

ANÁLISIS de la CONTRIBUCION DE LA EDUCACION FISICA A LA CONSECUCCIÓN DE LAS COMPETENCIAS BASICAS.

1. El área de Educación Física contribuye a la consecución de la **Competencia en cultura científica, tecnológica y de la salud**, mediante actividades relacionadas con:

NATURALEZA y MEDIO AMBIENTE

- Conocimiento de la naturaleza y de la interacción del ser humano con esta.
- La reflexión sobre el uso responsable de los recursos naturales y la preservación del medio ambiente.
- Consumo racional y responsable.
- Vida saludable en un entorno saludable.
- Los juegos y deportes en la naturaleza y los contenidos actitudinales asociados a los mismos.
- El juego con materiales reciclados y reutilizados.
- Adquisición de hábitos saludables de ejercicio físico.

PROPIO CUERPO

- Percepción e interacción apropiada del propio cuerpo; en movimiento o en reposo.
- Percepción del espacio físico en el que nos movemos y la habilidad para interactuar con él: moverse en él, orientarse y resolver problemas en los que intervengan los objetos y su posición.
- La mejora de las posibilidades motrices.

SALUD:

- Conocimiento y valoración de los beneficios para la salud; de la actividad física, de la higiene, la corrección postural y la alimentación equilibrada.
- Conocimiento de los riesgos inherentes a la práctica de ejercicio o el deporte.
- Ser conscientes de que en ocasiones la salud y el deporte suelen ser elementos contrapuestos (competición y alto rendimiento).
- Riesgos asociados al sedentarismo, al consumo de sustancias tóxicas o al abuso del ocio audiovisual.
- Adquisición de hábitos saludables y de mejora y mantenimiento de la condición física.
- Valoración de la actividad física, como alternativa de ocupación del tiempo de ocio.

2. El área de Educación Física contribuye a la consecución de la **Competencia social y ciudadana** mediante actividades relacionadas con:

NORMAS

- Elaboración y aceptación de las reglas.
- Establecimiento democrático de las normas de clase, asegurando los medios para que se cumplan dichas normas.
- Aprendizaje de estrategias no violentas de resolución de conflictos.

ACTITUDES y VALORES

- La autoestima, la tolerancia, el respeto y valoración de las diferencias, respetando a la identidad y autonomía personal, la participación y la valoración de la diversidad.
- Asumir las diferencias así como las posibilidades y limitaciones propias y ajenas.
- Cooperación y solidaridad.

- Desarrollo de valores como la paz, la igualdad de oportunidades para ambos sexos, la salud, el medio ambiente, la interculturalidad o el respeto mutuo que cimientan la convivencia humana.
- Resolución de conflictos mediante la negociación y el diálogo.
- La práctica de juegos y deportes cooperativos, educan para la paz, la cooperación, la tolerancia, el respeto y la solidaridad.
- Aceptación de responsabilidades.
- Educación para un consumo responsable y una utilización racional de los recursos naturales
- Educación en la interculturalidad; evitando discriminaciones de sexo, raza o nacionalidad.
- Riqueza cultural, mediante juegos y danzas vascas y de otras culturas y países.
- Juegos y deportes alternativos, valor coeducativo.

3. El área de Educación Física contribuye a la consecución de la **Competencia en cultura humanística y artística** mediante actividades relacionadas con:

EXPRESION:

- Exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento, como medio para expresar ideas o sentimientos de forma creativa (a través de la representación dramática, la música y la danza, el lenguaje corporal).
- Trabajo cooperativo y asunción de responsabilidades.
- Capacidad de asumir diferentes papeles como creador, intérprete, espectador y crítico.

CULTURA:

- Reconocimiento y apreciación de las manifestaciones culturales específicas de la motricidad humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza.
- Valoración de la diversidad cultural.

DEPORTE:

- Acercamiento al fenómeno deportivo como espectáculo.
- Análisis y la reflexión crítica ante la violencia en el deporte u otras situaciones contrarias a la dignidad humana que en él se producen, así como ante las actividades positivas que puede mostrar (compañerismo, superación, sacrificio...).

4. El área de Educación Física contribuye a la consecución de la **Autonomía e iniciativa personal** mediante actividades relacionadas con:

INICIATIVA y AUTONOMIA:

- Tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe manifestar auto superación, perseverancia y actitud positiva.
- Dar al alumnado protagonismo en aspectos de organización individual y colectiva de las actividades.
- Habilidades sociales como la empatía, la escucha activa y la capacidad de afirmar y defender los propios derechos.
- Actividades y metodología activa, reflexiva y participativa que fomente la confianza en uno mismo, la responsabilidad, la autocrítica, la toma de decisiones con progresiva autonomía y la capacidad de superación.
- Desarrollando el esquema corporal, las habilidades perceptivo motrices y las coordinaciones.

- Control emocional (técnicas de relajación, actuaciones frente al público, actividades de "riesgo", la competición).

5. El área de Educación Física contribuye a la consecución de la **Competencia para aprender a aprender** mediante actividades relacionadas con:

APRENDIZAJE:

- Conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje motor que permite el establecimiento de metas alcanzables (autoconfianza).
- Las situaciones motrices libres, la exploración, las metodologías de búsqueda y descubrimiento.
- La capacidad para obtener información y transformarla en conocimientos o aprendizajes efectivos.
- Autoaprendizaje.
- Los proyectos comunes en actividades físicas colectivas facilitan la adquisición de recursos de cooperación.
- Transferencia a tareas más complejas.

