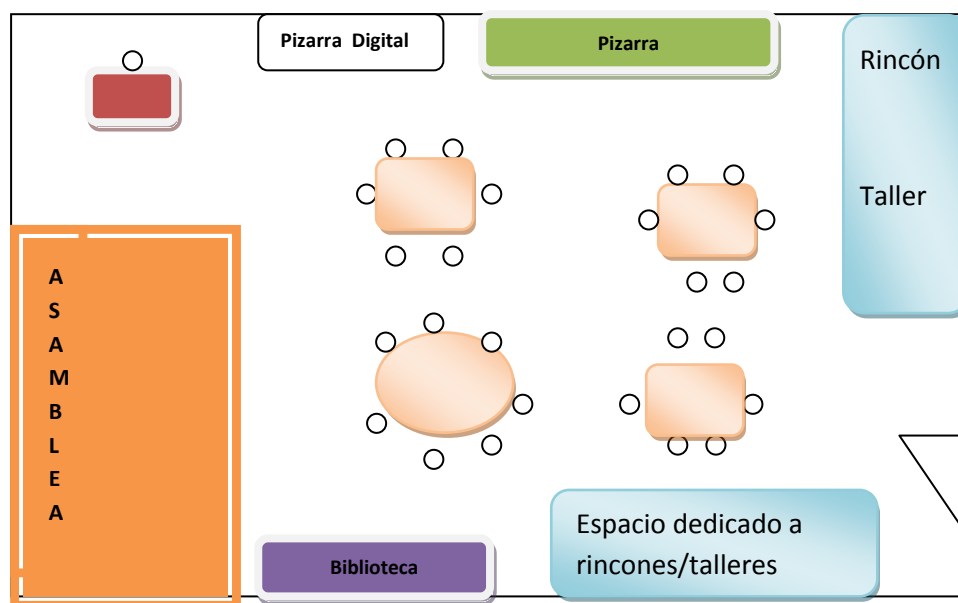


Figura 1. Distribución del aula de infantil

4.1.2. EL CENTRO

El centro cuenta con piscina polideportiva, gimnasio y otros dos edificios en los que se ubican el comedor, aula matinal, salón de usos múltiples, dos aulas de informática, 21 aulas para grupos de Educación Infantil, primaria y Alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo.

Para esta unidad didáctica es necesaria la utilización del gimnasio del centro para alguna de las pruebas a realizar. Disponemos de él dos días a la semana durante 50 minutos cada día, si fuese necesario la utilización de éste algún día más, se puede solicitar horas extras, aunque esto puede ser un inconveniente porque tendríamos que limitarnos a utilizarlo en las horas libres, lo cual tendré en cuenta para poder adaptar las pruebas a realizar en otro lugar del centro, como por ejemplo el patio o incluso el salón de usos múltiples, los cuales suelen estar desocupados gran parte del día.

4.2. ¿QUÉ SE PRETENDE CONSEGUIR CON LA UNIDAD DIDÁCTICA?

Con esta unidad didáctica lo que se pretende conseguir es que los alumnos se conciencien de la importancia de una vida sana y saludable a través del juego motriz, teniendo un papel protagonista en la confección y desarrollo del juego gigante a la vez que se implican en este.

Vamos a elaborar un juego de mesa gigante, será un Trivial Deportivo de la Salud, en el que a la vez que realizan actividades motrices contestaran a preguntas relacionadas con el tema que vamos a tratar, la salud. Es muy importante que conozcan el concepto de juego a la vez que sus características y así poder desarrollar las habilidades motrices.

El motivo de elegir un juego para concienciarles de la importancia de la salud, ha sido la importancia del juego como instrumento didáctico en educación infantil, siendo en esta etapa imprescindible para trabajar los juegos, puesto que con éstos, conocen mejor su cuerpo, aprenden a reconocer sus partes y las del otro, crear un ambiente de higiene y seguridad, desarrollar habilidades motrices básicas, educar la coordinación óculo-manual a través de la motricidad gruesa (manipulación, construcciones, etc.).

De esta manera reconocerán y aplicarán hábitos saludables en su día a día a través de un juego de mesa gigante que va a ser "un vehículo conductor" para la adquisición de aprendizaje.

4.3. OBJETIVOS

Los objetivos que se van a llevar a cabo durante esta unidad didáctica están divididos en generales y específicos, son los siguientes:

4.3.1. Generales:

Su diseño me va a permitir trabajar las siguientes capacidades en el alumnado:

- Adquirir autonomía en la realización de sus actividades habituales y en la práctica de hábitos de salud y bienestar.
- Desarrollar capacidad de iniciativa.
- Observar y explorar su entorno físico, natural, social y cultural generando interpretaciones de algunos fenómenos y hechos significativos para conocer y comprender la realidad y participar en ella.
- Desarrollar la capacidad de representar de forma personal y creativa distintos aspectos de la realidad vivida o imaginada, y expresarlos mediante las posibilidades simbólicas que ofrecen el juego y otras formas de representación y expresiones habituales
- Conocer su propio cuerpo y el de las otras personas, sus posibilidades de acción y aprender a respetar las diferencias.
- Conocer y representar su propio cuerpo, identificando sus partes y algunas de sus funciones, descubriendo las posibilidades de acción y de expresión, coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.
- Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene, la alimentación y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.
- Descubrir, conocer y vivir el juego como medio que favorece la aceptación propia, el desarrollo humano, la manifestación de emociones, el respeto a las demás personas, la aceptación de reglas, la seguridad personal y la aceptación de la identidad sexual y cultural.

