

LA TEMPORALIDAD

FUNDAMENTOS Y PUESTA EN PRÁCTICA DE LA TEMPORALIDAD COMO
CAPACIDAD PERCEPTIVO-MOTORA Y SU IMPLICACIÓN EN EL CURRÍCULO
DE LA EF



Francisco Ortiz Béjar
Álvaro Moreno Lucena
Cristian Pérez Jiménez
Juan Luis Cárdenas Reyes
Curso: 1ºA Magisterio de Educación Física

ÍNDICE

| | |
|---|-----------|
| 1.-Situación problemática..... | 3 |
| 2.-Nociones preliminares sobre el tiempo..... | 3 |
| 3.-La temporalidad..... | 4 |
| 3.1.-Introducción..... | 4 |
| 3.2.-Marco contextual..... | 4 |
| 3.3.-Aspectos generales..... | 5 |
| 3.4.-Definiciones de la temporalidad..... | 5 |
| 3.5.-Clasificaciones de la temporalidad..... | 6 |
| 3.6.- Canales y componentes de la temporalidad..... | 7 |
| 4.-Relación espacio-tiempo: Apreciación de velocidades..... | 8 |
| 5.-Evolución y fases de la temporalidad..... | 9 |
| 5.1.-Evolución de la temporalidad..... | 9 |
| 5.2.-Fases de la temporalidad..... | 9 |
| 6.-Objetivos de la temporalidad..... | 10 |
| 7.-Metodologías de la temporalidad..... | 10 |
| 8.-Ritmo y motricidad..... | 11 |
| 9.-Ubicación de la percepción temporal en el currículo de primaria.... | 12 |
| 10.- Practica..... | 13 |
| 10.1.-Planilla de sesión..... | 13 |
| 11.-Conclusiones..... | 16 |
| 12.-Bibliografía..... | 17 |

1.-Situación Problemática

En el primer ciclo de Educación Primaria, en la clase de Educación Física contemplamos que los niños y las niñas presentan dificultades para hacer cambios de velocidad y adaptarse a ellos. En el siguiente ciclo, la dificultad se encuentra en las adaptaciones de la velocidad a los objetos y/o compañeros que están también en movimiento. Determinar el contenido o contenidos que deberíamos trabajar en las clases de EF, estableciendo el marco teórico y una práctica.

2.- Nociones preliminares sobre el tiempo

En este punto creemos conveniente explicar el concepto de tiempo y la relación entre tiempo y espacio.

Referido al tiempo, este es el segundo elemento externo a la propia realidad corporal. Está íntimamente ligado al espacio, todos los movimientos del cuerpo se den necesariamente en un tiempo y espacio determinado.

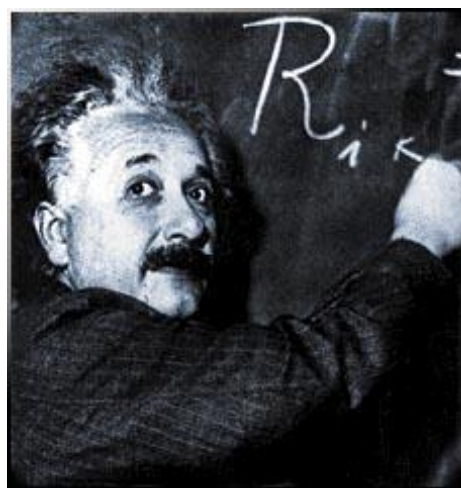
Si nos centramos en la acción motriz, podemos considerarla que está integrada con un “antes”, un “durante” y un “después” que nos permitirá analizar el tiempo de las mencionadas acciones. Estimamos importante el movimiento en la adquisición de la percepción, conocimiento y utilización del tiempo por parte de los escolares; considerando la sucesión, la duración y la velocidad de las acciones motrices.

