

#ElPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO

Desde la suspensión de las clases presenciales debido a la situación sanitaria, desde el área de Educación Física del CEIP Pío XII hemos lanzado la propuesta #ElPíoNoDejaDeMoverse. A través del envío diario de retos, quisimos promover la práctica de actividad física activa, accesible, divertida y que tuviese cabida en todos los hogares, como alternativa frente a otras opciones de ocio más sedentarias. Los retos fueron presentados en infografías que semanalmente compartían los mismos aprendizajes curriculares, los mismos colores y quedaban clasificadas a través de los Pío Iconos. Las propuestas, realizadas en nuestros propios hogares, estaban destinadas a todo nuestro alumnado de las etapas de Infantil, Primaria y Educación Especial.

Somos Luis Angulo e Inés Agualeles, maestros de Educación Física en el CEIP Pío XII de Huesca, trabajamos habitualmente como pareja pedagógica y aquí mostramos nuestra propuesta de trabajo para Educación Infantil, Primaria y Especial durante el periodo de trabajo no presencial, debido a la excepcional situación de alarma sanitaria.





El CEIP Pío XII está ubicado en el barrio Perpetuo Socorro de Huesca. El alumnado del centro se caracteriza por su amplia heterogeneidad, con origen y condiciones sociales muy diversas. Este hecho ha condicionado el acceso del alumnado a los contenidos telemáticos, debiendo diversificar al máximo la manera de llegar a nuestras familias.

En cuanto a nuestra forma de trabajo, dentro del área de Educación Física en los últimos años trabajamos en pareja pedagógica y, durante los tres últimos escolares, participamos en un proyecto de innovación educativa. Esta forma de intervención docente y metodológica tiene unas contrastadas ventajas en situaciones normales de docencia que, afortunadamente, sentaron unas bases de las que nos hemos beneficiado en época de confinamiento. Algunas de estas ventajas las presentamos a continuación:

- Cada uno de nosotros tenemos una mayor responsabilidad sobre los cursos de primero a tercero de Primaria o de cuarto a sexto de Primaria respectivamente, lo que ha favorecido tener claro el contacto que cada uno debíamos realizar con las tutoras y tutores de cada grupo.
- Cada uno de nosotros teníamos asignado uno de los dos grupos de cada nivel de Infantil, por lo que hemos continuado con el seguimiento del mismo grupo.
- Sobre las programaciones didácticas existía una coordinación transversal y longitudinal en cuanto al tratamiento de contenidos, criterios y estándares de evaluación, lo que facilitó conocer rápidamente qué estándares imprescindibles quedaban pendientes en cada curso, qué otros estándares de evaluación se habían quedado sin trabajar y cuáles quedaban más reforzados tras las dos primeras evaluaciones.
- Simultanear contenidos en muchos momentos de la programación con todos los cursos, nos ha permitido realizar propuestas globales de cada uno de los contenidos trabajados, adaptando las variantes y modificaciones desde los niveles de Infantil, todos los grupos de Primaria, teniendo también en cuenta al alumnado de Educación Especial. Esta forma de presentación de los contenidos la hemos querido mantener también durante el confinamiento.

Objetivos

Al igual que el resto de centros educativos y desde todas las áreas, continuar la escuela desde casa ha sido una necesidad que hemos tenido que afrontar y aprender a *marchas forzadas*. La clave de nuestra propuesta es que, desde un primer momento, quisimos mantener unos objetivos claros sin saber realmente ni la duración ni las exigencias normativas de esta situación excepcional. A nuestro juicio, el éxito ha radicado en el hecho de poder mantener tales objetivos hasta el final de curso. Nuestras premisas a la hora de

plantear las actividades han sido:

- Proponer actividades que trataran los contenidos que estaban previstos en nuestras programaciones didácticas.
- Ofrecer a nuestro alumnado una alternativa saludable para su tiempo de ocio.
- Proponer actividades que se pudiesen realizar desde sus casas y con poco material, en muchas ocasiones reciclado, siguiendo el hilo conductor del colegio durante este curso escolar: *École Écolo* (un colegio ecológico).
- Ofrecer propuestas contrastadas realizadas por nosotros mismos, ilustradas con imágenes y vídeos propios, con las que llegar a todos los niveles educativos del centro: Infantil, todos los cursos de Primaria y Educación Especial.
- Implicar a las familias en la realización de los retos con el fin de pasar un tiempo de calidad con sus hijos e hijas.

Con el paso de las semanas, además, nos fuimos adaptando a las características de la situación excepcional ofreciendo propuestas que se pudiesen llevar a cabo en las salidas a la calle. Además, y dada la duración del confinamiento, hemos podido abarcar gran cantidad de aprendizajes curriculares del área.

Contenidos

A lo largo del proyecto hemos planteado retos vinculados a todos los bloques de contenidos que existen en Educación Física. A continuación, vamos a detallar lo que hemos trabajado en cada uno de los seis bloques. Además, para dar más significado a las tareas planteadas, las hemos asociado a lo que hemos denominado PÍO ICONOS, unas imágenes extraídas de ARASAAC (junto con un nombre combinado con el de nuestro centro. Así, la relación de

contenidos trabajados y agrupados en los diferentes bloques de contenido, sería la siguiente:

Bloque 1: Acciones motrices individuales

PÍO JUEGA



PÍO TE RETA







Los contenidos de este bloque han estado muy representados a lo largo de las diferentes propuestas, asociados también a contenidos de otros bloques. Entre otros hemos trabajado:

- Multisaltos a través de juegos como la goma, la comba, la rayuela o los tres saltos.
- Lanzamientos en juegos de puntería y precisión, con gran variedad de materiales y variantes.
- Actividades gimnásticas a través de propuestas globales de bajo riesgo, en las que se favorecen los desplazamientos, girar, rodar, saltar, equilibrarse...
- Retos de equilibrios con elementos caseros o sin material.
- Retos de coordinación individuales, en parejas, con o sin materiales.
- Actividades de patinaje con patinetes en las que se incluían nociones de mantenimiento y seguridad básica, encadenamiento de acciones y progresión en el aprendizaje.



