

// RECURSOS #EF A CASA

Des del **CEFIRE Artísticoexpressiu** estem recollint moltes de les propostes que ens feu arribar. Propostes molt interessants d'allò que esteu plantejant com a **tasques** per al vostre alumnat de forma *online*. Us haureu adonat que les xarxes socials estan plenes d'iniciatives. És un plaer veure com moltes companyes i companys comparteixen els seus recursos per a que la resta ho pugui aprofitar, transformar i adaptar a les necessitats i característiques de cadascun dels contextos educatius i familiars.

La majoria de propostes tenen el format de **repte** o **challenge** en el qual el component principal és el treball de les **habilitats motrius**. Aquestes tasques motrius (Bañuelos, S.) desenvolupen determinada habilitat perceptiva, motòrica o qualsevol combinació. Són tasques amb un model clar a imitar, amb la qual cosa el **procés d'avaluació i feedback** continu l'ofereix el videomodel que facilitem a l'alumnat. Aquestes tasques faciliten l'**autonomia** i el procés d'**autoavaluació**.

Quant als recursos i propostes poden dividir-se en:



Asíncrones: les experiències d'aprenentatge es produeixen en moments diferents. Ens referim a totes aquestes propostes, en format de reptes o altres, en les quals els docents proposen una tasca, donen un temps, l'alumnat la fa i la reenvia.



Webex Meetings

Síncrones: les experiències d'aprenentatge es produeixen en el mateix moment. Per això és necessària una aplicació *web* o *app* mòbil de vídeo i/o so en temps real (ex. *Webex*). Aquestes aporten un **feedback** immediat a més de facilitar l'acompanyament de l'alumnat tan necessari.

// RECURSOS #EF A CASA REFLEXIÓ CURRICULAR I METODOLÒGICA

- Com puc continuar amb el que tenia programat?
- Com explicar els esports durant el confinament?
- Com fer activitats cooperatives?

ARTICLES RECOMANATS

Us convidem a llegir-los. Et faran pensar sobre la situació actual

Gloria Herrero
Educación Física LIBRE Y DEL MUNDO REAL

 [#loquenosmueve](#)

 [Liberar la Educación Física del confinamiento](#)

Recomanem sempre vincular i relacionar les propostes amb el **Document Pont** ja que, encara que no és prescriptiu, ens facilita **indicadors d'èxit** que ens ajudaran en el nostre procés d'**avaluació**. Aquests indicadors els podem modificar en funció de les nostres particularitats (grup, recursos, coneixements previs, etc).

[Document pont primària](#)



[Document pont secundària](#)





// RECURSOS #EF A CASA REFLEXIÓ CURRICULAR

Amb la intenció de vincular les **propostes** d'**EF a casa** amb el **currículum**, agrupem els **continguts** de primària i secundària en **4 blocs**:

A) Habilitats motrius, condició física i salut

Molts continguts d'aquest bloc es poden treballar amb propostes adaptades i viables per a realitzar en un espai com és la casa i amb els materials dels quals podem disposar. De fet, la majoria de propostes que trobem (exercicis d'habilitat, circuits, reptes, rutines ...) inclouen aquests tipus de continguts.

És important que tinguem en compte si les propostes que plantegem a l'alumnat tenen relació amb la programació que teníem prevista per al tercer trimestre. En cas contrari, com afirma **Carles González** en el seu **bloc**, podríem estar caent en el rol de l'entrenador personal, animador o *youtuber*, oblidant el nostre rol docent.

B) Jocs i esports

La majoria de propostes que ens trobem estarien englobades en aquest bloc i en l'anterior (habilitats motrius, condició física i salut), sota el format de **reptes individuals**. Podem proposar també **reptes cooperatius** on el final del repte és l'inici del següent i els enviem en cadena, juntant després tot en un resultat únic.

Respecte als **esports** podem centrar-nos en l'aspecte tècnic lligat al component motor. També podem treballar la tàctica amb "**minijocs**" adaptats.




Article de Carles González Arévalo: "Evaluar la EF en el confinamiento" 

"Tengo la sensación que este parón presencial puede ser aprovechado por un sector del profesorado para minimizar su rol de enseñante y potenciar el de prescriptor de ejercicios y tareas desvinculadas del currículum y de toda programación"

// RECURSOS #EF A CASA REFLEXIÓ CURRICULAR

C) Expressió motriu i comunicació

Sovint la gran oblidada. Si entenem la nostra programació com un treball que no acaba quan finalitza el curs pot ser la nostra gran aliada en aquests moments. Les activitats d'expressió corporal tenen un gran component emocional i, amb un bon plantejament, **afavoreixen la comunicació i relació dins de casa.**

 Trobareu exemples de propostes de #EFaCasa relacionades amb els blocs A, B i C en els apartats de la web **RECURSOS**



D) Activitats relacionades amb el medi natural i l'entorn

Com podem treballar activitats al medi si estem dins de casa?

- L'ús de les noves tecnologies:** amb propostes de recorreguts virtuals (ex. Google Trekker) o l'ús de la VR (Exemple senzill i barat: <https://arvr.google.com/cardboard/>) mentre caminem per casa (hem de tindre en compte les corresponents mesures de seguretat) o limitant el desplaçament com en una classe d'aeròbic i/o step.
- Reptes de recorreguts:** existeixen moltes propostes on l'alumnat col·labora per aconseguir un total de quilòmetres d'una ruta coneguda (Gonzalez, C. Monguillot, M). Sense cap dispositiu podem mesurar, amb un metro un recorregut per casa i apuntar el nostre resultat a una taula cooperativa. Amb fites parcials amb reptes relacionats amb l'ecologia i el medi natural. Destaquem el "Proyecto PiEFitos" de Carlos Chamorro.



// RECURSOS #EF A CASA AVALUACIÓ

No és aquest el lloc on parlar de la diferència entre **avaluar i qualificar**, encara que creiem aquesta frase inicial necessària i una declaració de principis.

L'**avaluació** és un procés complex però de vital importància, tan en situacions “normals” de presencialitat, com en situacions excepcionals com l'actual. Ens trobem davant d'una **oportunitat** única per posar en valor l'àrea d'educació física. Pensem que no trobarem un millor moment que aquest per a aplicar, tal com assenyalen Blázquez i Sebastiani, una “**avaluació autèntica**”. Aquella que implique tasques contextualitzades en situacions reals en referència a intervenir en escenaris de transcendència social personal. Com molt bé diu *Neus Sanmartí*, “Avaluem per evidenciar l'aprenentatge del nostre alumnat”. Per això és important sempre, i més encara en aquests moments, utilitzar **instruments d'avaluació** variats per a intentar recollir aquestes evidències. Rúbriques d'autoavaluació, elaboració d'un diari motriu de l'alumne”, *portfolio*, enregistrament de reptes i la seua progressió, entre altres, són recursos i instruments que afavoriran l'autoregulació i l'avaluació.

La **retroalimentació** durant el procés que haurien de rebre els alumnes és més difícil de desenvolupar durant el confinament. Per això, cal definir molt clarament els **criteris d'avaluació** de cadascuna de les propostes, per a que siga l'alumne, per si mateix o amb ajuda de l'entorn familiar, qui vaja aprenent a **autoregular el seu aprenentatge**. Aquest plantejament està encaminat a afavorir l'**autonomia** de l'alumnat i la consecució d'una de les *competències clau*, com és “**aprendre a aprendre**”.

Ara el repte i l'art dels docents d'Educació Física, és crear eixes tasques, relacionar-les amb el currículum i.. que isca la màgia!