**GUIÓN PARA UNIDAD DIDÁCTICA INTEGRADA (UDI)**

**Título de la UDI:** VIDA SANA

**Materia/s:** Educación Física, Matemáticas, Biología

**Curso: 3ºESO Año académico: 2017/2018**

**Justificación:**

La salud y calidad de vida, es uno de los bloques del Real Decreto de Enseñanzas Mínimas 1105/2014 del 26 de diciembre, sin duda el que más peso, y el contenido que tiene un bloque dedicado única y exclusivamente a él y que para ello lleva su nombre. Su justificación como inclusión en unidad o unidades didácticas es más que suficiente, es necesaria y obligada. Por otra parte, el tratamiento de los fundamentos básicos de nutrición y alimentación y el desarrollo de una actitud crítica sobre la higiene postural ante es de vital importancia en una sociedad que está dominada por las grandes empresas alimenticias y por la obsesión por la estética y no por la salud.

**Criterios de evaluación elegidos: 2,4,5 y 7**

**Objetivos didácticos:**

**O1.** Respetar y valorar el propio cuerpo y el de los demás. Desarrollar una actitud crítica ante los mitos e información recibida por los medios de comunicación.

**O2**. Valorar y concienciarse de la importancia de la higiene postural, alimentación y AF en la salud y calidad de vida.

**O3.** Conocer y adquirir hábitos saludables correctos en la vida cotidiana y en actividades deportivas participando de forma activa en las actividades.

**Concreción curricular\***

**Materia[[1]](#footnote-1):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Criterios de evaluación y competencias clave** | **Estándares de aprendizaje evaluables** | **Contenidos** | **Objetivos didácticos** |
| **2/ CCL,CAA,CSC,SIEP,CEC** | 2.12.4 | Realiza improvisación como medio de comunicación espontánea | O2O3 |
| **4/ CMCT, CAA** | 4.34.6 | Identifica las características que debe tener la AF saludable | O1O2O3 |
| **5/ CMCT, CAA** | 5.35.4 | Aplica fundamentos de higiene postural | O2O3 |
| **7/ CAA, CSC, SIEO** | 7.1, 7.2, 7.3 | Muestra tolerancia deportividad, cooperación… | O3 |

\*Según Real Decreto 1105/2014 y Orden de 14 de julio de 2016.

**Transposición didáctica**

|  |
| --- |
| **TAREA 1** (con producto final)**:** **Descripción: Adquirir hábitos de vida saludables** |
| **Actividades** | **Ejercicios** |
| 1. Diferencia entre el aporte calórico y consume a través del ejercicio. | - Concepto y como calcular el metabolism basal. Conceto de MET y comprobar cuantos METs tienen las diferentes actividades deportivas (buscar en internet) |
| * Seguimiento durante una semana de los alimentos que se consumen en los desayunos, almuerzos, comidas, meriendas y cenas.
 |
| * Cálculo de las calorías consumidas y gastadas
 |
| * Debate sobre los resultados obtenidos
 |
| **METODOLOGÍA[[2]](#footnote-2)** |
| **Cognitivo constructivista** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TEMPORALIZACIÓN** | **RECURSOS** | **PROCESOS COGNITIVOS[[3]](#footnote-3)** | **ESCENARIOS[[4]](#footnote-4)** |
| **1 sesión** | **Hoja de cálculo Excel** | **Analítico****Crítico** | **En Casa** |

|  |  |
| --- | --- |
| 2. Toma de conciencia de la importancia de tener una buena higiene postural. | - Cuestionario gráfico de Dolores de espalda y realización de 3 pruebas de valoración personal . Pasar ese mismo cuestionario y pruebas a una persona adulta |
| * Gymkhana postural
 |
| * Conocer y practicar técnica adecuada de Carrera y posiciones de Acrosport.
 |
| * Dramatización
 |
| **METODOLOGÍA** |
| Aprendizaje cooperativo y personal |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TEMPORALIZACIÓN** | **RECURSOS** | **PROCESOS COGNITIVOS** | **ESCENARIOS** |
| **4 sesiones** | **Cuestionarios, balones de baloncesto, pelotas, cuerdas, colchonetas, botellas y conos.** | **Práctico****Creativo** | **En el aula** |

|  |  |
| --- | --- |
| 3. Consolidar hábitos de vida saludables | - Oca saludable y pasapalabra vertebral |
| - |
| - |
| - |
| **METODOLOGÍA** |
| Aula invertida y aprendizaje cooperativo |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TEMPORALIZACIÓN** | **RECURSOS** | **PROCESOS COGNITIVOS** | **ESCENARIOS** |
| **1 sesión** | **Tablero, dado, tarjetas de preguntas y repuestas colchonetas, balones, picas y conos** | **Práctico** | **En casa y en el aula** |

\*En caso necesario copiar este cuadro las veces que sea necesario según el número de tareas, actividades y ejercicios que tenga nuestra UDI.

