

Participa siempre, a veces, no participa

Educación Física | Recreación

Descripción del Curso

Este curso, orientado a estudiantes de 17 años en adelante y sin restricción de edad superior, propone una visión integral de la participación en las sesiones recreativas de la asignatura Recreación. Su eje es la autoobservación y la reflexión para fomentar una participación consciente y equitativa en las actividades grupales. A partir de criterios de observación previamente establecidos, el alumnado aprenderá a identificar y clasificar su nivel de participación en cada sesión como: siempre participa, participa a veces o no participa.

La unidad central de este curso se enfoca en describir criterios de observación, aplicar dichos criterios durante las sesiones y registrar de forma objetiva la clasificación en un diario de observación. Se desarrollarán estrategias de autoconocimiento, registro y reflexión que permitan al estudiante entender las causas de su participación o inactividad y proponer acciones para mejorarla en futuras sesiones. El objetivo general es fortalecer habilidades de pensamiento crítico, comunicación, cooperación y responsabilidad personal, que son transferibles a otros contextos de aprendizaje y a la vida cotidiana.

En este marco, se enfatiza la importancia de la participación activa para el aprendizaje experiencial, el respeto por las dinámicas de grupo y la inclusión de todos los participantes. Al finalizar la unidad, el estudiante podrá describir su comportamiento en las sesiones, justificar su clasificación y planificar acciones concretas para fomentar una participación más consciente y colaborativa.

Competencias

- Participación activa y responsable en sesiones recreativas, demostrando compromiso con las dinámicas de grupo y normas de convivencia.
- Capacidad de observar, clasificar y registrar de forma objetiva el propio nivel de participación, aplicando criterios de observación establecidos.
- Desarrollo del autoconocimiento y de la reflexión para identificar causas de la participación o inactividad y proponer mejoras.
- Habilidad para comunicar ideas y emociones de forma respetuosa, favoreciendo la toma de decisiones compartidas y la cooperación en el equipo.
- Transferir los aprendizajes de la unidad a otras áreas de la vida escolar y cotidiana, promoviendo actitudes de responsabilidad, ética y diversidad.

Requerimientos

- Participación activa en las sesiones recreativas y disposición para practicar la autoobservación.

- Registro semanal de la participación en un diario de observación (físico o digital).
- Materiales básicos: cuaderno o formato digital, bolígrafo y acceso al canal o plataforma de la asignatura para consultar criterios de observación.
- Lecturas o guías de criterios de clasificación de participación disponibles en el curso.
- Compromiso de respetar normas de convivencia, seguridad y cooperación durante las actividades recreativas.
- Asistencia a las sesiones para asegurar una evaluación adecuada de la participación.

Unidades del Curso

Unidad 1: Participación en sesiones recreativas: siempre, a veces o no participa

Objetivos de Aprendizaje

- Reconocer y describir criterios de observación para clasificar la participación como siempre, a veces o no participa.
- Aplicar dichos criterios durante las sesiones y registrar de forma objetiva la clasificación de participación en un diario de observación.
- Reflexionar sobre las causas de su participación o inactividad y proponer acciones para mejorarla en futuras sesiones.

Contenidos Temáticos

1. Tema 1: Autoconciencia de la participación

Descripción: comprender qué significa participar en actividades recreativas, identificar patrones de participación propios y reconocer situaciones que influyen en su participación.

2. Tema 2: Criterios de observación y clasificación

Descripción: aprender y acordar criterios operativos para clasificar la participación (siempre, a veces, no participa) durante las sesiones y establecer pautas de observación.

3. Tema 3: Registro, autoevaluación y retroalimentación

Descripción: registrar las clasificaciones, autoevaluarse y recibir retroalimentación para diseñar un plan de mejora personal enfocado en la participación.

Actividades

• Actividad 1: Observación guiada de la participación

Descripción: durante una sesión de actividades recreativas, el estudiante utilizará una ficha de observación para registrar su participación y clasificarla como siempre, a veces o no participa. Se explicarán signos y comportamientos que indiquen participación sostenida.

- Aprender a identificar signos de participación sostenida (atención, aporte, cooperación entre pares).

- Registro al cierre de la sesión para la autoevaluación y reflexión.
- Conclusión: reconocer su patrón de participación y áreas de mejora.

• **Actividad 2: Análisis y discusión de criterios de clasificación**

Descripción: en pequeños grupos, los estudiantes compararán criterios de observación y acordarán criterios operativos para clasificar la participación de forma justa y clara.

- Clarificar criterios y evitar sesgos.
- Elaborar una pauta de observación compartida.
- Conclusión: criterios claros facilitan una clasificación consistente.

• **Actividad 3: Plan de mejora personal**

Descripción: cada estudiante elaborará un plan de acción para aumentar su participación en las sesiones recreativas, con metas semanales y estrategias específicas.

- Definir metas simples y alcanzables (SMART).
- Seleccionar estrategias de participación (iniciar aportes, proponer ideas, invitar a otros a participar).
- Conclusión: seguimiento y ajuste del plan para mejorar la participación.

Evaluación

La evaluación identifica el grado de logro de los OBJETIVOS GENERALES y ESPECÍFICOS mediante los siguientes instrumentos y criterios:

- Lista de verificación de observación: verifica la consistencia y precisión en la clasificación de participación (siempre, a veces, no participa) a lo largo de las sesiones.
- Diario de autoevaluación: el estudiante registra sus clasificaciones, reflexiona sobre ellas y propone acciones de mejora.
- Rúbrica de participación: valora la claridad de los criterios, la exactitud de la clasificación y la calidad del plan de mejora personal.

Criterios de logro por objetivo:

- Siempre participa: clasifica correctamente y demuestra participación sostenida en las sesiones (alto nivel de evidencias).
- Participa a veces: clasifica correctamente y muestra esfuerzos de mejora gradual (nivel medio).
- No participa: clasificación inexacta o inactividad sostenida y falta de reflexión (nivel bajo).