

TRABAJO POR PROYECTOS

Empezamos con
nuestro ABP

30 de enero 2023
5ª sesión





[INICIO](#) / [ASIGNATURAS](#) ▾ / [HERRAMIENTAS](#) ▾ / [METODOLOGÍAS](#) ▾ / [EDITABLE](#) / [SOBRE MÍ](#) / [CONTACTO](#)

Buscar ... 

DUDAS

The background features abstract geometric shapes. In the top right, there is a long, thick blue diagonal bar and a shorter pink diagonal bar. In the bottom right, there is a large pink diagonal bar and a small blue circle. On the left side, there is a pink semi-circle. A horizontal bar with a blue-to-pink gradient is positioned below the word 'DUDAS'.



PREGUNTAS








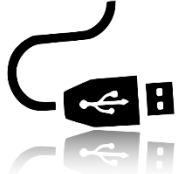



¿Van a aprender lo mismo?

Contenidos curriculares -> NO
Van a aprender otras cosas.

Desarrollo del pensamiento crítico,
mayor motivación e integración,
mejora de habilidades sociales,
capacidad para integrar en la vida
real los conocimientos aprendidos,
aprendizaje autónomo, creatividad,
espíritu autocrítico, emprendimiento...



CANVAS PARA EL DISEÑO DE PROYECTOS

| | | |
|--|--|--|
| COMPETENCIAS CLAVE  ¿Qué competencias clave se desarrollan? | PRODUCTO FINAL  ¿Qué queremos conseguir? ¿Qué reto queremos resolver? ¿A qué problema queremos dar solución? | RECURSOS  ¿Qué personas deben implicarse: docentes del claustro, familias, otros agentes educativos,...? ¿Qué otros materiales son necesarios? ¿Es necesaria algún tipo de instalación especial? |
| ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE  ¿Con qué estándares de aprendizaje evaluables del Currículo Oficial podemos relacionar los aprendizajes adquiridos? | TAREAS  ¿Qué tenemos que hacer para alcanzar el producto final? | HERRAMIENTAS TIC  ¿Qué Apps y herramientas TIC necesitamos? ¿Qué servicios web vamos a usar? ¿Podemos vincularlas con las tareas? |
| MÉTODOS DE EVALUACIÓN  ¿Qué herramientas y estrategias innovadoras de evaluación vamos a aplicar? | DIFUSIÓN  ¿Cómo vamos a difundir nuestro proyecto? | AGRUPAMIENTOS/ORGANIZACIÓN  ¿Cómo se va a agrupar el alumnado? ¿Cómo vamos a organizar el aula? |

RECURSOS



- Logo y vídeo.
- Ayuda exterior para el vídeo.
- Libro y documentación de internet.
- Otras asignaturas, matemáticas (climogramas).

¿Qué personas deben implicarse: docentes del claustro, familias, otros agentes educativos,...?

¿Qué otros materiales son necesarios?

¿Es necesaria algún tipo de instalación especial?

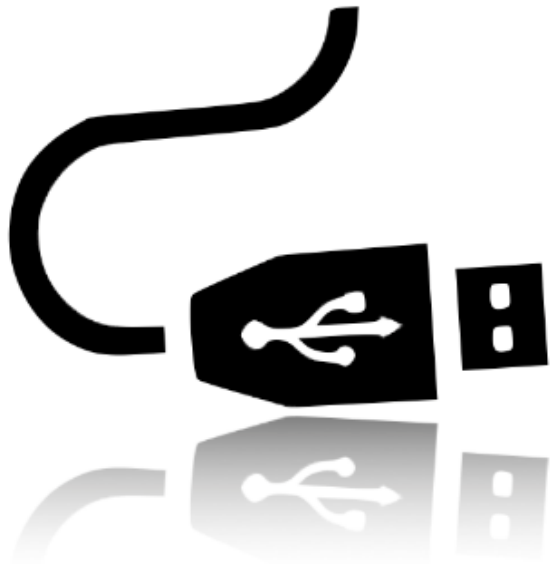
DIFUSIÓN

En clase se exponían los trabajos.