6. El área de Educación Física contribuye a la consecución de la **Competencia digital y sobre el tratamiento de la información** mediante actividades relacionadas con:

CAPACIDAD CRITICA:

- Valoración crítica de los mensajes referidos al cuerpo, procedentes de los medios de información y comunicación.

BUSQUEDA Y PROCESAMIENTO DE INFORMACION:

- Junto a la búsqueda y procesamiento de información procedente de fuentes tradicionales como los libros o el diccionario, es posible recurrir al uso de las TIC como fuente potencial de búsqueda y transformación de la información.

HERRAMIENTAS de TRABAJO:

- El uso de las TIC para conseguir la máxima eficacia didáctica en los limitados tiempos que puedan dedicarse a ellas. Por ejemplo con webquest sobre contenidos del área, registro de datos sobre la propia condición física en un archivo personal o cuaderno digital del área, búsqueda y elaboración de fichas de juegos tradicionales o juegos del mundo, etc.
- El uso del cañón de proyección resultará interesante para la presentación de temas, cuentos motrices, proyección de trabajos, visionado de bailes,...

RIESGOS:

- Atención a los riesgos que un uso abusivo de los soportes digitales, videojuegos, móviles y demás pantallas de visualización de datos pueden generar para la salud.

7. El área de Educación Física contribuye a la consecución de la **Competencia en comunicación lingüística** mediante actividades relacionadas con:

LENGUAJE ORAL:

- Vocabulario específico del área; terminología propia, los juegos del mundo y el uso de palabras extranjeras tan común en el ámbito deportivo.

- La comunicación lingüística es inherente al propio proceso de aprendizaje y comunicación.
 - Esta se puede desarrollar pidiendo al alumno que expliquen sus respuestas verbales y motrices: "¿cómo lo sabes?", "¿cómo lo has hecho?" o "por qué lo has hecho así". También la expresión de sus vivencias y emociones: "¿cómo te has sentido?" o "¿qué te ha pasado?" y la explicación de sus "errores" en la resolución de las tareas motrices,
- Saber escuchar y ser escuchado.

LENGUAJE ESCRITO:

- La lectura y la escritura puede ser una herramienta válida:
 - Leer para dibujar, leer para entender las reglas o la dinámica de un juego o deporte, leer para transcribir la clave de una baliza en orientación deportiva, leer para evaluar o evaluarse mediante fichas de control o de autoevaluación, escribir para explicar o elaborar un informe, escribir para representar una escena, escribir para opinar críticamente....

LENGUAJE EXPRESIVO:

- Expresión Corporal.
- Expresión Musical.

8. El área de Educación Física contribuye a la consecución de la **Competencia matemática** mediante actividades relacionadas con: .

- Aprendizaje de elementos y razonamientos matemáticos incidiendo en su utilización para la resolución de problemas en situaciones cotidianas propias de nuestra materia.
 - Podemos desarrollarla, realizando y analizando cálculos; utilizando números; interpretando informaciones, datos y argumentaciones; realizando razonamientos de lógica matemática sobre orden, secuencias, cantidades, u otras nociones matemáticas...).
 - Elementos como los ejes y planos de simetrías, figuras y formas geométricas en el espacio, recta, curva, paralelismo, perpendicularidad, aleatoriedad, reparto proporcional o no, magnitudes e instrumentos de medida, estimación y cálculo de medidas, unidades del sistema métrico decimal, resolución de problemas mediante la deducción lógica, cálculo mental de puntuaciones, etc.
 - Los números, el orden y sucesión, las operaciones básicas y las formas geométricas aparecen de forma constante en la explicación de juegos y deportes, en la organización de equipos y tareas, en las mismas líneas del campo de juego. Las nociones topológicas básicas y la estructuración espacial y espacio-temporal están estrechamente vinculadas al dominio matemático. Distancia, trayectoria, velocidad, aceleración, altura, superficie... son términos usuales que permiten vivenciar desde la motricidad conceptos matemáticos.
 - Las escalas, en la proporción, en los rumbos como distancias angulares... el número de marchas de la bicicleta multiplicando los platos por los piñones, e identificamos el tipo de cubierta de la rueda por la numeración en pulgadas,...

- El cronometraje de tiempos, la toma de pulsaciones, el registro de marcas y su evolución para ir constatando el desarrollo de la condición física, permiten producir información con contenido matemático.
- Diferentes modos de representación; esquemas, planos,...

Bibliografía:

- Currículo de educación de la comunidad Autónoma del País Vasco.
- Programación anual segundo ciclo. Educación Física. CEIP Juan Carlos I (Torredelcampo). Rafa Bueno Gonzalez.
- Nueva propuesta curricular para el área de Educación Física en la Educación Primaria. Gomez Rijo A, Diez Rivera L.J., Fernandez Cabrera J.M., Gorriñ Gonzalez A., Pacheco Lara J.J., Sosa Alvarez, G.
- El desarrollo de las competencias básicas a través de la Educación Física, José Díaz Barahona, María Campos Micó, Carmen María Pérez Serrano, Adara Guerras Martín, María Victoria Casado García, José Feltrer Torres, Salvador Iranzo Giménezun, Ana Bilbao González.
- Juego de orientación en el parque: Tras las huellas del apóstol. <http://www.ecobachillerato.com/programacion/documentos/ejemploccbef.doc>
- **COMPETENCIAS BÁSICAS EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**
cprzara2.educa.aragon.es/competencias/pinos/ccbbef.doc
- Juan José Reverte Guevara. Contribución de Educación Física a la consecución de Competencias Básicas. Paché. (Real Decreto 1513/2006. 7 Diciembre).