#EIPíoNoDejaDeMove: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO

Lanzamientos

CHICAS Y CHICOS...¡VUESTRO TURNO!

- NOS EMPEZAMOS A MOVER CUANDO COMIENCE LA MÚSICA.
- DESPLÁZATE LIBREMENTE POR EL ESPACIO.
- UTILIZA LAS TELAS DEL SUELO PARA ACOMPAÑAR TUS DESPLAZAMIENTOS.
- RECUERDA LAS ALTURAS POR LAS QUE PUEDES MOVER LAS TELAS: POR ARRIBA, POR LA ZONA MEDIA O POR EL SUELO.
- TU CUERPO TAMBIÉN LO PUEDES DESPLAZAR POR LA ZONA ALTA, MEDIA O BAJA.



Actividades gimnásticas globales

EMPEZAMOS...

- NOS IMPULSAMOS LIBREMENTE.
- VAMOS POR ENCIMA DE LAS LÍNEAS.
- NOS DAMOS IMPULSO Y COLOCAMOS LOS DOS PIES ENCIMA DEL PATINETE MIRANDO HACIA UN LADO, LUEGO HACIA EL OTRO LADO.
- PRACTICAMOS A SUBIR Y BAJAR BORDELOS.

AVANZAMOS...

- FUAMOS UNA ZONA EN EL SUELO, LLEGAMOS CON VELOCIDAD Y NOS TENEMOS QUE FRENAR DENTRO DE DICHA ZONA.
- NOS MARCAMOS DOS LÍNEAS EN EL SUELO Y TRATAMOS DE IR A UN EXTREMO A OTRO RÁPIDAMENTE Y FRENANDO JUSTO EN LA LINEA.
- HACEMOS BAJADAS Y SUBIDAS.
- TRATAMOS DE LEVANTAR UNA MANO.
- ¿ERES CAPAZ DE TRANSPORTAR ALGO EN LA CABEZA?



Actividades con patinetes

Detalles de las infografías utilizadas para el desarrollo del bloque 1

Bloque 2: Acciones motrices de oposición

PÍO JUEGA



PÍO TE RETA



PÍO-RETOS POWER

Las propuestas relacionadas con este bloque han sido variadas, si bien nos hemos centrado mayoritariamente en aquellas en las que no existe contacto.

- Juegos de oposición con o sin contacto corporal como dar la vuelta a la tortuga, robar colas o robar pinzas.
- Actividades de cancha dividida con o sin implemento.
- Situaciones de combinación implemento y móvil, situaciones de intercambio 1 con 1 o 1 contra 1 y retos colectivos.



ROBAR PINZAS

NOS COLOCAMOS UNA PINZA EN LAS RODILLAS O EN LA PARTE FINAL DEL PANTALÓN. JUGAMOS UNO CONTRA UNO INTENTAMOS PROTEGER NUESTRA PINZA Y QUITAR LA DEL Oponente. PODEMOS PROBAR A JUGAR VARIAS PERSONAS AL MISMO TIEMPO, DE PIE O POR EL SUELO.

ROBAR COLAS

NOS COLOCAMOS UN PAÑUELO O UNA TELA LARGA ATRAPÁNDOLA CON NUESTRO PANTALÓN COMO SI FUERA UNA COLA. FUJAMOS UN ESPACIO DE JUEGO. DEBEMOS VIGILAR NUESTRA COLA Y ROBAR LA DE LOS DEMÁS. SI LA COLA ES MUY LARGA PODEMOS JUGAR PISÁNDOLA. SI ME QUITAN LA COLA PUEDE SEGUIR JUGANDO.

Juegos de oposición



MATERIALES NECESARIOS

EN ESTOS RETOS NECESITARÉIS:

- PALAS DE TENIS DE MESA O GORBAS CASERAS.
- PELOTAS VARIADAS MÁS O MENOS PEQUEÑAS.
- UNA RED PARA SEPARAR LOS ESPACIOS DE JUEGO, NOSOTROS HEMOS CONTRUIDO UNA DE LEGO, PERO VALE CUALQUIER RED.
- Y... ¡MUCHAS GANAS DE PASARLO BIEN!

FORMA DE JUEGO

TODOS LOS JUEGOS QUE TE PLANTEAMOS HOY PUEDEN TENER DOS VERSIONES:

- UNA VERSIÓN COMPETITIVA, DE 1 CONTRA 1.
- Y UNA VERSIÓN COOPERATIVA, DE 1 CON 1.
- INCLUSO SI OS ANIMÁS MUCHOS EN CASA, PODÉIS HACER RETOS COLECTIVOS COOPERATIVOS

Cancha dividida

#EIPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO



Retos de implemento y móvil

[Detalles de las infografías utilizadas para el desarrollo del bloque 2](#)

Bloque 3: Acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición

PÍO TE RETA



PÍO SE EXPRESA



PÍO-RETOS POWER

Las actividades asociadas a este bloque han sido las más complicadas de plantear para realizar en casa. No obstante, en muchos de los retos hemos buscado la versión o variante cooperativa, que implicaba la colaboración y cooperación de toda la familia para poder conseguir el reto. Los contenidos trabajados han sido:

- Acrosport.
- Variantes cooperativas en retos individuales.
- Retos cooperativos colectivos.