Difusión por Twitter

¿Cómo vamos a difundir nuestro proyecto?





HERRAMIENTAS TIC

Sin herramientas TIC.

¿Qué Apps y herramientas TIC necesitamos?

¿Qué servicios web vamos a usar?

¿Podemos vincularlas con las tareas?



Luis @luisgm_profe · 12 nov. 2016

Últimos retoques al vídeo de presentación del PBL de sociales 5° en @sanjosemaristas el lunes comenzamos #compostelaenruta #200ymas

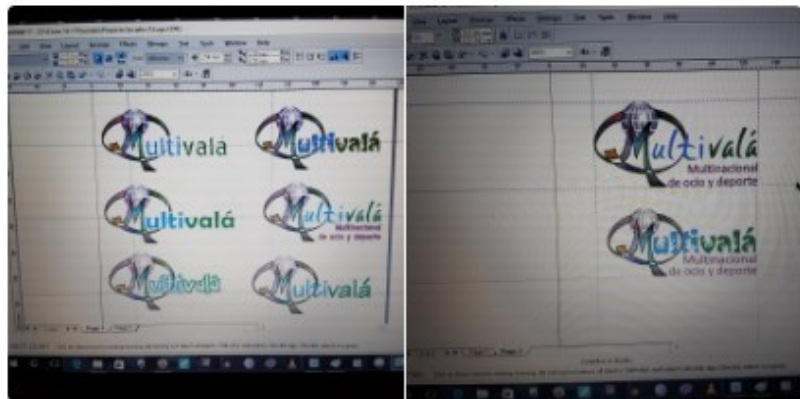


6 1



Luis @luisgm_profe · 10 nov. 2016

Diseñando los logos de nuestra empresa multiaventura para el PBL de Sociales de 5° en @sanjosemaristas #compostelaenruta #200ymas

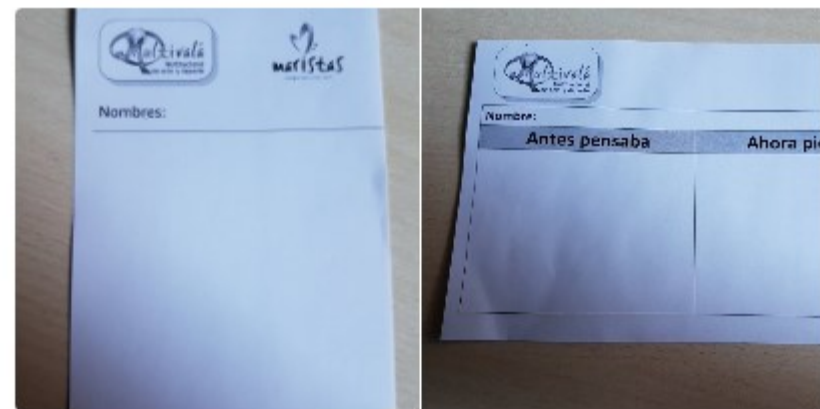


7 2



Luis @luisgm_profe · 16 nov. 2016

Entrevista simultánea para activar conocimientos y rutina para cerrar la sesión Nuestro PBL ya en marcha @sanjosemaristas #compostelaenruta



4 1

Retweeteaste



Colegio San José @sanjosemaristas · 15 nov. 2016

Comenzamos la formación de profesores de este curso. Repasamos los principios del aprendizaje cooperativo y... fb.me/T4zbc3jr

3 3



Luis @luisgm_profe · 15 nov. 2016

Comenzamos nuestro PBL sociales de 5° en @sanjosemaristas. Ayudamos a Multivalá a montar su siguiente delegación #compostelaenruta #200ymas



Elementos del clima

Los elementos climáticos constituyen fenómenos que se producen en la atmósfera. Estos fenómenos provocan variaciones que afectan al planeta y a los seres vivos. El estudio de estos elementos permite analizar el tiempo atmosférico o el clima de un lugar. Los elementos climáticos más importantes son la temperatura, la humedad, la presión atmosférica, las precipitaciones y el viento.

