

¡Frases en Movimiento! Proyecto para Aprender y Crear

Educación Física | Deporte | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

En esta clase de Educación Física, los estudiantes explorarán el significado y la importancia de las frases motivadoras y cómo pueden inspirarnos a movernos y trabajar en equipo. A través de un proyecto colaborativo, aprenderán a crear sus propias frases relacionadas con el deporte y la actividad física, para luego representarlas mediante movimientos y pequeños juegos. Este aprendizaje es relevante porque les ayuda a comprender cómo el lenguaje positivo puede influir en sus emociones y en su desempeño al practicar deporte, además de fomentar la creatividad, la expresión corporal y el trabajo en equipo. La actividad conecta con su vida cotidiana ya que pueden usar estas frases para animarse a sí mismos y a sus compañeros en cualquier momento que realicen ejercicio o juegos deportivos, promoviendo una actitud positiva y saludable.

Objetivos de Aprendizaje

- Crear frases motivadoras relacionadas con el deporte y la actividad física.
- Representar frases mediante movimientos corporales en equipo.
- Colaborar con compañeros para diseñar y presentar un mensaje positivo.
- Reflexionar sobre el impacto de las frases positivas en la motivación personal y grupal.

Recursos Necesarios

- Cartulinas blancas (1 por equipo, total 4-5)
- Marcadores de colores (varios)
- Hojas de papel para bosquejar frases (1 por estudiante)
- Reproductor de música con altavoces
- Espacio amplio para movimiento (salón o patio)
- Tarjetas con ejemplos de frases motivadoras impresas (10 tarjetas)

Requisitos Previos

- Conocimiento básico de palabras y frases sencillas.
- Habilidades básicas para trabajar en equipo.
- Experiencia previa en juegos y actividades de movimiento corporal.
- Capacidad para expresar ideas simples oralmente.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: Hoy vamos a aprender cómo las frases pueden motivarnos a movernos y trabajar en equipo para sentirnos mejor y divertirnos más. Vamos a crear y compartir nuestras propias frases y luego las vamos a representar con movimientos.

Activación de conocimientos previos:

Docente: “¿Quién puede decirme una frase que les gusta o que les hace sentir bien cuando hacen deporte o juegan?”

Estudiantes: Responden con frases conocidas o expresiones que les animan.

Motivación y enganche:

Docente: “Les voy a mostrar algunas frases motivadoras en estas tarjetas. Vamos a leerlas juntas y pensar cómo nos hacen sentir.”

El docente muestra 3-4 tarjetas con frases como “¡Tú puedes!”, “Nunca te rindas”, “El esfuerzo vale la pena”.

Contextualización:

Docente: “Estas frases son importantes porque nos ayudan a animarnos cuando hacemos deporte o jugamos. Hoy vamos a crear nuestras propias frases y a usarlas para movernos y jugar mejor.”

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos

Presentación del contenido:

Docente: “Vamos a trabajar en grupos para crear una frase que nos motive a hacer deporte y luego vamos a inventar movimientos que acompañen esa frase para mostrarla a todos.”

Actividad 1: Creación de frases motivadoras

- **Objetivo:** Crear frases motivadoras relacionadas con el deporte.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “En grupos de 4, piensen en palabras que les gusten para animarse cuando hacen ejercicio. Escriban una frase corta y bonita que todos puedan recordar.”
 - Repartir hojas y marcadores.
 - Dar 15 minutos para que discutan y escriban su frase.
- **Organización:** Grupos de 3-4 estudiantes.
- **Producto:** Frase escrita en hoja.
- **Rol docente:** Caminar entre grupos, hacer preguntas como “¿Por qué eligieron esa frase?”, “¿Cómo les hace sentir esa frase?”

- **Tiempo:** 15 minutos

Actividad 2: Representación corporal de frases

- **Objetivo:** Representar frases mediante movimientos corporales.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “Ahora vamos a pensar en movimientos o gestos que muestren lo que dice su frase. Pueden usar todo el cuerpo, como saltar, aplaudir o hacer una pose.”
 - Dar 10 minutos para que practiquen su representación.
 - Luego cada grupo presenta su frase y sus movimientos al resto.
- **Organización:** Grupos de 3-4 estudiantes.
- **Producto:** Presentación en movimiento de la frase.
- **Rol docente:** Observar creatividad y colaboración, motivar a los grupos con preguntas “¿Qué mensaje quieren transmitir con el movimiento?”
- **Tiempo:** 15 minutos

Actividad 3: Creación del cartel motivador

- **Objetivo:** Diseñar un cartel con la frase y un dibujo para compartir el mensaje.
- **Instrucciones:**
 - **Docente:** “Ahora usen las cartulinas y marcadores para escribir su frase grande y dibujar algo que represente el mensaje. Este cartel lo vamos a colocar en el salón para que todos vean sus ideas.”
 - Dar 10 minutos para crear el cartel.
- **Organización:** Grupos de 3-4 estudiantes.
- **Producto:** Cartel con frase y dibujo.
- **Rol docente:** Facilitar materiales, ayudar con ortografía y diseño.
- **Tiempo:** 10 minutos

Diferenciación

- Para estudiantes que terminan antes: Proponer que inventen movimientos extras o frases adicionales para motivar a otros.
- Para estudiantes que requieren más apoyo: Trabajar con un adulto o compañero para escribir la frase y guiar en movimientos sencillos.

Transiciones

Tras terminar la creación de frases, el docente invita a los estudiantes a pasar a practicar movimientos con música suave para que se relajen y se enfoquen en la siguiente actividad de representación.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos

Síntesis:

Docente: “Vamos a compartir en grupo qué aprendimos hoy. ¿Quién quiere decirnos cuál fue su frase y qué movimiento usaron para mostrarla?”

Se hace una ronda rápida donde cada grupo dice su frase y realiza el movimiento.

Reflexión metacognitiva:

- “¿Cómo te sentiste cuando creaste tu frase?”
- “¿Crees que las frases pueden ayudar a que te sientas más animado para hacer deporte? ¿Por qué?”
- “¿Qué aprendiste trabajando con tu grupo?”

Retroalimentación:

Docente: Ofrece comentarios positivos a cada grupo resaltando creatividad, colaboración y esfuerzo. Destaca cómo cada frase puede motivar a todos en clase.

Transferencia:

Docente: “Pueden usar estas frases y movimientos cuando jueguen en el recreo o en casa para animarse y divertirse más.”

Tarea o reto:

Docente: “Esta semana, intenta recordar tu frase y muéstrasela a alguien más con el movimiento que inventaste. Cuéntanos cómo te sentiste la próxima clase.”

Evaluación

Tipo de evaluación: Formativa durante el desarrollo y sumativa en el cierre.

• **Criterios de evaluación:**

- Creación de frases claras y relacionadas con el deporte (Objetivo 1).
- Capacidad para representar la frase con movimientos corporales (Objetivo 2).
- Participación y colaboración en el trabajo en equipo (Objetivo 3).
- Reflexión sobre la importancia de frases motivadoras (Objetivo 4).

• **Instrumentos sugeridos:** Lista de cotejo para observar participación y colaboración, rúbrica sencilla para evaluar frases y movimientos, observación directa durante presentaciones, autoevaluación simple con preguntas guiadas.

• **Evidencias de aprendizaje:** Frases escritas, presentaciones en movimiento, carteles creados, respuestas a preguntas de reflexión.