**Evaluación de lo aprendido**

**Materia[[5]](#footnote-5): EDUCACIÓN FÍSICA**

|  |
| --- |
| **Criterio de Evaluación 1: 2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico expresivas, utilizando técnica de expresión corporal y otros recursos.** |
| **Instrumento/s de evaluación: Rúbrica** |
| **Estándares de aprendizaje evaluables: 2.1, 2.4** |
| **NIVEL 4** | **NIVEL 3** | **NIVEL 2** | **NIVEL 1** |
| La representación es adecuada al personaje y a la situación. Refleja trabajo en equipo. El mensaje muestra claramente la relación con la temática. | La representación es generalmente adecuada al personaje y a la situación. Refleja trabajo en equipo. El mensaje muestra relación con la temática. | La representación escasamente adecuada al personaje y a la situación O refleja poca interacción en equipo. O el mensaje muestra relación con la temática. | La representación no es adecuada al personaje ni a la situación O refleja que el trabajo se hizo de forma individual. O el mensaje es tan disperso que no permite identificar la temática. |

|  |
| --- |
| **Criterio de Evaluación 2: 4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad físico-deportiva aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud** |
| **Instrumento/s de evaluación: Excel gasto calórico** |
| **Estándares de aprendizaje evaluables: 4.3, 4.6** |
| **NIVEL 4** | **NIVEL 3** | **NIVEL 2** | **NIVEL 1** |
| Hace el seguimiento y cálculo correctamente durante toda la semana. Y participa activamente en el debate. | Hace el seguimiento y cálculo correctamente durante toda la semana, pero su participación en el debate es escasa. | El seguimiento y cálculo durante toda la semana no es del todo correcto, pero su participación en el debate es correcta. | Ni hace bien seguimiento y cálculo durante toda la semana, ni su participación en el debate es correcta. |

\*En caso necesario copiar este cuadro las veces que sea necesario según el número de criterios de evaluación de cada materia a evaluar.

|  |
| --- |
| **Criterio de Evaluación 3: 5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales dentro de los márgenes de la salud mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.** |
| **Instrumento/s de evaluación: Rúbrica** |
| **Estándares de aprendizaje evaluables: 5.3, 5.4** |
| **NIVEL 4** | **NIVEL 3** | **NIVEL 2** | **NIVEL 1** |
| Muestras motivación e iniciativa en el desarrollo de la actividad y en sus aportaciones al equipo aportando soluciones a los problemas que se han planteado. | Muestras motivación e iniciativa en el desarrollo de la actividad y en sus aportaciones al equipo, pero no aporta soluciones a los problemas que se han planteado. | No muestra mucha motivación ni iniciativa en el desarrollo de la actividad, pero la realiza. | No muestra nada de motivación ni iniciativa en el desarrollo de la actividad y o no la realiza o no lo hace correctamente. |

|  |
| --- |
| **Criterio de Evaluación 4: 7. Reconocer las posibilidades de las actividades físico- deportivas y artístico expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus diferencias y aportaciones.** |
| **Instrumento/s de evaluación: Rúbrica** |
| **Estándares de aprendizaje evaluables: 7.1, 7.2, 7.3** |
| **NIVEL 4** | **NIVEL 3** | **NIVEL 2** | **NIVEL 1** |
| Se muestra participativo, esforzándose y respetando a sus compañeros, profesor y material durante todas las sesiones. | Se muestra participativo, esforzándose y respetando a sus compañeros, profesor y material durante la mayoría de sesiones. | A veces ser muestra participativo y se esfuerza y otras no tanto. Respeta a sus compañeros, profesor y material. | No se muestra participativo ni se esfuerza o no respeta a sus compañeros, profesor y material. |

1. En caso de ser la UDI interdisciplinar, esto es, si hay más de una materia, copiar este cuadro para cada una de las materias implicadas [↑](#footnote-ref-1)
2. **Modelos de enseñanza**: **Conductual** (Enseñanza directa/Simulación), **Cognitivo constructivista** (Inductivo básico/Formación de conceptos/Indagación científica/Memorístico/Sinéctico/Organizadores previos), **Social** (Investigación grupal/Juego de roles/Jurisprudencial) o **Personal** (Enseñanza no directiva /Creatividad). **Otros:** aula invertida, aprendizaje cooperativo… [↑](#footnote-ref-2)
3. **Procesos cognitivos**: **Reflexivo**, **Analítico**, **Lógico**, **Crítico**, **Analógico**, **Sistémico**, **Deliberativo**, **Práctico** o **Creativo**. [↑](#footnote-ref-3)
4. **Contextos**: **Individual**, **Familiar**, **Escolar**, **Comunitario** o **Social**. Especificar el contexto y el escenario donde se desarrolla la situación de aprendizaje: aula, biblioteca, aula de informática… [↑](#footnote-ref-4)
5. En caso de ser la UDI interdisciplinar, esto es, si hay más de una materia, copiar este cuadro para cada una de las materias implicadas [↑](#footnote-ref-5)