Nombres:

A: Alejandro M. B: Tilenia M.

LA PRESIÓN ATMOSFÉRICA.

Es el peso que ejerce el aire de la atmósfera sobre la superficie de la Tierra.
No es igual en todas las partes del planeta.



Higrometro

Lo hace el A
Dibuja el B

LA HUMEDAD

La humedad es el vapor de agua y si se condensa se forman nubes o niebla.



Termómetro

Lo hace el B
Dibuja el A

LA TEMPERATURA

La temperatura es lo que hace en un sitio determinado, puede variar en un mismo día.

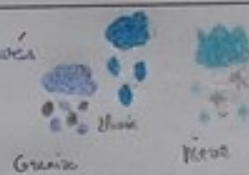


Pluviómetro

Lo hace el A
Dibuja el B

LAS PRECIPITACIONES

Las precipitaciones son el agua que cae desde la atmósfera, se pueden representar en lluvia, nieve o granizo.

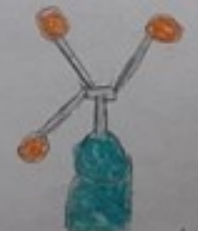
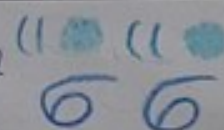


Anemómetro

Lo hace el B
Dibuja el A

EL VIENTO

El viento es aire en movimiento, este fenómeno es el que desplaza las nubes de un lado a otro. Puede mover masas de aire frío o caliente.



COSAS POSITIVAS

Otra forma de aprender, trabajar y evaluar.
Los alumnos protagonistas de su propio aprendizaje.
No fue un cambio muy grande.
Tiempo amortizado.

COSAS A MEJORAR

Tiempo para reunirnos para programar y evaluar.
Se alargó en el tiempo. Navidad...
Revisar alguna herramienta de evaluación.

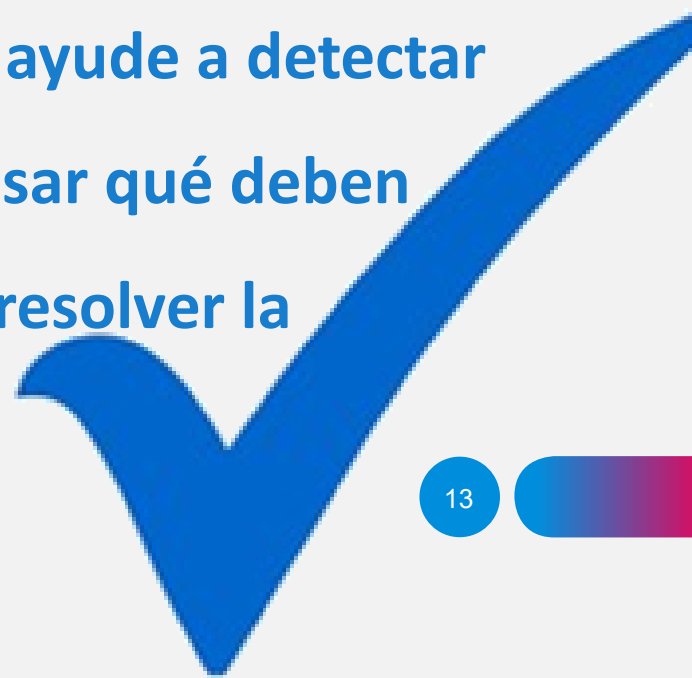


1.- Selección del tema y pregunta guía.



Hemos elegido un **tema ligado a la realidad de los alumnos** que los motive a aprender y nos permita **desarrollar los objetivos cognitivos y competenciales.**

Y les vamos a plantear una **pregunta guía abierta** que nos ayude a detectar sus conocimientos previos sobre el tema y les invite a pensar qué deben investigar o que estrategias deben poner en marcha para resolver la cuestión.



2.- Formación de equipos.

Hemos diseñado los agrupamiento.

¿Diversidad de grupos?

¿Roles?



3.- Definición del producto o reto final.



Tenemos establecido el **producto** que deben desarrollar los alumnos en función de las competencias que quieras desarrollar.

