

El CPI San Jorge es un colegio de nueva creación en el barrio zaragozano de Valdespartera y este curso se compone de 21 grupos de Primaria.

La organización especial del último trimestre del curso 2019-2020 en cuanto al funcionamiento del área se ha basado en la creación de un equipo de EF Online, que se ha encargado de elaborar e implementar una serie de propuestas estructuradas a todo el alumnado de Primaria del centro durante el confinamiento. Este equipo ha estado dinamizado por tres docentes del área: Neli Serrano, Laura Val y Ángel Antorán.



Objetivos de la actividad.

Desde un principio, la propuesta partía de las siguientes premisas básicas:

- Garantizar desde el área de Educación Física una oferta variada de actividades enmarcada en el ámbito de la salud, esta oferta será equilibrada, estructurada y motivante a lo largo del confinamiento.
- Reforzar y potenciar la conexión del alumnado con el centro y mantener el contacto e interrelación entre los miembros de nuestra comunidad educativa, siendo pegamento de la identidad de centro durante el alejamiento preventivo de las aulas.
- Facilitar el acceso a las propuestas por parte de las familias buscando la sencillez en cuanto a materiales o herramientas digitales a usar.
- Priorizar la personalización en los formatos de las propuestas con textos, dibujos, imágenes, audios y vídeos manteniendo la presencia afectiva de los docentes del área en el conjunto de actividades.
- Divulgar en todo momento las indicaciones preventivas de Salud ajustadas a la situación de confinamiento.

Contenidos trabajados.

Los contenidos trabajados con Súpersanota saludable, provienen de los seis bloques del área y para vincularlos con el proyecto educativo de centro y el de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud, los agrupamos en grupos temáticos a partir de la Educación para la salud (nutrición, descanso, cuidado, prevención y actividad física saludable) y el cuidado del medio ambiente.



Recursos y Herramientas utilizados.

El centro comenzó antes de este trimestre el proceso para incluir GSuite como plataforma de gestión. Esta situación ha sido aprovechada en gran parte por los grupos del centro, que adoptaron mayoritariamente la app Google Classroom para el intercambio de información con las familias. En otros grupos, el correo electrónico y el intercambio de pdfs interactivos

se establecían como modo de comunicación.

Desde el equipo de EOnline se ha conseguido asegurar que todos los modos de comunicación atendieran al objetivo de transmitir correctamente en tiempo y modo las propuestas y proponer medios para recibir las producciones planteadas, que podían variar según la tarea: audios, vídeos, imágenes o valoraciones escritas. Para ello han sido indispensables, el Drive de la GSuite del centro, canal de YouTube del área, blog de centro y Padlet del área.

- Google slides ha sido clave para mostrar a las familias diferentes propuestas, con links a información complementaria.
- Genialy también ha sido usado en ocasiones con el mismo fin.
- La app BookCreator para la elaboración de libros en los que añadimos vídeos, propuestas.
- PDFs con links que han permitido simplificar la comunicación de propuestas o la motivación de actividades.
- Meet y zoom para las sesiones de EOnline.
- IMovie App de edición de video para devolución de las muestras de los alumnos, para la elaboración de varios teaser para motivar actividades, para la explicación de propuestas planteadas, para talleres de diferente tipos.
- Pixelmator y Procreate para diseño gráfico y manejo o edición de imagen, en los PDFs interactivos, confección de tareas, vídeos promocionales o de difusión...
- Padlet para colgar el material aportado por las familias en formato audiovisual.
- QRMaker para la elaboración de QRs en el recorrido saludable.
- Formularios de Google: para la elaboración del recorrido saludable y ciertas encuestas para recibir información necesaria de las familias.

Desarrollo de la actividad.

El proceso que hemos seguido ha sido bastante estable y estructurado. Eso ha permitido a

las familias organizarse en la semana para realizar las actividades sin ninguna presión. A principio de semana se proponían las tareas y el día de sesión de EOnline o la actividad puntual determinada. La entrega de tareas y las interacciones eran atendidas en el tiempo más breve posible y se devolvían comentarios escritos, calificación en el caso de classroom y periódicamente vídeo de la Educación Física en casa de todo el centro, hasta que la cantidad de material recogido ya era inabarcable.