- Utilizar los diversos lenguajes como instrumentos de **comunicación**, de expresión de ideas y sentimientos, de representación, de aprendizaje y de gozo.

4.3.2. Específicos:

Los objetivos específicos o didácticos que voy a llevar a cabo durante esta unidad didáctica están divididos en generales y específicos, son los siguientes:

Área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal

- Desarrollar el trabajo en equipo y el juego limpio.
- Conseguir realizar correctamente los recorridos
- Trabajar la coordinación, el control postural, el equilibrio estático y el conocimiento corporal.
- Conocer los segmentos y partes corporales.
- Concienciarlos de la importancia de una higiene diaria
- Unir diferentes áreas de conocimiento.
- Trabajar valores de cooperación y ética.
- Fomentar una actitud positiva hacia la salud
- Concienciar a los alumnos/as de la importancia de las visitas médicas para prevenir futuras enfermedades.
- Trabajar la buena alimentación con hábitos saludables
- Desarrollar la capacidad de la coordinación motora del niño
- Favorecer al desarrollo psicomotor mediante la percepción del propio cuerpo, tiempo y espacio
- Experimentar y explorar las capacidades perceptivo motrices.
- Respetar las reglas y normas del juego.

Área de Conocimiento del entorno.

- Conocer los alimentos saludables e identificarlos en la pirámide alimenticia.
- Identificar diferentes frutas
- Realizar la exploración sensorial de los alimentos que vamos a tomar

Área de Lenguajes: Comunicación y Representación

- Utilizar las diferentes formas de expresión y comunicación corporal

- Utilizar el juego como forma de relacionarse, aprender, divertirse y desarrollar capacidades intelectuales y psicomotrices.
- Emplear correctamente el vocabulario y las expresiones propias de los juegos.

4.4. COMPETENCIAS

El Real Decreto (1630/2006), que establece las enseñanzas mínimas en Educación Infantil, dice: “En esta etapa educativa se sientan las bases para el desarrollo personal y social, y se integran aprendizajes que están en la base del posterior desarrollo de **competencias** que se consideran **básicas** para todo el alumnado”.

En esta unidad didáctica se van a desarrollar las ocho competencias básicas ya que es globalizadora y se integran todas las áreas en la misma. Son las siguientes:

1. Autonomía e iniciativa personal
2. Competencia en comunicación lingüística
3. Competencia social y ciudadana
4. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico
5. Competencia para aprender a aprender
6. Competencia matemática
7. Competencia para aprender a aprender
8. Competencia en el tratamiento de la información y competencia digital

4.5. CONTENIDOS

En el REAL DECRETO 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil, se proponen los siguientes contenidos relacionados con la Educación Física:

1. El cuerpo y el movimiento.

- Movimiento corporal propio. (C).
- Desplazamientos en el espacio: delante/ detrás, el primero/el ultimo. (C).
- Coordinación y control progresivo de las habilidades manipulativas de carácter fino.(P).

- Situación y desplazamiento en el espacio. (P).
- Confianza en las propias posibilidades de acción. (A).
- Gusto por el ejercicio físico. (A).
- Interés por la precisión en los movimientos. (A).

2 .Conocimiento e imagen de si mismo.

- Partes del cuerpo y el esquema corporal: la lateralidad. (C).
- Eje de simetría corporal. (C).
- Lateralidad: izquierda/derecha. (C).
- Reconocimiento de las partes del cuerpo y el esquema corporal. (P).
- Identificación de la lateralidad: izquierda /derecha. (P).
- Curiosidad por conocer las partes del cuerpo y el esquema corporal. (A).
- Interés por reconocer el eje de simetría corporal e identificar la lateralidad. (A).

3. La salud y el cuidado de uno mismo.

- Acciones beneficiosas para la salud: el descanso. (C).
- Hábitos de higiene y limpieza en los juegos y con los juguetes. (C).
- Reconocimiento del descanso como una acción beneficiosa para la salud. (P).
- Interés por conseguir hábitos de salud e higiene. (A).

4. La vida en sociedad.

- Normas de convivencia en los juegos colectivos. (C).
- Comprensión de las normas que rigen los juegos colectivos. (P).
- Interés por aprender las normas que rigen los juegos. (A).

4.6. METODOLOGÍA

A la hora del desarrollo de la unidad didáctica vamos a utilizar una metodología activa y participativa en todo momento en la que los niños y niñas siempre sean los principales protagonistas de las actividades y el profesor sea el conductor de éstas.

Partiremos de una metodología creativa y lúdica donde el juego sea el principal hilo conductor de la propuesta, que hará que los alumnos estén mucho más motivados en las actividades y por consiguiente que capten mejor los conocimientos que queremos transmitirles. Además, será globalizadora porque nos servirá para trabajar diversas áreas, aunque no sea con objetivos específicos de ellas, y también socializadora. De este modo, trabajamos la motricidad, al igual que también trabajamos actitudes como por ejemplo la de prestar atención a elementos comunes y permanecer en orden mientras se realiza esa actividad, entre otras; Además, también nos permite trabajar diversas formas de lenguaje corporal y expresivo que faciliten la interacción del alumnado con el medio.

En cuanto al papel del profesor, éste será el principal precursor de las actividades, tendrá una actitud participativa y motivadora, será el principal guía de los alumnos, fomentando así un clima de respeto y confianza durante la realización de las actividades. Como la propuesta metodológica parte del enfoque constructivista, el profesor no dará solución a los diferentes conflictos cognitivos que puedan surgir en los alumnos, sino que será la situación la que les dará respuesta en la mayoría de las situaciones.

