

PROYECTO INTERDISCIPLINAR: “ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD”

Descripción del proyecto

Desde muchos ámbitos se afirma como insuficientes dos horas semanales de Educación Física para la instauración de la actividad física como hábito cotidiano de los jóvenes y futuros adultos, máxime cuando algunos estudios recientes constatan el incremento en el número de jóvenes que sólo realizan actividad física en las clases regladas dentro del horario escolar. Con la incorporación de esta optativa y una adecuada distribución del horario de grupos se puede garantizar, como mínimo, la incorporación de estas actividades cuatro días de los cinco de la semana escolar.

Se trata de un proyecto interdisciplinar eminentemente práctico, que tiene como objetivo la promoción de la vida activa, saludable y autónoma. Es una ampliación de la materia de Educación Física, en la que se desarrollarán contenidos propios de la misma. Si te gusta la actividad física y el deporte, esta optativa es para ti.

Situaciones de aprendizaje

Se desarrollarán tres situaciones de aprendizaje a lo largo del curso. En cada una de ellas, el alumnado deberá preparar y exponer un producto final:

1. **“Elaboramos nuestro plan de entrenamiento”**: tendrá como producto final diseñar y poner en práctica un plan de entrenamiento para mejorar las capacidades físicas básicas. Estará vinculada a la materia de Biología y Geología.
2. **“Organizamos nuestro torneo”**: el producto final es el diseño y puesta en práctica de un torneo deportivo organizado para otros alumnos/as, donde desempeñarán roles propios del fenómeno deportivo (preparador físico, árbitro, periodista y analista estadístico). Se vincula a las materias de Lengua Castellana y Literatura y Matemáticas.
3. **“Actividades deportivas con soporte musical”**: como producto final, el alumnado elaborará una coreografía musical en la que se podrán incluir habilidades gimnásticas, actividades dirigidas propias de centros deportivos, acrosport o saltos a la comba. La vincularemos a Música.

Criterios de asignación

El cupo máximo es de 30 alumnos/as. En caso de haber más demanda, se establecerán los siguientes criterios: lesión permanente o enfermedad que imposibilite la práctica física, nota de Educación Física del curso anterior y, en caso de empate, nota global del curso anterior.