Acrosport



Variantes cooperativas



Retos cooperativos colectivos

[Detalles de las infografías utilizadas para el desarrollo del bloque 3](#)

Bloque 4: Acciones motrices en el medio natural



Pese a haber estado tanto tiempo sin salir a la calle, hemos tenido muy presentes las acciones motrices en el medio natural con propuestas dentro y fuera de casa.

- Orientación: Conocimiento del plano, localización de puntos en el plano y en la realidad, orientación del plano, búsqueda de pistas.
- Orientación en parques: recorridos de orientación.
- Rally fotográfico por el entorno próximo al centro escolar.

#ElPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO

- Senderismo en entornos próximos al barrio.
- BTT: Puesta a punto con la ITB, indumentaria, habilidades de manejo y conducción.
- Salidas de BTT desde el centro escolar.

JUEGO 1: DIBUJA UN PLANO

- DIBUJA EL PLANO DE TU HABITACIÓN O DE UNA HABITACIÓN DE TU CASA EN LA QUE PUEDAS ESTAR JUGANDO.
- CREA TU PROPIA LEYENDA, CON LA QUE DESCRIBAS AL DETALLE EL TERRENO.



JUEGO 2: INDICA EN EL PLANO DÓNDE ESTÁ

- 1º: COLOCA EN EL ESPACIO 3 OBJETOS.
- 2º: PDE A TU COMPAÑERO DE JUEGO QUE LOS SITUE EN EL PLANO CON LOS PAPELITOS DE COLORES.
- 3º: INTERCAMBIAR LOS PAPELES DE JUEGO



LA BICI ESTÁ AL LADO DEL ARMARIO

EL COCHE ESTÁ ENCIMA DEL RADIADOR

Orientación en casa

CEIP PÍO XII EDUCACIÓN FÍSICA

RETO 52: RALLY FOTOGRÁFICO

¿OS APETECE UNA VUELTA POR EL BARRIO DIFERENTE?
SIGUE EL RECORRIDO ADAPTADO A TU NIVEL
O ATRÉVETE CON TODOS ELLOS.

RECORRIDO 1

BUSCA LOS LUGARES EN LOS QUE SE HA TOMADO LA FOTOGRAFÍA Y HAZTE TÚ UNA EN EL MISMO LUGAR.



Rally fotográfico



Recorridos de BTT o senderismo

Detalles de las infografías utilizadas para el desarrollo del bloque 4

Bloque 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas



PÍO SE EXPRESA

Dentro de este bloque hemos podido ofrecer una amplia variedad de propuestas a través de las siguientes actividades:

- Prácticas teatrales a través del juego dramático o el teatro de sombras.
- Prácticas danzadas con danzas colectivas del mundo.
- Prácticas danzadas como la danza contemporánea.
- Composiciones estéticas a través del acrosport o malabares.
- Danzas y bailes tradicionales y modernos.
- Juegos rítmicos.

MONTAMOS EL ESCENARIO

- SI USAMOS UNA CAJA, PEGARÍAMOS EL PAPEL VEGETAL EN EL AGUJERO QUE SE HACE EN LA TAPA DE LA CAJA
- EN ESTE CASO, HEMOS PUESTO DOS CUERDECITAS A LAS QUE COLGAMOS CON PINZAS UN FOLIO, EL PAPEL VEGETAL O LA TELA BLANCA Y FINA QUE TENGAMOS.
- DETRÁS DEBE QUEDAR EL FOCO DE LUZ
- DEBE ESTAR A UNA ALTURA ADECUADA PARA LOS NIÑOS

DISEÑAMOS Y ACTUAMOS

- PRACTICA LOS EFECTOS DE ALEJARTE Y ACERCARTE AL FOCO DE LUZ.
- PODEMOS DISEÑAR UNA HISTORIA EN LA QUE APAREZCAN LAS SILUETAS QUE HEMOS HECHO Y/O NUESTRAS PROPIAS MANOS.
- SI TE ANIMAS, PUEDES REPRESENTAR TU OBRA DE TEATRO CON UN PÚBLICO DE LUJO, TU FAMILIA

Teatro de sombras

¿QUÉ TRUCOS PODEMOS PRACTICAR?

Y PARA QUE OS SALGA LO SIGUIENTE...:PRÁCTICA!

<http://www.ensaimadamalabar.com/trucos.htm>

Trucos malabares

#ElPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO

DANZA CHUAN CHIQUET

- EN EDUCACIÓN INFANTIL ESTOS DÍAS ESTARÍAMOS PREPARANDO ESTA DANZA PARA LA SEMANA CULTURAL
- EN YOUTUBE PODÉIS ENCONTRAR EL AUDIO DE LOS TITRITEROS DE BINÉFAR Y ALGÚN VIDEO DEL POSIBLE BAILE
- "Chuan Chiquet que danza, cuán plena la pancha, con o piet, piet, con o chenullo, chenullo, chenullo..."

JUST DANCE

- VÍDEOS PARA BAILAR SOLO O EN FAMILIA. HAY QUE SEGUIR LOS PASOS PROPUESTOS.
- DANCE CENTRAL SERÍA UNA ALTERNATIVA SIMILAR AL JUST DANCE.

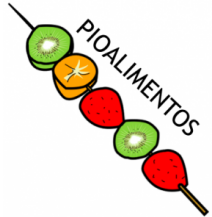
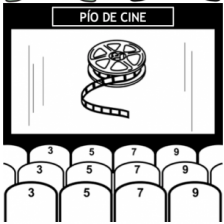
La infografía muestra imágenes de los títulos de YouTube mencionados: 'Los Titrteros de Binéfar' y 'Just Dance'.