Las actividades se realizarán en grupo la gran parte de ellas, aunque en la temporalización veremos que algunas se realizarán individualmente. También vamos a trabajar por rincones para la elaboración de nuestro juego de mesa, ya que como dice Fernández (2009) *“Los rincones de trabajo son una forma estimulante, flexible y dinámica de organizar el trabajo personalizado. Responden a una concepción de la educación en la que el niño es el referente principal. En unos espacios delimitados de la clase, los alumnos de manera individual o en pequeños grupos, llevan a cabo simultáneamente diferentes actividades de aprendizaje, lo que permite dar una respuesta adecuada a las diferencias, intereses y ritmos de cada cual”*.

4.7. TEMPORALIZACIÓN

La temporalización de la unidad se ubica entre el 20 al 31 de octubre. La jornada escolar estará distribuida en bloques de trabajo, que de forma genérica serán los siguientes:

9 a 9:30: Bienvenida

9:30 a 10:30: Asamblea temática de comunicación con la finalización siempre de un juego motriz

10:30 a 11:30: Trabajo individual

11:30 a 12: Recreo

12 a 12:45: Lenguaje y expresión oral. En este horario tendrán dos días a la semana inglés y los jueves tendrán sesión de psicomotricidad.

12:45 a 13:45: Rincones

13:45 a 14:00: Actividades de recapitulación y preparación para la salida

El horario que van a seguir durante estas dos semanas que dura nuestra unidad didáctica va a estar estructurado de esta forma y a continuación se muestran las diferentes actividades que vamos a realizar, desarrollando algunas de ellas en el siguiente apartado.

Tabla 2. Temporalización de la semana uno.					
1ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9 a 9:30	ENTRADA, SALUDO Y ACOGIDA DE LOS NIÑOS Y NIÑAS <i>Rutinas diarias:</i> Canción de Bienvenida, pasar lista, tiempo, día de la semana, elección de encargado, bit de inteligencia				
9:30 a 10:30	Tema: Qué hago yo para estar sano	Tema: El desayuno	Tema: Mi actividad física preferida	Tema: Los juegos de mis papás	Tema: El juego en el mundo del arte. El juego de la comba de Sorolla
Juego motriz	Juego	Juego de	Los túneles	Guiar la	

	gigantes y enanos	las frutas		pelota	
10:30 a 11:30 Trabajo individual	Listado de acciones saludables	Construyo la pirámide de la alimentación	Escribo las normas del juego elegido	Escribo una carta a las familias para pedir información	Imito la obra de arte
11:30 a 12:00	RECREO				
12 a 12:45 Lenguajes	Cuento motor: El niño que no sabía comer	Canción: Canción del desayuno	Inglés	Sesión de Psicomotricidad	Inglés
12:45 a 13:45 Rincones de actividad	R1: Dado R2: Construimos casillas R3. Pirámide R4. Nombre de mi equipo	R1: Dado R2: Construimos casillas R3. Pirámide R4. Nombre de mi equipo	R1: Dado R2: Construimos casillas R3. Pirámide R4. Nombre de mi equipo	R1: Dado R2: Construimos casillas R3. Pirámide R4. Nombre de mi equipo	R1: Dado R2: Construimos casillas R3. Pirámide R4. Nombre de mi equipo
13:45 a 14	ACTIVIDADES DE RECAPITULACIÓN. PREPARACIÓN PARA LA SALIDA				

Tabla 3. Temporalización de la semana dos.

2ª semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLE S	JUEVES	VIERNES
9 a 9:30	ENTRADA, SALUDO Y ACOGIDA DE LOS NIÑOS Y NIÑAS <i>Rutinas diarias:</i> Canción de Bienvenida, pasar lista, tiempo, día de la semana, elección de encargado, bit de inteligencia				
9:30 a 10:30	Tema: Que me pasa si como chuches	Tema: Por qué es importante hacer deporte	Tema: Cómo cuidó mi cuerpo	Tema: El juego gigante	Tema: Qué he aprendido
Asamblea de Comunicación Y Juego motriz	Juego gigantes y enanos	Juego: somos bolos	Juego: Jugamos a bañarnos	Juego: Las cuatro esquinas	Juego: Jugamos con el cuerpo
10:30 a 11:30	Trabajo individual Listado de hábitos saludables	Escribir mi juego favorito y porqué	Ordenar las acciones	Dibujo nuestro trivial gigante en un folio	Escribir una carta a la familia
11:30 a 12:00	RECREO				
12 a 12:45	Cuento motor: El Sr. Cepillo de dientes	Canción: A lavarse los dientes	Inglés	Sesión de Psicomotricidad	Inglés
12:45 a 13:45	Rincones de Juego el trivial de	Juego el trivial de la	Juego el trivial de la	Juego el trivial de la	Juego el trivial de la

actividad	la salud	salud	salud	salud	salud
13:45 a 14	<p style="text-align: center;">ACTIVIDADES DE RECAPITULACIÓN. PREPARACIÓN PARA LA SALIDA</p>				

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

He de decir que independientemente de la unidad didáctica, siempre habrá dos secuencias didácticas que se repetirán durante todo el curso, la entrada y la salida, las cuales se describen a continuación:

9:00 a 9:30: Bienvenida

Todos los días de la semana a primera hora de 9:00 a 9:30 contamos con una secuencia didáctica la cual es: la entrada, saludo y acogida de los niños y niñas y rutinas diarias como son la canción de Bienvenida, pasar lista, tiempo, día de la semana, elección de encargado y los bits de inteligencia.