Puede tener distintos **formatos**: un folleto, una campaña, un vídeo, una presentación, una investigación científica, una maqueta...

Figura en algún lado los objetivos cognitivos y competencias que deben alcanzar, y los criterios para evaluarlos.

¿**Rúbrica**?



4.- Planificación



Estamos diseñando un plan de trabajo donde especificamos las **tareas previstas**, forma de evaluar, los encargados de cada una y el calendario para realizarlas.

Cómo vamos a presentar el proyecto.

5.- Investigación



Debes dar autonomía a tus alumnos para que busquen, contrasten y analicen la información que necesitan para realizar el trabajo.

Tú papel es orientarles y actuar como guía.

EDUCACIÓN FÍSICA | 01 |

LA SALUD Y LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. ¿Qué es la salud?
2. El cuerpo a tu edad
3. El ejercicio físico
4. Hábitos saludables relacionados con el ejercicio físico
5. La correcta actitud postural y la musculatura en tensión
6. El cuidado de la espalda

En esta unidad vamos a conocer todos los aspectos referidos al conocimiento de tu cuerpo, a la práctica habitual de actividades físicas, los beneficios que aporta y cómo contribuye a mejorar la calidad de vida.

Igualmente atenderemos a aspectos relacionados con la higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.

El descanso es fundamental para poder realizar actividad física.


¿Qué es para ti gozar de una buena salud?

¿Cuánto tiempo pasas al día haciendo «actividades sedentarias»?

¿Qué hábitos y conductas positivas relacionadas con la salud conoces?

¿Qué beneficios se obtienen de la realización de ejercicio físico?

¿Cuáles realizas tú?



¿Cómo cuidar una herida? Es muy fácil producirse una pequeña herida, sin importancia.

Puede deberse a causas debidamente a fin de evitar una infección, pues cuando se rasca una zona de la mano que produce infección las heridas por pequeñas que estas sean.

Antes de curar:

- Debes lavarte las manos con agua y jabón.
- Desinfecta tus manos con alcohol.
- Sin tocar las manos con la toalla, procede a curar o curar a otro:
- Limpia la herida con agua y jabón utilizando una gasa.
- Aplica un antiséptico encima de la herida (betadine).
- Cubre la herida con una tira o con una pequeña gasa y expande.

A parte, pues seguro que has evitado la probable infección de una herida que de no haber sido desinfectada hubiera llevado posiblemente consigo, molestias y dolores.

• **Cómo parar una hemorragia.** La hemorragia es la salida de sangre fuera de las venas o de las arterias, generalmente a través de una herida.

Las arterias y las venas son unos tubos por los cuales circula la sangre impulsada por los latidos del corazón.

Por las arterias, la sangre va desde el corazón hasta el último rincón del cuerpo, llevando el oxígeno indispensable para la vida.

Por las venas vuelve al corazón.

El cuerpo humano es un circuito cerrado.

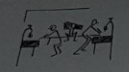
Si hay una fuga (herida) y se pierde mucha sangre puede ser mortal.

Cuando mana mucha sangre hay que hacer una cura comprensiva.

Cura comprensiva:

- Tiende al herido en el suelo.
- Aplica sobre la herida unas gasas (o un pañuelo limpio, servilleta, etc.).
- Aprieta fuertemente con la mano.
- Sujeta este apósito con una venda o pañuelo bien apretado.

• **Tu botiquín de urgencia.** En tu casa, en el lugar donde pases las vacaciones...



IDENTIFICACIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO

- Una preparación muscular. El entrenamiento provoca un aumento de las fibras musculares y de los vasos sanguíneos que los rigen.
- Para respirar mejor. Al adaptarse el organismo al esfuerzo aumenta la entrada de aire que se inspira. Además la sangre circula mejor y con mayor cantidad de oxígeno.
- El corazón aumenta de tamaño y/o se fortalece. Al hacer ejercicio los músculos trabajan más y como consecuencia aumenta el suministro de sangre que riega el cuerpo. Si el ejercicio es aeróbico, en nuestra edad aumentará el tamaño del corazón y después necesitará realizar menos pulsaciones para realizar el mismo trabajo. Posteriormente el corazón se fortalecerá.
- Conservamos la flexibilidad. Cuando nacemos tenemos el máximo de flexibilidad y con el paso del tiempo vamos perdiéndola, al igual que disminuye el calcio de los huesos, los cartílagos y los ligamentos, con lo cual si no hacemos ejercicio las articulaciones se endurecen y angostan.
- Eliminamos grasas. Con el ejercicio consumimos primero los azúcares y después las grasas. Con el ejercicio quemamos las grasas y reducimos el colesterol o "trufa" de las arterias y venas, sin necesidad de medicinas ni dietas.

HÁBITOS DE HIGIENE RELACIONADOS CON LA VIDA DIARIA Y CON LA ACTIVIDAD FÍSICA

A estas alturas ya debemos saber qué es la actividad física, qué es la higiene, qué es la salud y la relación que tienen ¿verdad?

Bueno, pues a continuación vamos a ver que podemos hacer tanto a diario como al entrenar.

HÁBITOS HIGIENICOS EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

Hay una serie de cuestiones que debemos conocer y respetar para que la actividad física que realicemos pueda ser segura y satisfactoria.

- Con respecto a la ropa deportiva
 - Debe ser ligera y adaptarse a la actividad física o deporte a realizar.
 - No puede dificultar la circulación en ningún punto (tobillo, brazos)
 - Debe transpirar.
 - No debe elegirse en función de la marca ni de criterios estéticos.
 - Debe ser mejor de colores claros (sobre todo en verano cuando refleja el sol).
 - Para evitar enfriamientos y posibles catarros debemos ducharnos (siempre con chancas para evitar infecciones por hongos, papiloma, etc.) al finalizar cualquier actividad física o deportiva y si no tenemos esa posibilidad, al menos cambiarnos la camiseta utilizada. Un calzado inadecuado es una de las principales causas de lesión. Resulta fundamental que el calzado deportivo
 - No esté desatado.
 - Estar atado correctamente. Nunca atado al tobillo o por debajo de la suela...
 - Ser ligero y transpirable.
 - Adaptarse a las características del pie
 - No ser elegido en virtud de criterios estéticos ni comerciales.

- El ejercicio físico.
 - Recuerda que además de ayudarte a llevar una vida más sana también te aporta otras cosas como el hacer amigos/as. ¿Acaso no has hecho amigos al entrenar en tu deporte favorito con otras personas?
 - Lo contrario de la práctica de actividad física sería el ser realizar la mínima o ninguna actividad física lo que conlleva a problemas como la obesidad, riesgos de enfermedades de corazón o circulatorios, estrés, etc.
 - Además, como no existen dos personas iguales, es muy interesante realizar un control físico previo conocer nuestra condición física y adecuar el trabajo que vamos a hacer después.

Por último es fundamental realizar una actividad física de manera continuada o apuntarse a algún tipo de escuela o equipo deportivo, realizar un examen médico de problema o lesión que impida la actividad o que pueda hacerla peligro poco recomendable.

- La higiene personal después del ejercicio sino a muchas más cosas que harán que tu salud se fortalezca.
- Evitar lesiones. utiliza el calentamiento y los estiramientos correctamente y cuidado con los ejercicios mal realizados.

EL CALENTAMIENTO

Los músculos de la locomoción y la respiración.