Danzas tradicionales y modernas

Detalles de las infografías utilizadas para el desarrollo del bloque 5

Bloque 6: Gestión de la vida activa y valores

#EIPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO



PÍO CONSEJO



PÍO SE DIVIERTE



PÍO SE EXPRESA
PÍO JUEGA



En cuanto a este bloque, consideramos que se ha trabajado de manera transversal a lo largo de la mayor parte de los retos con la propuesta de prácticas activas para la época de confinamiento y, de manera puntual, con propuestas más específicas que abordaban cuestiones de salud y bienestar.

- Hábitos de alimentación: Almuerzos *diversanos*.
- Adquisición y adopción de hábitos posturales correctos a través del yoga.
- Adquisición de medidas de seguridad como el calentamiento, la preparación de una salida o paseo, la protección solar, la correcta hidratación y actuaciones de primeros auxilios (112).
- Los juegos tradicionales aragoneses y los juegos populares como opciones de ocio y diversión.
- Medidas de seguridad adaptadas a las diferentes fases de desescalada durante la situación de alarma sanitaria, a través de lo que hemos denominado *Pío Consejos*.
- Propuestas de ocio con retos entretenidos y divertidos con los que pasar un buen rato como trucos de magia, juegos con cartas, juegos con agua, películas relacionadas con el área o retos del *tik-tok*.

ALMUERZO DIVERSANO
PARA ESTOS DÍAS FESTIVOS VAMOS A INTENTAR CREAR UN PLATO SANO Y DIVERTIDO A LA VEZ. OS ANIMAMOS A PARTICIPAR EN LAS TAREAS DE LA COCINA.

MATERIALES NECESARIOS
PARA HACER NUESTRAS ELABORACIONES PODEMOS USAR CUALQUIER MATERIA PRIMA, FUNDAMENTALMENTE:

- FRUTAS
- VERDURAS
- HORTALIZAS
- FRUTOS SECOS (NO FRITOS NI SALADOS)
- CEREALES (SIN AZÚCARES AÑADIDOS)

LA LECIUGA ES SALUDABLE

MERIENDAS SALUDABLES Y DIVERTIDAS
• PODEMOS COMBINAR DIFERENTES ALIMENTOS PARA HACER COMPOSICIONES MUY DIVERTIDAS Y ATRACTIVAS. PODÉIS PINCHAR EN LA IMAGEN PARA ACCEDER.

La infografía muestra tres ejemplos de platos creativos: uno con hongos de colores, otro con frutas y verduras, y otro con un dinosaurio hecho de alimentos.

Almuerzos *diversanos*

#EIPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO

EN ESTOS ENLACES ENCONTRARÉIS RECURSOS INTERESANTES.

YOGA CON ANIMALES



YOGA PARA TODOS

NO QUEREMOS PERDER LA OPORTUNIDAD DE RECOMENDAR ESTA ACTIVIDAD PARA TODA LA FAMILIA. DESCALZAOS, PONEOS ROPA CÓMODA, LUZ TENUE... Y A DISFRUTAR.

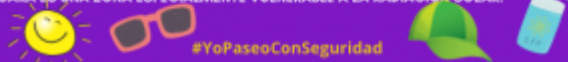


¡A PASAR UN BUEN RATO, YOGUIS!

Hábitos posturales a través del yoga


RECOMENDACIÓN DE HOY: PROTECCION SOLAR

EL SOL NOS APORTA VITAMINA D, MUY NECESARIA ESTOS DÍAS QUE SOLO PODÉIS SALIR UNA HORA DE CASA. EN VUESTROS PASEOS, BUSCAD ESPACIOS ABIERTOS Y SOLEADOS. NO OLVIDÉIS PONEOS CREMA DE PROTECCIÓN SOLAR ANTES DE SALIR. TAMBIÉN ES ACONSEJABLE LLEVAR UNA GORRA Y GAFAS DE SOL PUESTO QUE LA CARA ES UNA ZONA ESPECIALMENTE VULNERABLE A LA RADIACIÓN SOLAR.




#YoPaseoConSeguridad

PÍO CONSEJO



SIQUIENDO CON EL CONSEJO DE MIRAR A LO LEJOS... ¿POR QUÉ NO JUGAMOS A BUSCAR FORMAS EN LAS NUBES?




¡DISFRUTA DEL JUEGO CON SEGURIDAD!

PASEOS EN LA FASE 2

- AHORA YA PUEDES SALIR A PASEAR O IR EN BICI JUNTO A TU FAMILIA CUANDO QUIERAS Y POR TODA LA PROVINCIA.

- TAMBIÉN PUEDES PASEAR CON PERSONAS CON LAS QUE NO CONVIVAS (MÁXIMO 15) CON LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD NECESARIAS.