### Temporalización

La propuesta se ha estructurado del siguiente modo:

El marco físico base del conjunto de propuestas es el planning de tareas semanales: es un cuadrante semanal con propuestas diarias de Educación Física. Ejemplo planning semanal.

Estas propuestas son variadas para cada día de la semana, en ocasiones con actividad de mañana y tarde. Este planning se entregaba a las familias en formato pdf la semana de antes o el lunes a las 9:00 AM para que las familias pudieran planificarse con tiempo. Dentro de ese planning aparecen tanto las propuestas diarias como las extraordinarias, que podían ser:

Actividades puntuales de centro y área	Celebración del Día de Irlanda, Día de la Educación Física en casa, Día mundial del reciclaje
Actividades de larga duración	Mes de la Salud: en el que las actividades propuestas se enmarcaban dentro de las dimensiones de la educación para la salud.
Actividades de larga duración	Actividades de recorridos por el entorno para realizarlos en familia adaptadas a las recomendaciones de las fases de desescalada con pruebas vinculadas a la Educación para la Salud (Recorrido saludable, Paseo contemplativo) o actividades en el medio natural (Recorrido de Súpersanota)
Sesiones de EOnline	De periodicidad semanal, carácter masivo, en la que se realizan actividades dirigidas con rutinas de calentamiento, desarrollo y vuelta a la calma.

## Propuestas integradas en Supersanota Saludable

### Dias especiales:

- Celebración del Día de Irlanda, desde el área de Educación Física llevábamos preparado un baile popular, pero al estar confinados, decidimos llevarlo a cabo en la terrazas tan características de nuestro barrio el mismo día de marzo a las 12:00 de la mañana. Fue motivado previamente con un taller para adaptar la coreografía al nuevo espacio y ensayado la semana anterior. El baile y la convocatoria fue un éxito elaborándose un vídeo conjunto que hace un vuelo de pájaro por los hogares de cientos de alumnos.

### VÍDEO DÍA DE IRLANDA

- Día de la Educación Física en casa: partiendo de la propuesta ya habitual del día de Educación Física en la calle, este año lo reconvertimos en el día de la Educación Física en casa con una propuesta de coreografía compleja, dado el buen resultado del día de Irlanda. La respuesta vuelve a ser enorme y el resultado otro vídeo conjunto de alto contenido emotivo y muestra de una motivación masiva por las actividades propuestas. Slide de propuesta, libro tutorial para maestros.

### VÍDEO DÍA DE LA EF EN CASA

- Día mundial del reciclaje: a raíz de la propuesta de Ecoembes y en sintonía con el objetivo 13 de los objetivos de desarrollo sostenible, desde el área proponemos una cadena de vídeos mostrando una bolsa de basura en la que depositamos plásticos promoviendo el reciclaje. El alumnado cuelga los vídeos en el Padlet del área en la columna que a tal efecto hemos creado y comenzado los docentes.
- Mes de la Salud con Supersanota: en el que las actividades propuestas se enmarcaban dentro de las dimensiones de la educación para la salud: nutrición, descanso, cuidado, prevención y actividad física saludable. Cada día se dedicaba a uno de los apartados. Las

tareas aparecen en los planning semanales de los alumnos que eran comunicados por classroom o correo, e incluían tanto los vínculos a los materiales necesarios para realizar la tarea, como vídeos de motivación o explicación de las mismas. Ejemplo de Slide de propuestas

