

## SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

### Saltar, saltar, saltar...

#### Sinopsis

Con esta propuesta de tarea se pretende que el alumnado sea capaz de diseñar y ejecutar en grupo una coreografía con salto de cuerda. Esto supone desarrollar en el alumnado la capacidad para ajustar el movimiento a distintas situaciones motrices, aplicar las habilidades motrices a situaciones cada vez más complejas adaptando la ejecución a la toma de decisiones, resolver problemas motrices aplicando las estrategias más adecuadas utilizando de forma creativa los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento participando en grupo, de forma cooperativa en juegos tradicionales y valorando su riqueza cultural.

#### Datos técnicos

**Autoría:** Luis Ángel Blanco Fernández  
**Centro educativo:** CEP NORTE DE TENERIFE  
**Tipo de Situación de Aprendizaje:** Tareas  
**Estudio:** 4º Educación Primaria (LOMCE)  
**Materias:** Educación Física (EFI)

#### Identificación

**Justificación:** Los juegos tradicionales representan parte de nuestra cultura. muchos de ellos, como el salto de cuerda, o juego de la comba, que es el hilo conductor de esta tarea facilitan el desarrollo en el alumnado de varias competencias de una forma lúdica y sana. Este es un juego que se puede practicar individualmente, pero que también tiene un carácter social e integrador, por tanto la competencia Social y Cívica y la competencia Lingüística están presentes en todo momento.

La secuencia de actividades planteada, en la que el alumnado debe diseñar una coreografía con salto de cuerda, desarrolla también la competencia de Sentido de Iniciativa y Espíritu Emprendedor en la medida en que el alumnado debe tomar decisiones cada vez con mayor autonomía sobre diversos aspectos de ejecución y organización de distintas tareas motrices con actitud de auto superación y perseverancia y la competencia de Aprender a Aprender, en la que el alumnado es capaz de percibir sus propias capacidades y limitaciones, estableciendo metas alcanzables que generen autoconfianza y autonomía hacia su propio aprendizaje. Por último contribuye al desarrollo de la competencia Conciencia y Expresiones Culturales a través de la comunicación creativa de ideas, sentimientos manifestados en las actividades expresivas y rítmicas de los juegos tradicionales.

Con esta propuesta de tarea se pretende que el alumnado sea capaz de diseñar y ejecutar en grupo una coreografía con salto de cuerda. Esto supone desarrollar en el alumnado aprendizajes basados en desarrollar la capacidad para ajustar el movimiento a distintas situaciones motrices, aplicar las habilidades motrices a situaciones cada vez más complejas aprender a tomar decisiones creativas y ajustadas a sus habilidades motoras, utilizar de forma creativa los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento, participar en grupo, de forma cooperativa en juegos tradicionales y valorar la riqueza cultural de los juegos tradicionales.

Mostrar a la comunidad educativa en cualquier evento de Jornadas Abiertas como puede ser el Día de Canarias dota de una dimensión social esta tarea.

#### Fundamentación curricular

#### Criterios de evaluación para Educación Física

Código	Descripción
PEFI04C01	<p><b>Adaptar las distintas habilidades motrices básicas y genéricas necesarias a la resolución de problemas motores para el desarrollo de la coordinación y del equilibrio.</b></p> <p>La finalidad de este criterio es verificar que el alumnado es capaz de adaptar las diferentes habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y</p>

## SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

### Saltar, saltar, saltar...

Código	Descripción
	recepciones) y genéricas (golpeos, conducciones, transportes, botes...) para resolver situaciones motrices (juegos, actividades físicas y expresivas) y problemas motores sencillos, en entornos habituales y no habituales (como es el medio natural), adecuando la práctica a sus posibilidades y a las demandas de la situación motriz, y manteniendo el equilibrio postural.
Competencias del criterio PEFI04C01	Aprender a aprender.
PEFI04C02	<p><b>Resolver retos de situaciones motrices demostrando intencionalidad estratégica.</b></p> <p>Con este criterio se pretende evaluar si el alumnado es capaz de elegir estrategias individuales y grupales para la resolución de la práctica motriz, optando por la estrategia adecuada para cumplir con el objetivo planteado, en un contexto de situaciones motrices de componente lúdico y deportivo con una lógica interna más compleja. Además, se constatará si muestra actitudes de ayuda, colaboración y cooperación con los distintos miembros de su grupo, respetando los acuerdos y normas establecidos en ellos para adoptar conductas favorecedoras de la relación con las demás personas de forma asertiva e inclusiva.</p>
Competencias del criterio PEFI04C02	Comunicación lingüística, Aprender a aprender, Competencias sociales y cívicas, Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
PEFI04C03	<p><b>Aplicar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones, emociones e ideas de forma espontánea, creativa y estética, así como para seguir y crear estructuras rítmicas.</b></p> <p>Con este criterio se pretende valorar la capacidad del alumnado para comunicar de forma creativa, comprensible y estética sus sentimientos, emociones, vivencias, ideas, personajes o actos etc., a partir de su motricidad, siendo capaces de transmitirlos con estilo propio. Se verificará también si el alumnado diferencia entre las distintas manifestaciones rítmicas y expresivas de otras culturas (bailes, danzas...) y las practica de manera individual y colectiva siguiendo sencillas coreografías individuales y colectivas.</p>
Competencias del criterio PEFI04C03	Aprender a aprender, Conciencia y expresiones culturales.

#### Fundamentación metodológica/concreción

**Modelos de Enseñanza:** Investigación guiada

**Fundamentos metodológicos:** Partiendo de un planteamiento participativo y cooperativo, el alumnado deberá diseñar un producto creativo basado en la coordinación del equipo, la estética, el ritmo, la motricidad y el equilibrio. La metodología se centra fundamentalmente en el aprendizaje autónomo por parte del alumnado estando el profesorado en un segundo plano guiando, orientando y ayudando en el proceso de aprendizaje del alumnado.

**Actividades de la situación de aprendizaje**

## SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

### Saltar, saltar, saltar...

#### [1]- Presentación de la tarea. Activación

El/la docente propone al alumnado participar en el evento del Día de Canarias una coreografía basada en el salto de cuerda, uno de los juegos más tradicionales de la infancia. Con la realización de esta tarea el alumnado en grupos de 4 o 5 componentes, iniciarán la búsqueda de variantes del salto de cuerda, elegirán varios ejercicios diferentes, teniendo en cuenta la dificultad y que todos los miembros el grupo puedan ejecutar, seleccionarán una base musical que acompañe la coreografía, ensayarán la secuencia de saltos y mostrarán en las jornadas abiertas del Día de Canarias o de cualquier otro evento la coreografía con salto de cuerda. El/la docente proyectará los vídeos "Aprende a saltar a la cuerda en tres pasos" y "Festival de salto con cuerda" con la intención de utilizarlos como modelaje y motivación. El alumnado adquirirá los compromisos de organizarse en 4 o 5 equipos, seleccionar varias modalidades de salto de cuerda y ensayos, selección de música, coordinación de los miembros del equipo, puesta en común con el resto de equipos para coordinar la coreografía final y participar en el evento. Para finalizar la sesión, se establecerá un turno de palabra para resolver dudas previas al inicio de la tarea.

Crterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/contex.	Observaciones.
		- Gran Grupo	1	Ordenador y proyector con audio. "Aprende a saltar a la cuerda en tres pasos" <a href="http://youtu.be/mtqIH8NJB_s">http://youtu.be/mtqIH8NJB_s</a> "Festival de salto con cuerda" <a href="http://youtu.be/QbsHzLWquLM">http://youtu.be/QbsHzLWquLM</a>	Aula de informática Aula de clase con PDI	

#### [2]- Modelar una sesión de entrenamiento.

El/la docente utilizando el Recurso 1 (Modelo de sesión), modela una sesión de iniciación al entrenamiento basado en el salto de cuerda, indicando al alumnado las fases de la sesión: Calentamiento, Propuestas de ejercicios de salto con cuerda. Relajación.  
El alumnado realiza los ejercicios indicados por el docente a lo largo de la sesión.  
En esta sesión de modelado es importante que el/la docente vaya explicando el objetivo de cada uno de los ejercicios propuestos en cada una de las fases.

Crterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/contex.	Observaciones.
	- Ejercicios de iniciación	- Gran Grupo	1	Cuerdas cortas salto individual Cuerdas largas salto colectivo Recurso 1 Modelo de sesión. Recurso 2 Ficha de planificación de sesión...	Cancha deportiva	

#### [3]- Diseñar una sesión de entrenamiento.

El docente facilita al alumnado el Recurso 1 Modelo de sesión. y el Recurso 2 Ficha de planificación de sesión. Cada grupo de alumnos elaborará una propuesta de planificación de ejercicios de salto de cuerda, utilizando como recurso el vídeo "Ejercicios básicos de salto" y la Ficha de planificación de sesión Recurso 2 teniendo en cuenta las fases de la sesión y el modelado de una sesión realizado en la actividad anterior (Recurso 1): (calentamiento, ejercicios principales y relajación).  
El/la docente indicará al alumnado que es conveniente que en la selección de ejercicios incluyan diversas modalidades de agrupación: saltos individuales, por parejas, tríos o saltos de grupo con cuerdas largas.

## SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

### Saltar, saltar, saltar...

[3]- Diseñar una sesión de entrenamiento.						
Criterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/context.	Observaciones.
	- Diseño de sesión entrenamiento	- Grupos Heterogéneos	1	Cuerdas cortas salto individual Cuerdas largas salto colectivo "Ejercicios básicos de salto" <a href="http://youtu.be/6XS5hI3Vt8E">http://youtu.be/6XS5hI3Vt8E</a> Recurso 2 Ficha de planificación.de sesión de entrenamiento.(Alumnado).	Aula de informática. Cancha deportiva	

[4]- Seleccionar pista sonora.						
El alumnado por grupos seleccionará la música o banda sonora que acompañará la ejecución de sus ejercicios de salto, la editará para adaptarla a su secuencia de saltos y la archivará en un fichero de sonido para poderla utilizar con un ordenador portátil.						
Criterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/context.	Observaciones.
	- Fichero con la pista sonora	- Grupos Heterogéneos	1	Equipos informáticos con dispositivos de audio Editor de sonidos (Audacity, AVS Audio Editor...)	Aula de informática	

[5]- Puesta en práctica de la sesión de entrenamiento.						
El alumnado en grupo y de forma simultánea pondrá en práctica su sesión de entrenamiento siguiendo la ficha de planificación elaborada con anterioridad. Utilizarán la banda sonora para ajustar los ejercicios al ritmo musical. Cada grupo valorará su sesión, las dificultades encontradas en su ejecución y hará propuestas de modificación según la dificultad de los ejercicios seleccionados, garantizando que todos los miembros del grupo puedan realizarlos.						
Criterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/context.	Observaciones.
	- Ejercicios de calentamiento, salto y relajación	- Grupos Heterogéneos	1	Cuerdas cortas salto individual Cuerdas largas salto colectivo Recurso 2 Ficha de planificación.de sesión de entrenamiento.(Alumnado).	Cancha deportiva	

[6]- Sesiones de ensayo.						
El docente indicará al alumnado que aunque ensayarán en grupos pequeños, la actuación deberá sincronizar las actuaciones de todos los grupos, por lo que en las sesiones de ensayo habrá que contemplar un espacio de tiempo para la coordinación general, por tanto las sesiones de ensayo tendrán cuatro fases: calentamiento, ensayo de ejercicios con cuerda, coordinación de ejercicios intergrupos y relajación. El alumnado además de las prácticas en la cancha deportiva podrá seguir ejercitando y perfeccionando los ejercicios de salto fuera del horario escolar en otros						

## SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

### Saltar, saltar, saltar...

[6]- Sesiones de ensayo.						
intergrupos y relajación. El alumnado además de las prácticas en la cancha deportiva podrá seguir ejercitando y perfeccionando los ejercicios de salto fuera del horario escolar en otros entornos y espacios. El profesorado junto con el alumnado negociarán la actuación del grupo clase, coordinando las actuaciones de cada grupo y las transiciones intergrupos. El profesorado (fuera de la sesión de clase) unirá las pistas de sonido de cada grupo en una única base musical que dará entrada a cada grupo en la actuación conjunta.						
Criterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/context.	Observaciones.
	- Ejercicios de calentamiento, salto y relajación.	- Grupos Heterogéneos - Gran Grupo	3	Cuerdas cortas salto individual. Cuerdas largas salto colectivo. Reproductor de audio, uno por cada grupo. Música seleccionada por cada grupo	Cancha deportiva Fuera del aula	
[7]- Ensayo general y últimos ajustes.						
Tras la fase de calentamiento, el docente recordará al alumnado las instrucciones precisas para coordinar un ensayo general, colocación de cada grupo y de cada persona, orden de actuación, comprobación de material etc. El alumnado en gran grupo ejecutará los ejercicios según lo acordado en la sesión anterior, teniendo en cuenta que un estilo de aprendizaje cinestésico se mejora con la repetición de los ejercicios. En esta actividad es muy importante que el/la docente sea muy positivo con el alumnado y debe animar continuamente al alumnado incluso cuando cometan errores. El/la docente deberá hacer todas las pausas que sean necesarias durante el desarrollo de estas sesiones.						
Criterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/context.	Observaciones.
	- Coreografía	- Gran Grupo	1	Cuerdas cortas salto individual Cuerdas largas salto colectivo Reproductor de audio. Pista de audio editada.		Cancha deportiva
[8]- Sesión de evaluación.						
Esta sesión se desarrolla exactamente igual que la anterior, como un ensayo general El alumnado autoevaluará su actuación en la coreografía utilizando una planilla de autoevaluación que le facilitará el profesorado. El alumnado de forma individual expondrá su autoevaluación al profesorado y al resto del grupo de clase y entre todos negociarán el resultado de la evaluación.						
Criterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/context.	Observaciones.
- PEFI04C03 - PEFI04C01 - PEFI04C02	- Coreografía	- Trabajo individual - Gran Grupo	1	Cuerdas cortas salto individual. Cuerdas largas salto colectivo. Reproductor de audio. Música seleccionada por cada grupo. Recurso 3 Planilla de autoevaluación.	Cancha deportiva	

## SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

### Saltar, saltar, saltar...

#### [9]- Participación en el evento Día de Canarias.

El alumnado ejecuta y muestra a la Comunidad educativa el producto del trabajo realizado en la en el evento de Jornada de puertas abiertas del Día de Canarias.

Criterios Ev.	Productos/Inst.Ev.	Agrupamiento	Sesiones	Recursos	Espacios/context.	Observaciones.
	- Coreografía	- Gran Grupo		Cuerdas cortas salto individual. Cuerdas largas salto colectivo. Reproductor de audio. Pista de audio	Cancha deportiva	

#### Fuentes, Observaciones, Propuestas

**Fuentes:** "Aprende a saltar a la cuerda en tres pasos" [http://youtu.be/mtqIH8NJB\\_s](http://youtu.be/mtqIH8NJB_s)

"Ejercicios básicos de salto" <http://youtu.be/6XS5h13Vt8E>

"Pasos Técnicas y Trucos Simple Salto" <https://www.youtube.com/watch?v=SSL6PVaWQXs>

"Festival de salto con cuerda" <http://youtu.be/QbsHzLWquLM>

**Observaciones:** Es importante que el profesorado oriente al alumnado a la hora de elegir los tipos y combinaciones de saltos, que no sean muy complejos y se adapten a sus capacidades. Dar prioridad al sentido lúdico de los juegos tradicionales, con los que se mejoran las destrezas motrices, fomentando una vida sana, basada en el ejercicio adecuado a la edad del alumnado.

**Propuestas:**