MÁXIMO 15

2 metros

Pío Consejos en la desescalada

Detalles de las infografías utilizadas para el desarrollo del bloque 6

Recursos y herramientas utilizados

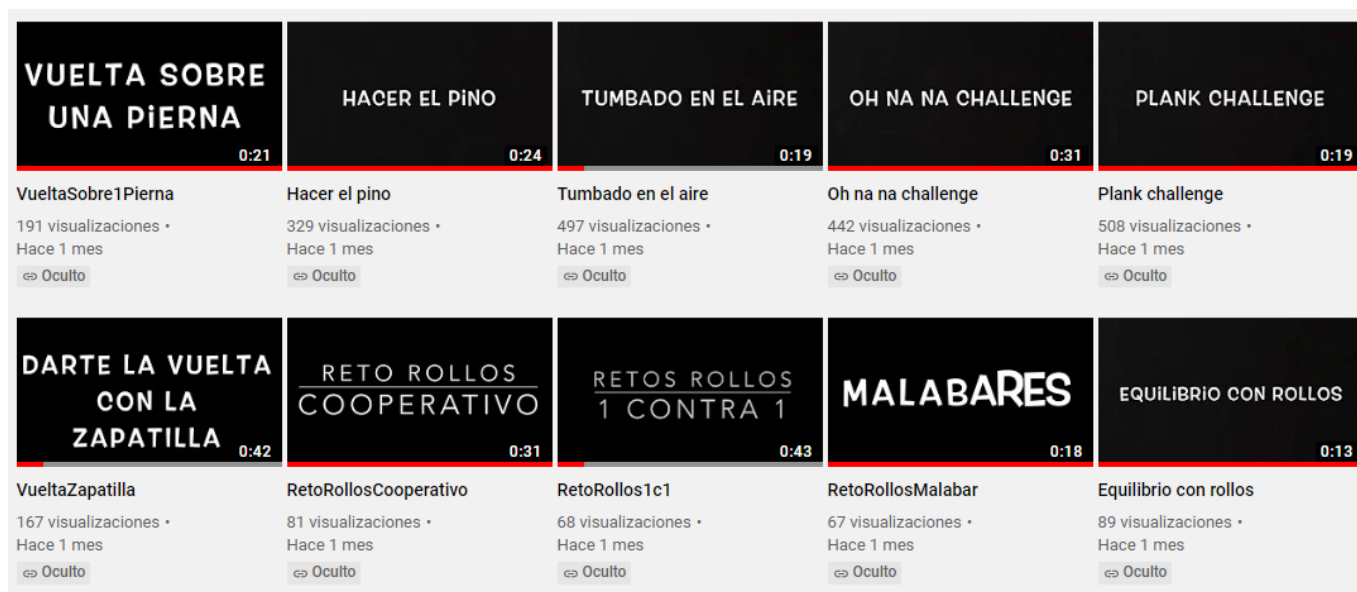
Para la creación de las infografías hemos utilizado la versión gratuita de Canva. La mayoría de las imágenes utilizadas en los retos son de elaboración propia, algunas están vinculadas a su fuente web de origen, otras pertenecen a la galería gratuita de Canva, algunas están descargadas de Pixabay, página web con fotografías de uso gratuito y otras las hemos descargado de la página de ARASAAC.

Algunas imágenes requerían eliminar el fondo para que se vieran mejor en la infografía, para ello hemos utilizado Removebg.

Todas las infografías del proyecto se encuentran en una presentación de Genial.ly. Con esta herramienta podemos acceder a cada semana de trabajo y, dentro de la semana, podemos ver todos los retos planteados y los vídeos que se han elaborado. Algunos de los archivos a los que dirige esta presentación están alojados en Google Drive.

Para elaborar los vídeos de algunos retos y los montajes del alumnado y profesorado hemos utilizado iMovie. Para crear las cabeceras de los vídeos hemos usado el programa Clips. Posteriormente, hemos subido todos los vídeos a nuestra cuenta de YouTube y desde ahí los podíamos integrar con facilidad en el blog del colegio. Todos los vídeos se encuentran ocultos, es decir, solo se puede acceder mediante enlace.

#ElPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO



Captura de algunos vídeos de nuestro canal de Youtube

Todos los retos y los vídeos los hemos subido diariamente antes de las nueve de la mañana al blog del colegio, concretamente en la pestaña de Educación Física. Es un blog creado con Blogger. Cuando la entrada contenía un archivo en formato pdf, debíamos alojar primero nuestro archivo en nuestra cuenta de Google Drive.



Presentación del blog del colegio y localización pestaña de Educación Física

El alumnado del tercer ciclo recibe tarea escolar a través de la plataforma Liveworksheets. Desde nuestra área, preparábamos una ficha semanal o quincenalmente con algunos de los retos y un par de casillas para rellenar: ¿has jugado a algún reto en tu casa? y ¿has enviado el reto a tus profesores? Os dejamos el enlace con un ejemplo de este tipo de fichas y os mostramos un par de imágenes para ver el encabezado y la parte final con las preguntas.

#EIPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO



¿QUÉ TAL ESTÁS? ANÍMATE A HACER ALGUNO DE ESTOS RETOS. ENVÍANOS TU VÍDEO O FOTO A LA SIGUIENTE DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO: recreoscoopio@gmail.com **SI NO QUIERES SALIR EN EL MONTAJE, AVISANOS**



Cabecera y final de las fichas en la plataforma Liveworksheets

Parte del alumnado del centro no dispone de los medios informáticos ni de conectividad adecuados. Para solventarlo se han hecho algunos envíos por correo postal con los retos impresos en papel.

El alumnado nos hacía llegar sus imágenes de los retos a nuestro correo electrónico. Sin embargo, otros preferían enviar los archivos al teléfono personal de sus tutoras y éstas nos los hacían llegar a nosotros. Desde estas líneas queremos agradecer la colaboración e implicación de todo el profesorado del centro.

Además de compartir nuestros retos diariamente mediante el blog oficial del colegio, el noticiero de Pío XII, también compartimos el enlace al blog en las redes sociales, concretamente en Facebook y en Twitter [@CEIP_PioXII](https://twitter.com/CEIP_PioXII). En ambos casos etiquetamos en la entrada diaria a las cuentas oficiales del colegio y de la AMYPA para poder llegar al mayor número de familias posibles.