La entrada se hace organizada, tienen su zona en la entrada del colegio en la que se van colocando en fila conforme van llegando, cuando suena la sirena entramos hasta nuestra aula. Una vez todos colocados en nuestros respectivos sitios, van saliendo por orden a colgar las mochilas y los abrigos. Una vez realizado esto, nos vamos a nuestro rincón de la asamblea donde cantamos la canción de buenos días (durante el primer trimestre siempre es la misma canción). Todos los días se nombra a un encargado/a de clase el cual se lleva a casa la mascota de la clase (que en este caso es un mono de peluche) y se pone un cartel de encargado que llevará durante todo el día. Una vez todos ya sentados en semicírculo, se pone en el centro el encargado del día anterior y nos cuenta que ha hecho con “mono” en casa, qué ha comido, si ha jugado con él... Cuando termina, se sienta y la profesora nombra al encargado del día, sus funciones son las siguientes:

- Nos dice como se llama, nos cuenta con quién vive, cómo es su habitación, con qué juguetes juega... El objetivo es que pierdan la vergüenza a hablar delante de los demás, que se comuniquen y que el resto aprenda a escuchar. Cuando los niños hablan sobre lo

que ellos piensan, el profesor/a puede desarrollar estrategias más efectivas para ayudarlos a desarrollar sus destrezas de pensamiento.

Tras presentarse, pasa lista, mira el calendario para saber qué día es hoy, se asoma a la ventana y nos dice el tiempo que hace.

Estas son las funciones del encargado durante todos los días y siempre se hará a primera hora de la mañana.

13:45 a 14h: Actividades de recapitulación y preparación para la salida

La salida se organiza todos los días desde las 13:45 a las 14h. Todos sentados en sus sitios y con la profesora en el centro del aula vamos haciendo un breve resumen de lo aprendido, por ejemplo como estamos en otoño, cantamos la canción que estamos aprendiendo sobre esta estación del año, y hacemos un breve recordatorio de lo visto en el día. Una vez finalizado esto, salimos organizados a por nuestros abrigos y mochilas, nos lo colocamos en clase y hacemos una fila en la puerta para salir (el encargado/a del día siempre ocupará el primer puesto) y así finalizamos nuestro día de clase.

Una vez explicadas las dos secuencias didácticas que se dan en nuestro horario, paso a describir las actividades de la unidad didáctica.

He diseñado diferentes tipos de actividades: de motivación, de detección de conocimientos previos, de desarrollo, de síntesis y autoevaluación y de refuerzo y ampliación.

9:30 a 10:30: Asamblea temática de comunicación con la finalización siempre de un juego motriz

Partiremos, por tanto, de una **ACTIVIDAD MOTIVADORA** ya que como decía **Alonso Tapia** (2005) “*La motivación es el factor relevante que lleva al éxito al alumnado en cualquier actividad*”. Se realizará el lunes a primera hora de la mañana en el horario de la asamblea y esta consistirá en:

Aparece en la clase una “**CAJA MÁGICA**”, al abrirla nos encontramos con un jarabe, una jeringuilla, unas vendas, unos medicamentos, un muñeco, una carta y un dado. Nos sentamos todos en círculo y vamos viendo todos los elementos de la caja hasta que descubrimos la carta y la leemos entre todos. La carta nos la escribe Carletes (el

muñeco), en ella nos cuenta que está malito porque no se ha cuidado y quiere que le ayudemos. Tras leerla les preguntaré a los niños y niñas por qué creen que Carletes se ha puesto malito, algunas de las respuestas de los alumnos han sido las siguientes:

- Porque hace frío y no se ha abrigado.
- Porque ha comido muchas chuches.
- Porque no ha hecho ejercicio
- ...

Una vez obtenidas todas las respuestas, volvemos a analizar los elementos de la caja, y a todos nos llama la atención que haya un dado en esa caja, ¿Qué hará un dado en una caja de medicamentos? ¿Qué tendrá que ver ahí? En principio no parece tener mucha relación, pero sigo indagando en sus respuestas y les creo un conflicto cognitivo. Les hago las siguientes preguntas:

- ¿Por qué creéis que puede haber un dado en la caja? ¿Qué tendrá que ver con Carlitos? Un dado no es un medicamento, ¿por qué creéis que Carlitos lo ha puesto ahí? ¿Cómo creéis que le podemos ayudar a Carlitos con un dado?

Algunos de los niños nos dicen que cuando están enfermos como no pueden salir a la calle juegan a la oca. Otros dicen que Carlitos a lo mejor quiere que vayamos a jugar con él.

Como se puede observar en las respuestas de los niños aparecerán ideas, conocimientos y dudas que hay que solucionar. Mi papel como maestro será el de anotar las respuestas que van dando, regular la asamblea y volver a hacerles preguntas de otros aspectos que van surgiendo para que reflexionen sobre el tema. Tras debatir, llegamos a la conclusión de que es muy importante para estar sano tener una alimentación adecuada y hacer ejercicio, por lo que les vuelvo a lanzar la pregunta de qué podremos hacer entonces si ya tenemos medicamentos y un dado, con un dado se juega a un juego de mesa, pero en ese tipo de juego no existe ejercicio por lo que no es válido para ayudar a Carlitos, así que les propongo que entre todos realicemos un juego de mesa gigante. A todos nos encanta la idea y vamos a trabajar para confeccionarlo y ayudar a Carlitos.

Tras la asamblea realizaremos una actividad de **DETECCIÓN DE CONOCIMIENTOS PREVIOS**, les pediremos para incidir en dicho conocimiento

que hagan un listado con los hábitos saludables que conocen y qué juegos de mesa conocen y les gustaría que hiciésemos.

