



## METODOLOGÍA

Los estilos de enseñanza y aprendizaje y las estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una gama suficiente de estilos, técnicas y estrategias de enseñanza y aprendizaje, que permitan alcanzar los objetivos programados y el desarrollo de las competencias clave adaptándose al grupo, a cada alumno y alumna y a los contenidos a trabajar.

La Educación Física debe contribuir a **contrarrestar la influencia de los estereotipos de género** u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades. El género como construcción social todavía conserva estereotipos que determinan que algunas actividades y prácticas físicas sean consideradas más apropiadas para las chicas que para los chicos, o viceversa. La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado. Asimismo, se fomentará la actividad física inclusiva, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

La Educación Física propiciará **ambientes positivos de aprendizaje**, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto **grado de compromiso motor** repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz.

Desde esta área, concebimos el aprendizaje como **un proceso de construcción del alumnado**, al que aportamos, con nuestra intervención a través de la enseñanza elementos de información adecuados al momento concreto en que dicho proceso se encuentra. La filosofía es conducir al alumnado a un proceso de reflexión sobre la actividad practicada, planteándole interrogantes continuos como: **¿por qué hacemos esto?, ¿para qué nos sirve?, ¿qué caminos utilizamos para llegar a..?.** De esta forma el alumno va construyendo su propio conocimiento de una forma autónoma.

Se buscará implicar responsablemente al alumnado en su proceso de aprendizaje, promoviendo el establecimiento de sus propias metas, y orientándolo hacia **la autonomía** en la organización y realización del trabajo.

El proceso de enseñanza irá dirigido a **su aplicación a la vida cotidiana. La adquisición de hábitos de práctica de actividad física mejora la calidad de vida de las personas**, abriendo un mayor abanico de posibilidades en **la utilización del tiempo libre** y en la defensa **contra enfermedades degenerativas** propias de la evolución de la edad, así como una mayor fuerza de voluntad para **apartarse de actitudes insanas y perjudiciales para la salud y el bienestar**. En este sentido, se le propondrá una variada gama de actividades que puedan practicarse en su entorno, favoreciéndose así transferencias válidas a posteriores etapas educativas y diferentes momentos de ocio y recreación.



La **complejidad de las tareas motrices** propuestas, sus exigencias, los requisitos necesarios para su realización y, por último, la relación existente con los conocimientos previos del alumnado, serán analizados. De forma que, las estrategias diseñadas vendrán dadas por el análisis de la complejidad de la tarea en sus aspectos perceptivo, de toma de decisión y de ejecución. A su vez, hay que tener en cuenta las exigencias cuantitativas de las tareas propuestas, realizando las adaptaciones pertinentes que faciliten en todo momento el aprendizaje.

Existen notables diferencias anatómicas y fisiológicas entre el comienzo y el final de la etapa, y ello se tendrá en cuenta para establecer una adecuada progresión en las actividades propuestas.

Los **conocimientos y cualidades previas** de los alumnos y alumnas se constituyen en **punto obligado de partida**, y no sólo al comienzo de la etapa, sino también en cada nuevo conocimiento objeto de aprendizaje. Se reconocerá y apoyará el progreso del alumnado, partiendo y respetando sus características individuales. La equidad del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física y su aprendizaje, eliminando estereotipos sobre la misma.

Los contenidos se presentarán en todo momento de forma **ordenada, progresiva y con la claridad suficiente** para que el alumno vea la interrelación de los mismos y comprenda su secuenciación.

En la medida de lo posible se buscará **la interconexión con otras áreas de la educación**, para presentar el área al alumno como un contenido más del conocimiento y la cultura humana y no como algo aislado o inconexo.

En todo momento, en el desarrollo del currículo, **la práctica irá reforzada por los conceptos teóricos que le den sentido** y una base sólida y significativa, así como una orientación hacia una actitud positiva y abierta a la actividad física.

**La evaluación** individualizada y continua muestra la evolución del alumnado y permite, por un lado, la observación del grado de efectividad en la consecución de los objetivos, y por otro nos da el punto de partida para la continuidad del proceso de enseñanza y aprendizaje. En la medida de lo posible y en función de su evolución, el alumnado participará en la evaluación, no como sujeto pasivo, sino como parte activa, valorando su propio trabajo (autocrítica), conociendo sus resultados y asimismo la efectividad del programa realizado en colaboración con el profesor. Por tanto, es necesaria la evaluación de todos los elementos y factores implicados en el proceso de enseñanza y aprendizaje: alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones, etc.

**Haremos participe al alumnado de los objetivos, contenidos y criterios de evaluación** que forman la esencia del currículo.

Valoraremos de forma fundamental el proceso de aprendizaje, reflexionando constantemente sobre las actuaciones y considerando el progreso del alumno en relación con el trabajo realizado y su evolución, y no únicamente en función de los resultados obtenidos.

Somos conscientes que la participación del profesorado de Educación Física en tareas de clase, su actitud relajada, el nivel de comunicación establecido, etc. influyen notablemente en las actitudes de los alumnos y en su motivación.



En cuanto a **las estrategias de enseñanza**, se utilizarán tanto técnicas reproductivas como de indagación siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.

Se garantizará que la práctica física se desarrolle en las condiciones de **seguridad** necesarias, informando al alumnado sobre la forma adecuada de realizar las actividades, el espacio de trabajo y el correcto uso de los materiales. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos y se deberá implementar protocolos de actuación en caso de accidente.

Las actividades propuestas deben poseer diferentes niveles de solución y posibilidad de adaptaciones, de forma que el alumnado no se encuentre en situaciones límite que le obliguen a afrontar riesgos para los que no esté capacitado.

El cuidado de las instalaciones y su uso, la manipulación correcta de materiales, la adecuación de diferentes ejercicios a las edades y niveles del alumnado, el establecimiento de períodos alternativos de trabajo y descanso..., son algunos factores que inciden en el aumento de la seguridad en la práctica de la educación física.

Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado.

La Educación Física proporcionará al alumnado **técnicas de concentración, relajación**, toma de conciencia, gestión y autorregulación emocional, aplicables a la vida cotidiana.

Para el desarrollo de los contenidos de esta materia cobra especial importancia la realización de **actividades complementarias o extraescolares**, pudiéndose establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno, así como la colaboración con las familias del alumnado. La realización de actividades en los entornos próximos del centro, así como en los espacios naturales de Andalucía contribuye considerablemente a la consecución de los objetivos de la materia de adquisición de hábitos de salud y calidad de vida.