El personal docente de Educación Física tiende a compartir sus recursos en diferentes medios

para que otras personas lo puedan aprovechar. Por lo tanto, al compartir nuestros retos en redes sociales estamos consiguiendo un doble objetivo: llegar a las familias y a otros compañeros de nuestra especialidad.

Asimismo, también enviamos nuestros retos al grupo de Whatsapp del Seminario de Educación Física de Huesca del Centro de Profesorado Ana Abarca de Bolea.

Tenemos constancia de que algunos centros escolares han podido utilizar algunos de nuestros retos por lo que nos mostramos muy satisfechos.

Desarrollo de la actividad

Desde el comienzo del confinamiento apostamos por publicar diariamente retos desde el área de Educación Física, que fueran accesibles, realizables en cualquier hogar y que significaran una alternativa divertida y activa frente a otras más sedentarias. Además, pretendíamos ofrecer propuestas contrastadas y llevadas a cabo en nuestros propios hogares, antes de que las familias tuvieran que adentrarse en el amplio mundo de Internet.

Semanalmente los retos estaban asociados a un mismo contenido o PÍO ICONO, con propuestas variadas, graduadas en dificultad y adaptadas al momento del confinamiento. En cuanto pudimos, integramos actividades para realizar al aire libre y, progresivamente, con un grado de acción cada vez más amplio. Aunque en un primer momento todos los retos estaban dirigidos a todos los niveles educativos del centro, más adelante optamos por etiquetar en el blog a aquellos cursos para los que la propuesta fuese más idónea. La agrupación solía ser la siguiente: 5º y 6º por un lado, 3º y 4º para otros, y 1º, 2º, Infantil y Educación Especial para otros. No obstante, en algunos casos, también nos decantamos por etiquetar a todo el alumnado.

En cuanto a nuestro trabajo, este ha estado coordinado desde el principio con un reparto alternativo de los retos o realizándose conjuntamente cuando la temática lo requería. Canva te permite realizar el trabajo en línea, de forma que cualquiera de los dos podíamos acceder a las infografías y hacer aportaciones o modificaciones.

El formato de la infografía ha sido siempre el mismo, variando tan solo los colores. El tipo de archivo que generábamos ha dependido de lo que incluía cada una. Optamos por imágenes PNG para los archivos que solo incluían texto y fotografías, mientras que nos decantamos por el archivo PDF para las que incluían vídeos explicativos o enlaces web. A estos vídeos, subidos al YouTube de nuestra cuenta, se podía acceder pinchando sobre las imágenes señaladas.

A continuación se muestran dos infografías tipo, en las que se puede observar la estructura similar que seguíamos en todas ellas.

Iconos para cada uno de los contenidos trabajados semanalmente

Numeración y nombre del reto

Imágenes de materiales propios

Juegos sencillos graduados en dificultad

Materiales de fácil disposición en los hogares

Explicaciones detalladas con apoyo gráfico de cómo deberían realizarse

Apoyo con videos explicativos para facilitar la comprensión de las tareas

CEIP Pío XII Huesca

PIO SE ORIENTA

TODO SALDRÁ BIEN
#YOMEQUEDOENCASA
CEIP PÍO XII
EDUCACIÓN FÍSICA
RETO 19: JUEGOS DE ORIENTACIÓN I
VOLVEMOS CON UNA PROPUESTA DE ORIENTACIÓN
JUEGOS SENCILLOS QUE PODRÁS HACER TÚ Y TU FAMILIA
EN TU CASA, QUE YA EMPIEZAS A CONOCER DEMASIADO
BIEN... ¡ÁNIMO, BUSCADORES DE TESOROS!

MATERIALES NECESARIOS

- LÁPIZ Y PAPEL (MEJOR SI ES CUADRICULADO).
- ROTULADORES O LÁPICES DE COLORES.
- PAPELES O FICHAS DE COLORES.
- OBJETOS PEQUEÑOS QUE PUEDAS ENCONTRAR. TAMBIÉN PUEDES USAR PINTURAS DE COLORES.

JUEGO 1: DIBUJA UN PLANO

- DIBUJA EL PLANO DE TU HABITACIÓN O DE UNA HABITACIÓN DE TU CASA EN LA QUE PUEBAS ESTAR JUGANDO.
- CREA TU PROPIA LETRERA, CON LA QUE DESCRIBAS AL DETALLE EL TERRENO.

JUEGO 2: INDICA EN EL PLANO DÓNDE ESTÁN

- 1º COLOCA EN EL ESPACIO 3 OBJETOS. PIDE A TU COMPAÑERO DE JUEGO QUE LOS SITUÉ EN EL PLANO CON LOS PAPELITOS DE COLORES.
- 2º INTERCAMBIAR LOS PAPELES DE JUEGO.

LA BICI ESTÁ AL LADO DEL ARMARIO
EL COCHE ESTÁ ENCIMA DEL RADIADOR

JUEGO 3: HOJA DE CONTROL

ESTE JUEGO ES ALGO MÁS COMPLEJO. ES PARA JUGAR TAMBIÉN CON OTRA PERSONA. NECESITARÁS UNA HOJA DE SOLUCIONES Y UNA HOJA DE CONTROL. PARA SER CREADORES DE RECORRIDOS O BUSCADORES DE TESOROS. LUEGO PODRÉIS INTERCAMBIAR LOS PAPELES. PINCHA EN EL ICONO PARA VER LA EXPLICACIÓN DE LA ACTIVIDAD.