Con esta asamblea hemos llegado a la conclusión de que vamos a realizar un juego de mesa gigante, he podido saber los conocimientos que tienen sobre el tema, los juegos de mesa que conocen, y entre todos hemos acordado que vamos a confeccionar un **“TRIVIAL GIGANTE DEPORTIVO DE LA SALUD”**.

Pues bien, decir que tras la realización de las actividades motivadoras, se ha despertado en el alumnado el interés por el tema, al mismo tiempo que detectar sus conocimientos previos, hemos descubierto lo que saben y lo que les gustaría saber sobre el tema. Para dar respuesta a su interés y sus inquietudes, hemos diseñado una serie de **ACTIVIDADES DE DESARROLLO** con las que se pretende conseguir el desarrollo de las capacidades propuestas en los objetivos didácticos.

Todos los días contaremos con una asamblea temática que irá relacionada siempre con la Unidad Didáctica y tras esta haremos un juego motor, de expresión corporal y musical que no durarán más de quince minutos, como por ejemplo:

EL JUEGO DE LAS FRUTAS

Dibujaremos con tiza en el corcho que tenemos en el suelo en el rincón de la asamblea, diferentes frutas, peras, manzanas, uvas, plátanos... Entonces todos andaremos por el aula al son del pandero, cuando el pandero pare, la profesora nombrará una fruta y todos tienen que ubicarse rápido al lado de la fruta mencionada.

JUGAMOS A BAÑARNOS

No pondremos por parejas, repartiré unas pelotas de tenis, las cuales simularan ser esponjas. Tendremos que simular que estamos bañando a nuestra pareja y para ello tendremos que “enjabonarle” la parte del cuerpo que diga la profesora, por ejemplo cuando la profesora diga ¡espalda! A nuestro compañero tendremos que pasarle la pelota por la espalda igual que si estuviésemos enjabonándolo. Cuando la profesora diga ¡Cambio! Entonces le pasaremos la pelota al compañero y volveremos a realizar lo mismo.

10:30 a 11:30: Trabajo individual

Los alumnos tendrán su momento todos los días para realizar una actividad individual, cada día será diferente y siempre estará relacionada con nuestro “Trivial Gigante Deportivo de la Salud”. Algunos ejemplos de las actividades que realizaremos serán las siguientes:

- Realizaremos un dibujo de cómo creemos que será nuestro trivial. Les daré un folio, colores, temperas, rotuladores... Podrán usar el material que ellos quieran para dibujarlos y posteriormente colorearlo. Daré rienda suelta a su imaginación, con lo que ya sabemos de nuestro trivial más los rincones que estamos realizando, ellos crearán su propio trivial.
- Listado de hábitos saludables: Como en la asamblea hemos reflexionado sobre los hábitos saludables, para no olvidarnos de ellos y poder recordarlos todos los días, vamos a ir confeccionando un listado con los hábitos saludables que realizan en su día a día y después los leeremos uno por uno y los iremos comentando. Para su confección el docente lo escribe en la pizarra y los niños y niñas tratan de copiarlo a su manera.

12 a 12:45: Lenguaje y expresión oral. En este horario tendrán dos días a la semana inglés y los jueves tendrán sesión de psicomotricidad.

Estas actividades se realizan siempre después del recreo, aprenderemos canciones y también trabajaremos cuentos motores ya que es una dramatización y satisface el bloque de expresión corporal que viene en el curriculum, además mejora la imagen corporal y la conducta social. Un ejemplo de un cuento motor que vamos a trabajar sería el siguiente:

EL NIÑO QUE NO SABÍA COMER

“Había una vez un niño que todos los días al levantarse (abrir la boca como si nos estuviéramos despezando, inspirar por la nariz y echar el aire por la boca diciendo aaahhhh) iba a desayunar.



Para beber la leche no apretaba los labios y se le caía casi toda (abrir y cerrar los labios de forma relajada, para beber), y algunas veces hacia pedorretas y aún se le caía más (Inspirar por la nariz y soplar haciendo pedorretas con los labios), y las tostadas se las comía con la boca abierta y se le caían todas las migajas por el cuerpo (Hacer como que estamos comiendo con la boca abierta).

Después, cuando le tocaba la hora de la comida, le pasaba algo parecido. Empezaba a comer la sopa y hacia mucho ruido.

Primero soplabla fuerte para enfriarla y derramaba mucha (Inspirar por la nariz y soplar fuerte por la boca, varias veces), y luego metía la boca en el plato y daba grandes sorbetones, haciendo bastante ruido (Tomar aire por la boca como si estuviéramos absorbiendo la sopa).

Por la noche se comía una copa de nata con chocolate, y no veas cómo se ponía la cara y toda la ropa. (Sacaba la lengua mucho y la movía rápidamente de un lado para otro, hacia arriba, hacia abajo, pasándola por los labios). Más que un niño parecía un cerdo o un caballo, con esa lengua tan grande.

Pero una noche, pasó algo sorprendente, estupendo. Cuando estaba el niño durmiendo (Inspirar por la nariz y echar aire por la boca suavemente), apareció un duende, que tenía poderes mágicos, y le dijo unas palabras contando: (- Lalalií, lalalaaa, mañana comerás, – Lalalií, lalalee, mañana comerás bien, Y así lo repitió varias veces.)

Entonces al día siguiente cuando se despertó (Inspirar por la nariz y echar el aire por la boca, desperezándose, diciendo aaahhh), se fue a desayunar, y se bebió la leche sin caerse una gota (glu glu glu...), las tostadas se las comió estupendamente (moviendo la boca cerrada de un lado para otro y suavemente). Su familia estaba sorprendida, de lo bien que había desayunado. Pero cuando llegó la comida, aun se quedaron más sorprendidos, porque comió

mejor todavía con cuchillo y tenedor y moviendo la boca muy bien (hacer esto último), y no se le caía nada a la ropa, ni al suelo.