## ¡CONSIGUE LOS PODERES DE SUPERSANOTA A LO LARGO DE LA SEMANA CON LAS CLASES DE EF!



- Actividades de recorridos por el entorno para realizarlos en familia adaptadas a las recomendaciones de las fases de desescalada y con pruebas vinculadas a la Educación para la Salud:
- Recorrido saludable, alrededor del centro en un radio de un kilómetro 15 balizas en la que el núcleo familiar se encuentra con un código QR vinculado a un formulario google donde viene un consejo de salud y una tarea a realizar relacionada. El participante tiene que subir una foto o vídeo realizando la tarea en ese lugar y de ese modo, obtiene una pista para la siguiente baliza. 150 familias participantes. Cartel, pdf información inicial, vídeo explicatorio, pdf con hipervínculos
- Paseo contemplativo: recorrido propuesto a lo largo de una zona verde del barrio, con indicaciones guiadas para experimentar a través de los sentidos y en actitud de meditación. En una zona determinada dejamos una supersanota con la que tienen que hacerse foto y enviarla por los medios de comunicación propuestos.

VÍDEO MOTIVACIÓN PASEO CONTEMPLATIVO

- Actividades en el medio natural

Recorrido de Supersanota Esteparia: recorrido circular de unos seis kilómetros que parte del centro educativo y se interna en la zona esteparia próxima de gran valor medioambiental, ascendiendo a las ruinas de la ermita de Santa Bárbara. A lo largo del mismo se han colocado Supersanotas (impresas, recortadas y plastificadas, con celo de doble pega) que los participantes deben buscar y encontrar, detalladas en el Slides de información inicial. Entrega de diploma al entregar la tarea completada.





# **SUPERSANOTA RECORRE LA ESTEPA**

**TUS PROFES HAN SEGUIDO  
SUS PISTAS DESDE EL CPI  
SAN JORGE HASTA LA  
ERMITA DE SANTA  
BÁRBARA**

**PREPARA YA TU MOCHILA  
¿LA ENCONTRARÁS?**

- 25 Sesiones EFOonline: De periodicidad semanal, carácter masivo (medias de 100 familias participantes), en la que se realizaron actividades físicas dirigidas con rutinas de calentamiento, desarrollo y vuelta a la calma. Incluso se llegó a realizar un bingo saludable online. Incluyen vídeo de motivación, carteles de recuerdo de hora (imagen) y con la

plataforma MEET, alrededor de una hora de videollamada en la que nos saludamos brevemente al principio, y comienza la sesión dirigida por los maestros.

### Evaluación

Desde el principio y siempre de acuerdo con las indicaciones que desde la administración y el equipo directivo de centro se han ido marcando, hemos dado mucha importancia a la evaluación del alumnado con las siguientes ideas de base:

- La devolución al alumnado debe ser lo más ajustada en tiempo y personalizada posible. Para ello se ha devuelto feedback por la tarea entregada por diferentes vías, classroom, vídeos elaborados con las entregas del alumnado, diplomas de participación...
- El feedback al alumnado ante esta situación adquiere matices nuevos y una importancia clave en la motivación del alumno/a y su sensación de seguridad, aportando estrategias emocionales para adaptarse a la incertidumbre de la situación.
- La calificación y ciertos aspectos cuantitativos pasan a un segundo plano y cobra importancia la evaluación cualitativa con mucha atención al desarrollo del alumnado y el ajuste a las necesidades del mismo.

# Sesión de EF

**online**

**¡ATRÉVETE!**



Con una intervención sorpresa!

**VIERNES**  
**11:30 AM**  
**EN TU CASA**  
**GRATIS**

**TODO EL CENTRO**

Ropa cómoda  
Vamos a entrar en calor  
Esterilla o toalla  
Agua para beber  
Ganas de mover el esqueleto  
Apúntate



Tras la valoración general de la propuesta desde el área de Educación Física del CPI San Jorge entendemos como de gran valor compartir las experiencias llevadas a cabo en el centro por su valoración global positiva y su importante impacto en el alumnado y familias del centro.

Además, la participación en eventos de centro durante el confinamiento ha ayudado a construir la identidad de centro y ha contribuido a la conexión del alumnado y familias, y la de ellos con el centro, algo de lo que nos sentimos orgullosas.

Neli Serrano

Laura Val

Ángel Antorán

CPI San Jorge (Zaragoza)