¡A LA CAZA DEL TESORO! ¡PASAD UN BUEN RATO!
#YOMEQUEDOENCASA

Explicación de la organización de una infografía tipo (1)

CEIP Pío XII Huesca

EL PÍO SIENTE

TODO SALDRÁ BIEN
#YoPaseoConSeguridad
#YoMeQuedoEnCasa

CEIP PÍO XII
EDUCACIÓN FÍSICA

RETO 31: CIRCUITO SENSORIAL
HOY OS PROPONEMOS VARIAS ACTIVIDADES PARA VUESTRO TIEMPO DE PASEO. ESPERAMOS QUE PODÁIS DISFRUTAR DE TODO LO QUE NOS OFRECE LA NATURALEZA

PASEO NATURAL
VAMOS A INTENTAR ALEJARNOS DE LAS CALLES, LOS EDIFICIOS Y LOS COCHES DE LA CIUDAD. BUSCAREMOS UN PASEO LO MÁS NATURAL POSIBLE, CON CAMINOS DE TIERRA Y ZONAS VERDES LLENAS DE PLANTAS Y FLORES. ESTAMOS EN PRIMAVERA Y TODAS LAS ZONAS NATURALES DE HUESCA ESTÁN PRECIOSAS. RECORDAD QUE NO PODEMOS ALEJARNOS MÁS DE 1 KM DE CASA.

SENTIR LA FLORA
EN PRIMAVERA, LOS ÁRBOLES Y PLANTAS FLORECEN. PODEMOS ACERCARNOS PARA OLER. ALGUNAS, COMO LA LAVANDA, EL ROMERO O LAS ROSAS, TIENEN OLORES MUY CARACTERÍSTICOS. TAMBIÉN PODEMOS TOCARLAS. ¿HABÉIS PROBADO A ABRIR UN CAPULLO DE AMAPOLAS?

CERRAD LOS OJOS
ES NECESARIO TENER UN MOMENTO DE RELAJACIÓN EN NUESTRO PASEO NATURAL. PARA ELLO, PODEMOS CERRAR LOS OJOS Y ESCUCHAR TODOS LOS SONIDOS DE LA NATURALEZA: PÁJAROS, RAMAS Y HOJAS DE LOS ÁRBOLES MOVIDOS POR EL AIRE... TAMBIÉN PODEMOS SIMPLEMENTE PENSAR EN QUÉ SITIO NOS GUSTARÍA ESTAR EN ESE MOMENTO Y TRATAR DE IMAGINARLO EN NUESTRA MENTE.

ABRID BIEN LOS OJOS
YA SABÉIS QUE ES IMPORTANTE MIRAR COSAS QUE ESTÁN LEJOS, PODEMOS OBSERVAR MONTAÑAS O SIMPLEMENTE CONTAR LOS ÁRBOLES QUE VIAMOS, LOS BARCOS O LA GENTE QUE NOS CRUCEAMOS. TAMBIÉN PODEMOS PRESTAR ATENCIÓN A LOS PEQUEÑOS DETALLES. SI OS FIJÁIS BIEN, SEGURO QUE ENCONTRARÉIS CARACOLES, MARGOLITAS Y A LAS HORMIGAS TRABAJANDO EN SUS HORMIGUEROS.

RECOMENDACIÓN DE HOY: PROTECCIÓN SOLAR
EL SOL NOS APORTA VITAMINA D, MUY NECESARIA ESTOS DÍAS QUE SOLO PODEMOS ESTAR UNA HORA DE CASA. EN NUESTROS PASEOS, BUSCAD ESPACIOS ABBETOS Y SOMBREADOS. NO OLVIDÉIS PONEROS CREMA DE PROTECCIÓN SOLAR ANTES DE SALIR. TAMBIÉN ES ACONSEJABLE LLEVAR UNA GORRA Y GAFAS DE SOL, PUESTO QUE LA CARA ES UNA ZONA ESPECIALMENTE VULNERABLE A LA RADIACIÓN SOLAR.

#YoPaseoConSeguridad

Retos adaptados a cada situación del Estado de Alarma

Propuestas diversas atendiendo a una amplia variedad de intereses

Accesibles para todo el alumnado

Destinadas al bienestar de todos los miembros de la familia

Incluyendo recomendaciones contrastadas para la población infantil

Explicación de la organización de una infografía tipo (II)