Con la copa de nata y chocolate que se comió de postre, no se manchó nada. (Sacar la lengua moviéndola despacio, de un lado para otro y juntando los labios uno sobre otro saboreando la copa, uuuhhmmm).

Todo lo hizo muy bien. Todos estaban tan contentos, que aplaudieron (palmadas con ritmo dirigidos).

A partir de ese día siempre comió muy bien.

Por eso, el que come bien y con educación, será un campeón”.

A parte de lo expuesto, en este tramo horario contamos dos días a la semana con clases de inglés, he de decir que durante estas dos semanas que dura la unidad didáctica, la profesora de inglés utilizará el vocabulario que estamos viendo sobre frutas, salud... Y enfocará sus clases hacia este tema.

ACTIVIDADES DE PSICOMOTRICIDAD

Realizaremos dos sesiones específicas de psicomotricidad durante la unidad didáctica que irán enfocadas a nuestro juego gigante. Como todas las sesiones de psicomotricidad tendrá una parte de calentamiento, una parte de actividad y la última de relajación y vuelta a la calma. Un ejemplo de una de nuestras sesiones sería la siguiente:

MOMENTO DE ENTRADA:

Realizaremos calentamientos de todas las articulaciones, empezando por los tobillos y terminando por el cuello. Después realizaremos al son del pandero carrera continua, dependiendo del ritmo que marque el pandero, irán más rápido o más lento.

MOMENTO DE MAYOR ACTIVIDAD MOTRIZ:

Realizaremos una gymkana, se realizará dos veces y estará compuesta por varios circuitos:

- Primer circuito será un recorrido de aros los cuales tendrán que pasarlos saltando dentro de un aro a otro.

- Y así llegarán al segundo circuito que estará compuesto por unos bancos suecos los cuales tendrán que pasarlos manteniendo el equilibrio por encima de estos y encontrarán obstáculos los cuales tendrán que pasarlos unos por encima y otros por debajo.
- El tercer circuito estará compuesto por unas mesas simulando un túnel, el cual tendrán que pasar sin rozar las mesas arrastrándose por el suelo.
- Llegarán a una colchoneta en la que tendrán que hacer una voltereta y así finalizar el recorrido.

MOMENTO DE DESPEDIDA

Realizaremos estiramientos y después nos tumbaremos todos y haremos relajación, les diremos que imaginen que están en la playa, que pueden escuchar las olas, el viento, escuchan a las gaviotas piar y volar... De esta forma terminaremos nuestra sesión de psicomotricidad y volveremos a la clase para seguir con nuestro trabajo de aula.

12:45 a 13:45: Rincones

Contaremos con cinco rincones que realizaremos a última hora del día. Los rincones son dedicados a la elaboración de nuestro juego de mesa, los niños estarán divididos en grupos de cinco e irán rotando de rincón a rincón por días, es decir, cada día realizarán uno diferente. Los rincones serán los siguientes:

- Rincón 1: Construcción del dado

En este rincón realizarán el dado con el que jugarán, cada equipo tendrá en suyo. Para construirlo contaremos con una caja de cartón, la cual montaremos y pintaremos de negro, cuando la pintura haya secado le pondremos gómetas gigantes de color blanco.



Figura 2. Ejemplo de dado gigante

➤ Rincón 2: Construimos casillas

Aquí diseñarán las casillas de nuestro Trivial, cada uno realizará una, se harán con cartulina grande de colores, previamente les habré señalado con lápiz la estructura de la casilla para que ellos la recorten.

➤ Rincón 3: Pirámide de los alimentos

Cada equipo coloreará la pirámide de los alimentos y después la recortará por partes para posteriormente conseguirla en los diferentes apartados de nuestro juego.