En el desarrollo de la organización temporal cumple una función primordial en la adquisición de las nociones y en el plano de la ejecución motriz. (Romero Cerezo, C. (2000): Las capacidades perceptivo motoras y su desarrollo. En proyecto Sur de Ediciones, (Ed) *Comunicación y lenguaje corporal*: 117-171

Algunas definiciones de tiempo y otras cuestiones referidas a él:

La teoría de la relatividad:

La teoría especial de la relatividad sostiene que el tiempo no es absoluto (fijo). Según Einstein, el tiempo de un objeto visto por un observador externo pasa más lentamente a medida que aumenta su movimiento lineal, lo que se ha demostrado con relojes atómicos sincronizados: mientras uno permanece en la Tierra, el otro es sometido a un viaje muy rápido (por ejemplo, en un reactor); al compararlos, el estacionario está algo más avanzado que el móvil. Einstein puso de ejemplo la famosa paradoja de los gemelos, en la que se explica que un hombre viaje al espacio casi a la velocidad de la luz dejando en la Tierra a su hermano gemelo. Al volver en la Tierra han pasado 50 años pero el viajero solo



han pasado unos 20.

Doscientos años antes de que Albert Einstein formulara sus teorías sobre la relatividad, el matemático inglés Isaac Newton sugirió que el espacio y el tiempo eran absolutos (fijos) y que el primero estaba totalmente separado del segundo. Según la teoría de la relatividad, sin embargo, el tiempo y las tres dimensiones del espacio (longitud, altura y profundidad) constituyen un marco de cuatro dimensiones que recibe el nombre de continuum espacio-temporal.

“El tiempo es la imagen móvil de la eternidad inmóvil”.
“Cuando miras hacia delante en el tiempo te parece que durará una eternidad, cuando miras hacia atrás te parece que ha pasado como un relámpago” (Scott Shaw)



“El tiempo es equiparable al ser-ahí. El ser-ahí es lo respectivamente mío, que puede presentar la modalidad del respectivo ser futuro en la anticipación del seguro, pero indeterminado haber sido. El ser-ahí siempre se encuentra en un modo de su posible ser temporal. El ser-ahí es el tiempo, el tiempo es temporal. El ser-ahí no es el tiempo, sino la temporalidad”. (Martin Heidegger, 1924)



3.-La temporalidad

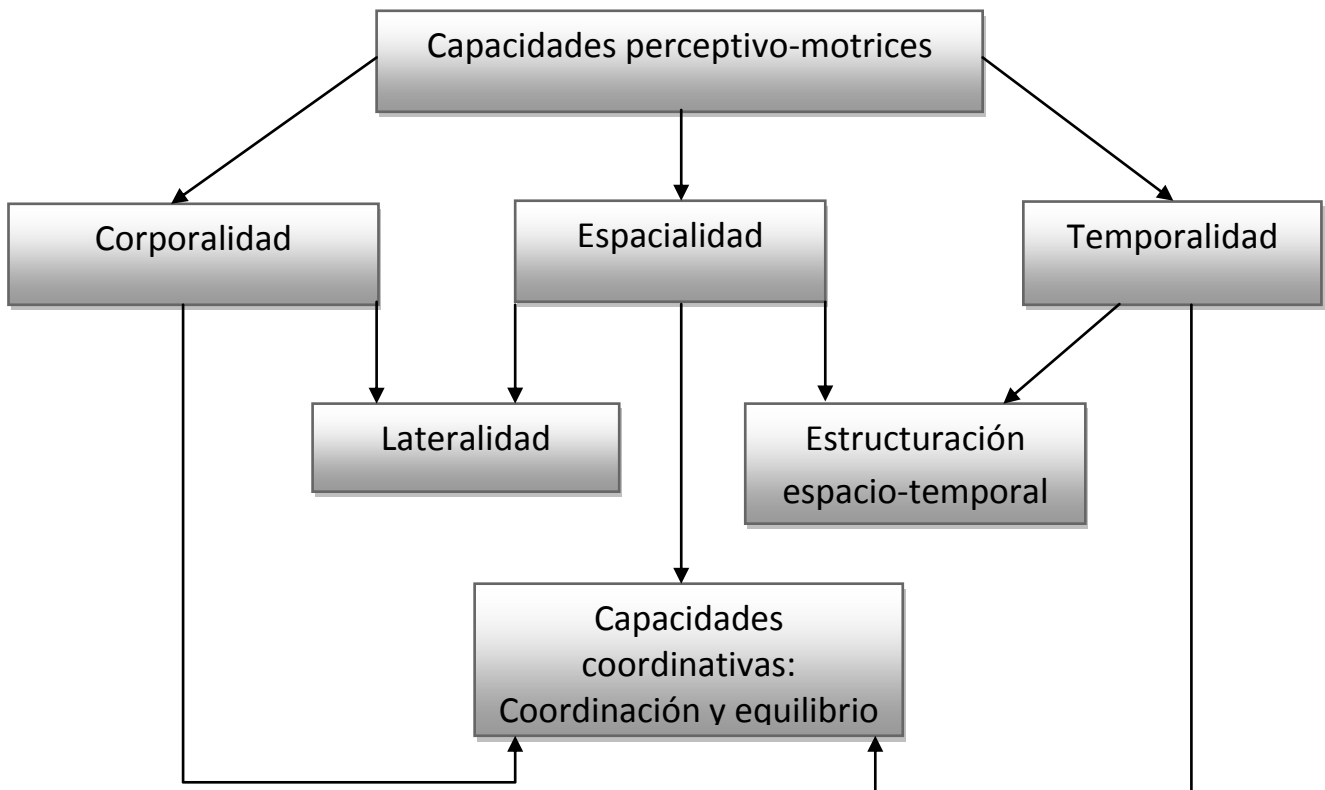
3.1.- Introducción:

Según Trigo, E. (2002), la temporalidad está integrada en la segunda unidad funcional de Luria: unidad de recepción, análisis, almacenamiento y procesamiento de la información; está directamente relacionada con la región temporal izquierda del cerebro. Es por tanto un aspecto más del sistema perceptivo, donde tiene fundamental importancia el oído y el sentido kinestésico; este sentido nos permite apreciar el tiempo, la sucesión, el ritmo y su medida.

Podemos deducir que la temporalidad es imprescindible para la comprensión de todos los procesos de información, ya sea sensorial, simbólica o cognitivamente.

3.2.- Marco contextual

Antes de profundizar en el tema, vamos a tratar su ubicación en relación a otros términos muy cercanos: la “corporalidad” y la espacialidad”. Estos campos se enlazan con la temporalidad dando lugar a otros más específicos: la “lateralidad” y la “estructuración espacio-temporal”. Y desde el conocimiento de la temporalidad, la corporalidad y la espacialidad, se llega a las capacidades coordinativas: la “coordinación” y el “equilibrio”. Todo ello relacionado claramente en el siguiente cuadro:



3.3.- Aspectos generales

El tiempo, entendido en su sentido físico, no coincide con el que podemos entender por tiempo psicológico, según el cual una determinada duración puede variar en su extensión (así, por ejemplo, la fracción arbitraria de una hora puede parecer larguísima o muy breve según el tipo de ocupación personal con que la “llenemos”).

El análisis del factor tiempo requiere una ponderación desde una doble vertiente:

- El aspecto cualitativo: dado por la percepción de una organización y de un orden
- El aspecto cuantitativo: dado por la percepción de los intervalos de duración. Es equiparable a lo que para el tratamiento espacial de la distancia.

Mientras que la organización del espacio implica de modo específico a la modalidad sensorial visual, la organización temporal interesa que en la coordinación de movimientos la sucesión ordinaria del tiempo tiene mucha más importancia que la implicación “puramente” espacial.

3.4.- Definiciones

A continuación mostraremos las definiciones de temporalidad más representativas que hemos encontrado de diversos autores.

“Percibimos el transcurso del tiempo a partir de los cambios que se producen durante un periodo dado y de sucesión, que transforma progresivamente el futuro en presente y después en pasado”.