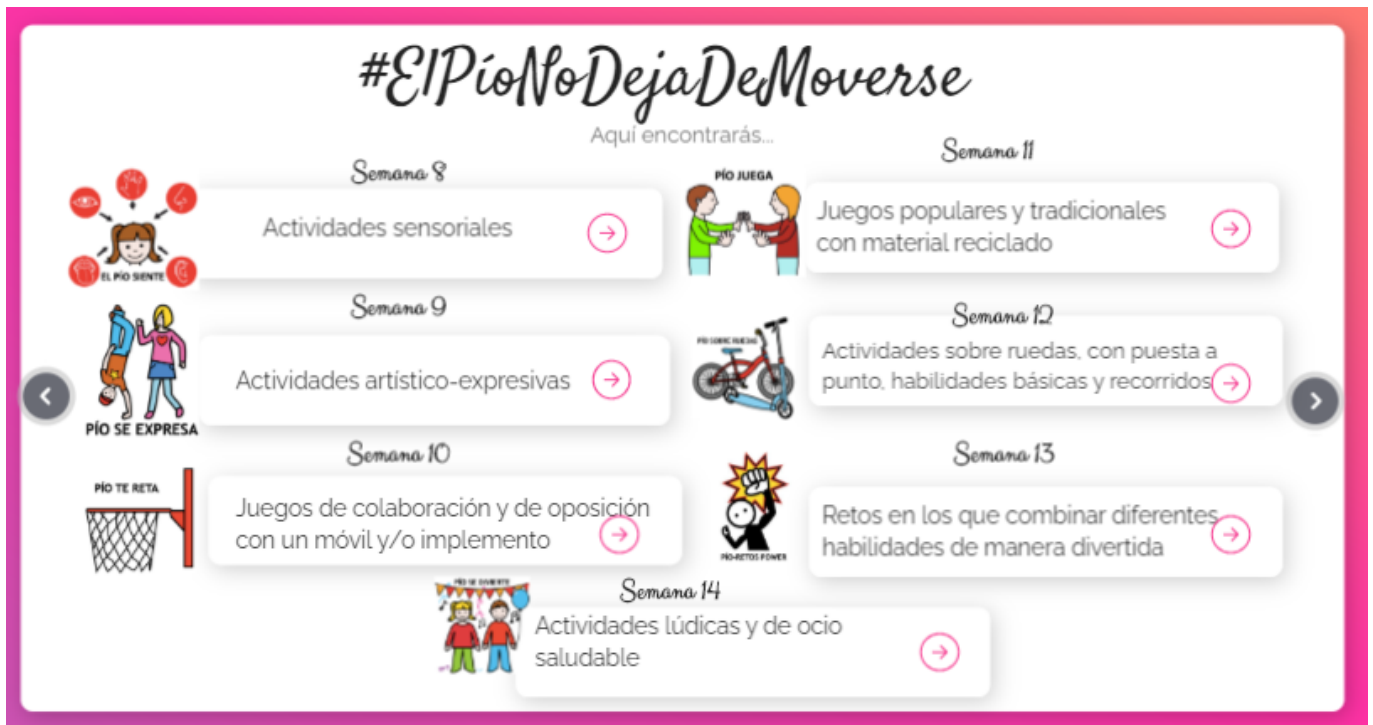
El por qué tipo de contenidos comenzar surgió un poco en base a la programación de Educación Física del centro. Recién culminada la unidad de atletismo con las *Píolimpidas*, el siguiente contenido que debíamos abordar era el de los juegos y danzas tradicionales, motivo por el cual las dos primeras semanas están dedicadas a ellos. A partir de ahí fuimos

#ElPíoNoDejaDeMoverse: EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE CONFINAMIENTO

valorando tanto la viabilidad de las propuestas como la variedad, tratando de abordar contenidos que se adaptaran a los diferentes intereses de nuestro alumnado. En las siguientes imágenes, extraídas del Genially, queremos mostrar todos los retos trabajados a lo largo de estas 14 semanas.



Captura del Genially con acceso a los retos de las 7 primeras semanas



Captura del Genially con acceso a los retos de las semana 8 a la 14.

Dentro de este índice, pinchando en cada Pío icono o en su flecha correspondiente, se puede acceder a cada semana de trabajo. Mostramos el ejemplo de la tercera semana que contenía cinco actividades y un vídeo en el que les animamos a hacer los retos. También aparece el Pío icono que se trabaja durante esa semana, en esta ocasión, Pío te reta.



Captura de Genially con la tercera semana de actividades

A partir de la sexta semana ,los retos eran también diarios, si bien el viernes ha estado más enfocado a motivar al alumnado hacia la práctica de los retos y el envío de evidencias. Lo hemos llevado a cabo de tres formas diferentes: a través de vídeos nuestros haciéndoles una llamada a la participación, a través de un montaje con todo el profesorado del centro practicando los retos de Educación Física, o a partir de montajes de vídeos empleando las imágenes y vídeos que habíamos ido recibiendo a lo largo de las semanas por parte del alumnado. Tras llevar a cabo estas tres acciones podemos afirmar que la participación aumentó en todos los cursos. Finalmente, hemos podido realizar 8 montajes con imágenes y vídeos recibidos por parte del alumnado, lo que para nosotros es todo un éxito.

Vídeos de motivación por parte del profesorado de EF

Vídeo de motivación por parte del profesorado del centro y con documentos gráficos del alumnado

Sobre la evaluación de los retos, se han seguido la ORDEN ECD/357/2020, de 29 de abril, por la que se establecen las directrices de actuación para el desarrollo del tercer trimestre del curso escolar 2019/2020 y la flexibilización de los procesos de evaluación en los diferentes niveles y regímenes de enseñanzas. En este sentido, quisimos abordar los estándares imprescindibles que se hubiesen quedado sin trabajar a lo largo del curso. No obstante, teníamos claro que por el hecho de enviar unos retos asociados a esos aprendizajes no podíamos considerar que se hubiesen trabajado, aun habiendo recibido fotos o vídeos por parte del alumnado, por lo que se han contemplado en las programaciones didácticas de cada curso como aprendizajes imprescindibles no trabajados en el presente curso.

En cuanto a la valoración de nuestra propuesta de trabajo durante el confinamiento, podemos afirmar que estamos muy satisfechos con el resultado obtenido, así como con el enriquecimiento profesional que nos hemos llevado durante el camino.

La principal dificultad que hemos encontrado en esta propuesta ha sido la carencia de medios tecnológicos adecuados de una parte de nuestro alumnado. De alguna manera, se ha intentado suplir gracias al importante esfuerzo de las tutoras, tutores, Equipo Directivo y resto de profesorado del centro.

Como puntos positivos destacaríamos (1) los diversos comentarios recibidos por parte de las familias; (2) la respuesta ofrecida por el alumnado en forma de vídeos y fotos realizando los retos y (3) la oportunidad de difundir este trabajo con diferentes compañeros con el ánimo de compartir y enriquecer las propuestas del área entre todos.

El Pío no deja de moverse (versión en PDF)

CEIP PÍO XII (Huesca)

Inés Agualeles Abós

Luis Angulo Bestué