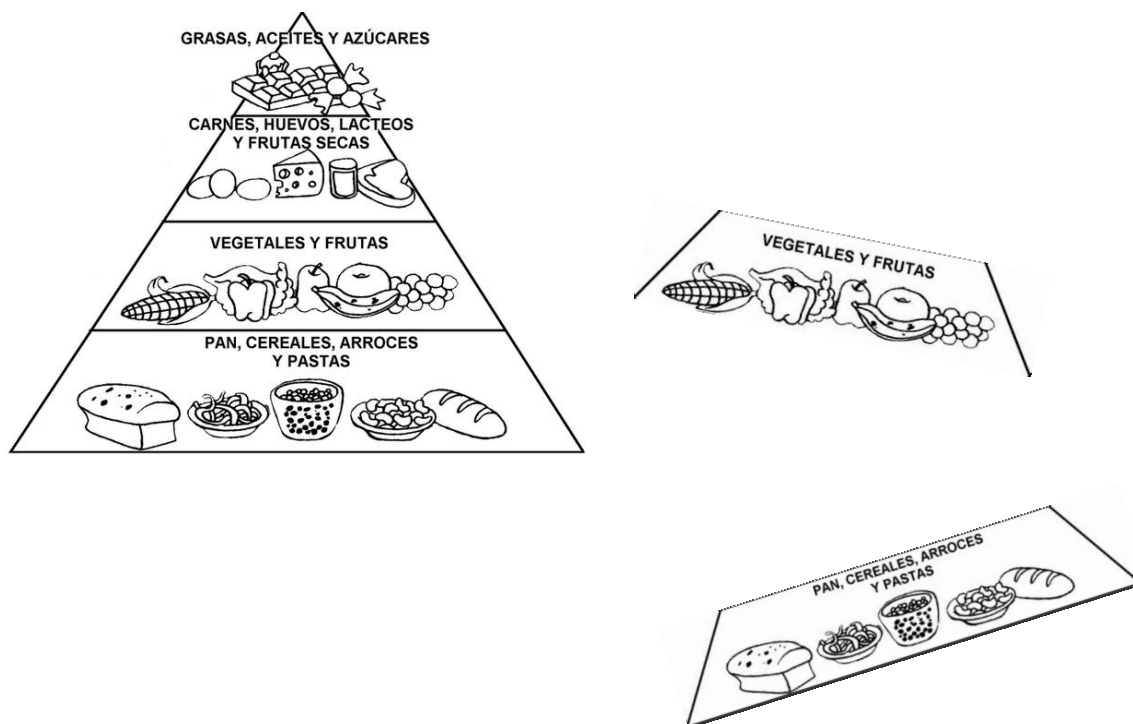


Figura 3. Nuestra pirámide alimenticia

➤ Rincón 4: Nombre de mi equipo

Los niños tendrán que elegir un nombre de equipo y elaborarse un cartel con el nombre de éste. Contarán con cartulinas de diferentes colores para su elaboración.

➤ Rincón 5: Juego el Trivial Deportivo de la Salud

Este rincón se realizará en la última semana de nuestra Unidad, una vez ya montado nuestro juego nos dispondremos a jugar con él, todos los días ensayaremos una parte y el viernes que será el último día ya lo jugaremos completo.

4.8. ¿CÓMO ES EL TRIVIAL GIGANTE DEPORTIVO DE LA SALUD?



4.9. DESCRIPCIÓN DEL JUEGO

Los alumnos se van a dividir en grupos de cinco, como el aula cuenta con veinticinco alumnos, se formarán cinco grupos. El juego consiste en conseguir cuatro piezas necesarias para formar una pirámide alimenticia. Contaremos con un panel puesto en la pared, cada vez que se consiga una pieza, tendrán que ir al panel a colocarla, no sólo es necesario para terminar el juego conseguir las piezas, si no también colocarlas correctamente.

Cada equipo comenzará en la casilla estrella (que es la casilla de salida), tirarán el dado y pasando por los recorridos marcados llegarán a la casilla que le haya tocado, si aciertan la respuesta volverán a tirar, si la respuesta es errónea entonces perderán un turno y volverán a la casilla central.

Una vez organizados, le explicamos el juego y sus reglas.

Contamos con un tablero dividido en 28 casillas y 4 recorridos:

- 12 casillas premium → En estas casillas tienen la oportunidad de conseguir las piezas para completar la pirámide. Cada una de las casillas tendrán una pregunta y 2 pruebas relacionada con el tema. Si se acierta conseguirán la pieza.
- 16 casillas entrenamiento → Estas casillas contendrán varias pruebas a realizar y preguntas a responder, los entrenará para cuando lleguen a la casilla estrella y de esta forma poder conseguir su pieza.
- 1 casilla estrella → Está situada en el centro del tablero, es el punto de partida del juego.
- 4 recorridos → Estos recorridos unen la casilla central con cada una de las casillas estrella, cada uno de ellos se describen a continuación:
 - Primer recorrido: Se trabaja en control postural, el alumno tendrá que llegar hasta la casilla número uno con dos libros colocados en la cabeza sin que se le caigan.
 - Segundo recorrido: En este recorrido se trabaja el equilibrio estático, está compuesto por dos bancos en el que tendrán dos obstáculos colocados de tal forma que uno tendrán que pasarlo por encima y el otro por debajo.
 - Tercer recorrido: Trabajarán la coordinación pasando por un circuito de aros.

- Cuarto recorrido: Llegarán a la casilla haciendo el recorrido saltando dentro de un saco favoreciendo así el equilibrio y mejorando la coordinación dinámica general.

4.9.1. REGLAS DEL JUEGO

Tendremos una serie de reglas las cuales se han diseñado de manera específica para el buen funcionamiento del juego:

1. Conseguir las cinco piezas necesarias para completar la pirámide y así finalizar el juego.
2. Ganará el equipo que las consiga primero.
3. Cada vez que se falle una pregunta volverán a la casilla estrella.
4. Tendrán dos oportunidades cada vez que tiren el dado de pasar el recorrido, si no lo hacen correctamente volverán a la casilla y perderán el turno.
5. Cada vez tirará un miembro del grupo y es obligatorio la participación de todos los alumnos/as.
6. Las respuestas deben ser consensuadas antes de ser respondidas.

4.10. EVALUACIÓN

Para el desarrollo del planteamiento didáctico es fundamental la **EVALUACIÓN**, ya que como nos dice **GARCÍA RAMOS** (1989) “*la evaluación es una actividad o proceso sistemático de identificación, recogida o tratamiento de datos sobre elementos o hechos educativos, con el objetivo de valorarlos primero y, sobre dicha valoración, tomar decisiones*”.

Existe una Evaluación inicial, para detectar los conocimientos previos y las motivaciones e intereses de éstos, y esta se realizaron en las asambleas y en la preparación de la actividad inicial. A lo largo de el proyecto la evaluación ha sido continua, a través de la **OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA** (directa e indirecta) de las actividades de los alumnos, de sus verbalizaciones y de de sus expresiones plásticas. He tomado anotaciones a diario, he evaluado el trabajo individual y el de grupo y finalmente se ha evaluado los conocimientos adquiridos a partir del Trivial Gigante ya

que es un conductor para el aprendizaje. Una de las grandes ventajas que presenta nuestro juego de mesa gigante es que es una vía evaluativa más.