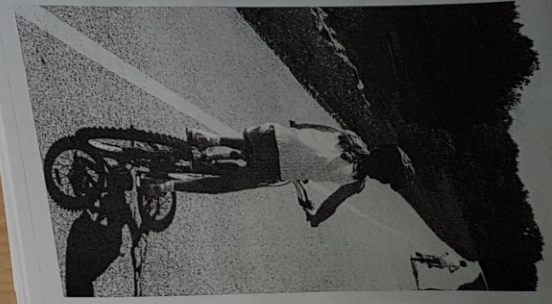
- Con un buen calentamiento obtendremos un mejor rendimiento y evitaremos posibles lesiones musculares (esguinces, roturas fibrilares, etc.) durante el ejercicio o actividad físico-deportiva.
- Un buen calentamiento activa positivamente todos los músculos, articulaciones y órganos que van a intervenir en la futura actividad, aumentando la temperatura del cuerpo.
- También disminuimos un desperdicio de nuestra mente, es decir, psicológicamente nos estamos preparando para ese esfuerzo a desarrollar.
- El calentamiento se realizará siempre al inicio de la actividad. Debe durar entre 3 minutos y 10 minutos, siendo lo normal hacer unos 8 minutos de calentamiento para empezar una sesión de Educación Física.
- El calentamiento debe ser en todo momento activo y consista de:



La práctica de ejercicio físico diario es de vital importancia para un estado de salud adecuado. Por eso es conveniente dedicar el tiempo que dedicamos a tareas o actividades sedentarias como ver la televisión, leer la prensa, etc., a actividades físicas que nos ayuden a mejorar nuestra salud.

La actividad física proporciona muchos beneficios para la salud, entre ellos:

- Ayuda a prevenir el sobrepeso y la obesidad.
- Fortalece y flexibiliza los músculos y las articulaciones.
- Disminuye el riesgo de enfermedades cardiovasculares.
- Mejora la masa muscular.
- Mejora la salud ósea reforzando el papel del calcio.
- Favorece la salud intestinal.
- Mejora la defensa del organismo y mejora el sistema inmunitario.
- Aumenta las defensas del organismo y mejora el sistema inmunitario.
- Contribuye a la regulación de las tasas de glucemia (azúcar en sangre) y de colesterol sanguíneo.



6.-Análisis y síntesis.



Ha llegado el momento de que tus alumnos pongan en común la información recopilada, compartan sus ideas, debatan, elaboren hipótesis, estructuren la información y busquen entre todos la mejor respuesta a la pregunta inicial.

7.- Elaboración del producto.



En esta fase los estudiantes tendrán que aplicar lo aprendido a la realización de un producto que de respuesta a la cuestión planteada al principio.

Anímales a dar rienda suelta a su creatividad.

8.- Presentación del producto.



Los alumnos deben exponer a sus compañeros lo que han aprendido y mostrar cómo han dado respuesta al problema inicial.

Es importante que cuenten con un guion estructurado de la presentación, se expliquen de manera clara y apoyen la información con una gran variedad de recursos..



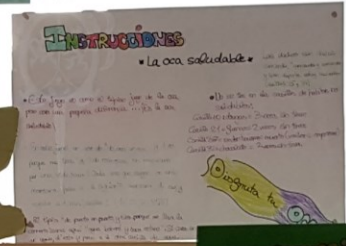
PRESENTACIÓN



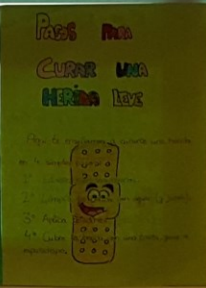
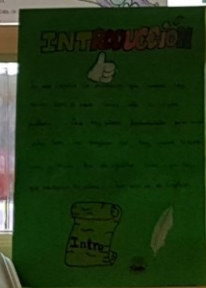
VIDEO



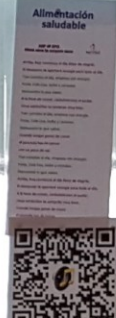
JUEGO



COMIC



CANCIÓN



ABP

MENS

SANA

IN

CORPORE

SANO

9.- Respuesta colectiva a la pregunta inicial.



Una vez concluidas las presentaciones de todos los grupos, reflexiona con tus alumnos sobre la experiencia e invítalos a buscar entre todos una respuesta colectiva a la pregunta inicial.

10.- Evaluación y autoevaluación.



Por último, evalúa el trabajo de tus alumnos mediante la rúbrica que les has proporcionado con anterioridad, y pídeles que se autoevalúen. Les ayudará a desarrollar su espíritu de autocrítica y reflexionar sobre sus fallos o errores.



MUCHAS GRACIAS



porsitevale.com
@luisgm_profe