(Rigal, 1987, citado en Conde y Viciano, 1997,p. 158)

“Coordinación de movimientos, ya sea en el espacio, por desplazamiento físico, ya se dé en el orden interno de la mente que reconstruye o figura acciones sucesivas”

Fraisse, 1976, citado por Romero Cerezo, C. (2000) Las capacidades perceptivo motoras y su desarrollo. En proyecto Sur Ediciones, (Ed). *Comunicación y lenguaje corporal*: 117-171

“La toma de conciencia del tiempo, a partir de los hechos o cambios que se suceden.”

Arráez López, Ortiz y Torres, 1995, cap. 3, p. 60

“Temporalidad: Se define como la toma de conciencia de los cambios que se suceden durante un periodo determinado.”

(Castañer y Camerino (1996))

Tras haber visto las definiciones de diferentes autores nuestro grupo de trabajo hemos elaborado nuestra propia definición:

“Forma en la que percibimos el transcurso del tiempo a partir de cambios o movimientos en el espacio en un periodo determinado.”

3.5.- Clasificación de la temporalidad

Ya que anteriormente hemos definido la temporalidad de varias formas, ahora la clasificamos en tres apartados, según Conde y Viciano (1997)

Orientación temporal:

La orientación temporal (Castañer y Camerino, 1991) “es la forma de plasmar el tiempo”. Ya que no se puede visualizar, debemos recurrir a nociones temporales, es decir al dominio de los conceptos más significativos para orientarnos en el tiempo. Por ejemplo: día – noche, ayer – hoy, primavera – verano –otoño –invierno, días de la semana, horas, años...

Estructuración temporal:

Los componentes más importantes de la organización temporal (Fraisse, citado en Conde y Viciano, 1997) son:

-El orden, se refiere al aspecto cualitativo del tiempo. Se define como la distribución cronológica de los cambios o acontecimientos. Esta noción de orden descansa sobre la clasificación de acontecimientos sucesivos durante un periodo de tiempo dado en que los términos “antes y después” son referencias obligadas. El orden viene impuesto desde el exterior como consecuencia de la sucesión de los hechos acontecidos, van relacionados con los cambios, siendo estos, los puntos de referencia.

-La duración (Rigal, 1987 citado en Conde y Viciano, 1997) es el tiempo físico medido en minutos, segundos, etc., que separa dos puntos de referencia “principio y final”. La duración es el aspecto cuantitativo de la estructuración temporal. La percepción de la duración depende de varios factores que son: la influencia de la edad, características del sujeto y características de la tarea.

La organización temporal se puede presentar en dos niveles distintos (Le Boulch, 1981, citado en Conde y Viciano, 1997): uno es el perceptivo y otro es el representativo. Estando ambos mediatizados por la acción, íntimamente ligada con la experiencia vivida.

Podemos decir que el orden define la sucesión que hay entre dos acontecimientos que se producen, uno a continuación de otro; y la duración es la medida del intervalo temporal que separa dos puntos de referencia, el principio y el final de un acontecimiento.

Organización temporal:

El ritmo (Romero Cerezo, C. (2000): Las capacidades perceptivo motoras y su desarrollo. En proyecto sur Ediciones (Ed). Comunicación y lenguaje corporal: 117-171) es una noción relacionada básicamente con la percepción y estructuración temporal. El ritmo, al ser una dimensión abstracta, debe percibirse de manera progresiva a través del desarrollo de la percepción y del conocimiento del factor temporal que acompaña al movimiento.

La enseñanza del ritmo debe permitir a los alumnos descubrir su propio ritmo y de su adaptación al entorno: mostrar y adaptarse a estímulos rítmicos, comprender y ejecutar las diferentes posibilidades expresivas y rítmicas del cuerpo a través del movimiento.

Es importante, en primer lugar, conocer los ritmos naturales y libres, tomando conciencia de manera progresiva y mejorando la coordinación de los movimientos, ir armonizando las actividades e ir consiguiendo mayor eficacia y disponibilidad corporal en las actividades propuestas.