Los **INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN** que he utilizado han sido:

- Conversaciones y diálogos PARA LA DETECCIÓN DE IDEAS PREVIAS
- Análisis de las producciones de los alumnos/as. (Observación indirecta)
- Registro individual de la observación directa y sistemática del niño para valorar sus procesos, avances y la ayuda que necesita.
- Registro de incidencias diarias del aula
- Ficha de seguimiento de evaluación al final de la unidad

Los criterios de evaluación con los que hemos confeccionado la rúbrica de seguimiento para **EVALUAR EL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO** serán a modo de ejemplo:

INDICADORES DE EVALUACIÓN	NIVELES DE DESEMPEÑO				OBSERVACIONES
	Lo hace correctamente	Lo hace pero con dificultad	No lo hace bien pero lo intenta	No lo hace	
Respeto a los demás en sus intervenciones.					
Participa de manera activa.					
Coordina correctamente					
Identifica una dieta equilibrada					
Realiza correctamente los recorridos					
Realiza clasificaciones de alimentos					
Tiene control postural					
Conoce los segmentos y partes corporales					

Conoce diferentes hábitos de higiene					
--------------------------------------	--	--	--	--	--

Y por supuesto realizaré **EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA**, ya que nos dice **Stenhouse (1984)**, "para evaluar hay que comprender el proceso educativo, siendo el profesor el primer crítico con el mismo proceso", para ello tendré que dar respuesta a preguntas del tipo:

- Si ha existido coherencia interna de en todos los elementos curriculares de la unidad didáctica
- Se ha adaptado a las necesidades del alumnado
- Si ha sido suficiente el tiempo empleado en el desarrollo de la unidad
- Si las actividades han sido adecuadas a la capacidad real de los niños y niñas
- Si la participación de las familias ha tenido canales fluidos y concretos
- Si la organización del espacio ha sido adecuada a nuestro grupo de alumnos/as
- Si la organización temporal es adecuada para que cada niño tenga el tiempo necesario en relación con su propio ritmo de aprendizaje
- Si los materiales utilizados han sido suficientes, motivadores, atractivos.

4.11. OBSERVACIONES

Una de las grandes ventajas de esta propuesta práctica es que el profesor de educación infantil podrá adaptar la misma a las características concretas de su centro y de sus alumnos. Algunas cuestiones que nos parece interesante destacar al respecto son las siguientes:

1. Las propuestas que aquí se realizan, es considerando el eje central la Educación Física como vehículo conductor para el aprendizaje, empleando un juego de mesa gigante.
2. Esta propuesta, puede adaptarse a otras edades distintas a 5 años. En la temporalización propuesta será cuestión de que el profesor adapte las actividades a 3 ó 4 años. Es decir, podrá aplicarse a cualquier curso de 2º ciclo de infantil.
3. Será sencillo adaptarlo a cualquier centro educativo, con sus instalaciones y espacios. El trivial deportivo gigante podrá adaptarse al aula, a la sala de juego, gimnasio, sala de usos múltiples, etc.

4. A su vez, consideramos que este juego de mesa gigante se podría adaptar a todo el curso académico, incluyéndolo como medio de evaluación en todas las unidades didácticas que se desarrollen.

5. BIBLIOGRAFÍA

Alonso Tapia, J. (2005). Motivación para el aprendizaje: la perspectiva de los alumnos. *Foro Educativo*, 7, 13-54.

Carrero, I., Ruperez, E., De Miguel, R., Tejero, J.A., & Pérez-Gallardo, L. (2005): Ingesta de macronutrientes en adolescentes escolarizados en Soria capital, *Nutrición Hospitalaria*, 20, 204-249.

Conde, F. (2009). Análisis sociológico del sistema de discursos. Cuadernos metodológicos, 43. Madrid: CIS

Decroyla (2011). El niño que no sabía comer. *Blogdiario.com*, 2011 <http://decroyla.blogspot.es/1306162320/el-ni-o-que-no-sabia-comer/> (28/10/14)

Dishman, R.K., Motl, R.W., Saunders, R., Felton, G., Ward, D.S., Dowda, M., & Pate, R.R. (2004). Self-efficacy partially mediates the effect of a school-based physical-activity intervention among adolescent girls, *Preventive Medicine*, 38, 628-636.

Fernández, AI. (2009) El trabajo por rincones en el aula de educación infantil. *Revista de innovación y experiencia educativa*, 15

Fernández San Juan, P.M. (2006). Dietary habits and nutritional status of school-aged children in Spain, *Nutrición Hospitalaria*, 21, 364-378.

García Ramos, J. M. (1989). *Extensión de la evaluación*. En R. Pérez Juste y J.M. García Ramos, *Diagnóstico, evaluación y toma de decisiones*. Madrid: Rialp, pp. 315-385.

Márquez, S., Rodríguez Ordax, J., & De Abajo, S. (2006). Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física, *Apunts Educación Física y Deportes*, 83, 12-24.

Molinero, O., Castro-Piñero, J., Ruiz, J.R., González Montesinos, J. L., Mora, J., & Márquez, S. (2010). Conductas de salud en escolares de la provincia de Cádiz, *Nutrición Hospitalaria*, 25(2), 280- 289.

Orden de 5 de agosto de 2008, por la que se desarrolla el Currículo correspondiente a la Educación Infantil en Andalucía

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3^{er} ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil.

Shen, B., McCaughtry, N., & Martin, J. (2007). The Influence of Self- Determination in Physical Education on Leisure-Time Physical activity behavior, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 78(4), 328-338.

Stenhouse, L. (1984) *Investigación y desarrollo del curriculum*. Madrid: Morata