En el campo de la educación física el ritmo constituye la coordinación motora y la integración funcional de todas las áreas que intervienen en el movimiento. El ritmo mejora la coordinación y el equilibrio dinámico, economiza el esfuerzo y enriquece el movimiento dándole mayor flexibilidad y plasticidad. Ayuda a adquirir una mayor percepción espacial y a mejorar la comunicación con los miembros del grupo, siendo un medio muy importante de comunicación y expresión.

3.6.- Canales y componentes de la temporalidad

En la organización temporal son necesarios los receptores exteroceptivos y los propioceptivos, siendo ambos fundamentales y complementarios. Existe un hecho diferenciador, mientras que en la percepción espacial se apela más al sentido de la vista, en la percepción temporal exige en primer lugar la participación del oído y del sentido cinestésico, además de la vista y el tacto.

Si a los elementos perceptivos y a la acción, se les añaden los procesos intelectuales se puede llegar a la toma de conciencia simbolización del tiempo.

Seguindo a Romero Cerezo (2000) El tiempo se estructura sobre dos componentes, que son la duración y el orden.

El orden: es un componente cualitativo y supone la distribución cronológica de los acontecimientos que tienen lugar en un periodo de tiempo.

Las nociones temporales dentro del orden son de dos tipos:

-sucesión: antes y después

-simultaneidad: durante

La duración: es el componente cuantitativo y supone cuantificar el tiempo transcurrido entre unos límites establecidos que son el principio y el final de este componente. Para medir la duración se necesitan, por lo tanto, unas referencias que son los acontecimientos, que distribuidos cronológicamente diferencian el principio del final. En la percepción de la duración es de gran valor la participación de la memoria, la cual nos permite establecer la comparación con experiencias anteriores.

Las nociones temporales dentro de la duración son:

-Velocidad: lento/rápido

-Aceleración: movimiento acelerado

-Desaceleración: movimiento desacelerado

4.- Relación espacio-tiempo: Apreciación de velocidades

a).-Durante las acciones del niño:

-Marcha rápida – Marcha lenta.

-Carrera rápida – carrera lenta.

-Hacer rodar una pelota con rapidez – con lentitud.

-Lanzar una pelota con fuerza contra un blanco vertical.

-Detener un balón que rueda rápida o lentamente.

b).- Observación de la velocidad de un niño con respecto a la velocidad de otro

-Los niños corren en pareja, a la misma velocidad, lenta o con mayor rapidez.

-Los niños corren en pareja lentamente.

A una señal del maestro uno corre más rápido que otro.

c).- Velocidad del niño en relación con objetos en movimiento

Un niño arroja un balón contra el suelo, mientras otro corre a la misma velocidad

A mayor velocidad

A menor velocidad

d).-Comparación de las velocidades de distintos objetos

1º Un niño arroja simultáneamente dos balones a un compañero, sea:

-Haciéndolo rodar en el suelo a igual velocidad.

-Haciendo rebotar a igual velocidad.

-Lanzándolos en forma directa.

2º Hace rodar simultáneamente dos pelotas tratando de que una llegue antes que otra a un punto determinado

5.- Evolución y fases de la temporalidad

5.1.- Evolución de la temporalidad

Según Romero Cerezo (2000), la organización temporal evoluciona en el niño sobre los planos perceptivos y representativos, estando mediatizados por la acción, de manera que como consecuencia de la experimentación se lograra una percepción, reconocimiento y representación del tiempo.

Hay que destacar en la génesis y evolución de la organización temporal tanto la percepción de la duración, como la percepción de la sucesión o del orden. Como en un principio la duración es subjetiva, va en función de sus necesidades biológicas, a medida que va pasando el tiempo y adquiere referencias externas, la duración va siendo más objetiva.

A modo de síntesis se puede decir que se pasa de un tiempo intuitivo y propio a la toma de referencias externas, siendo capaz de entender el tiempo abstracto al mismo nivel que un adulto.

Según Rigal (1987, citado en Conde y Viciano, (1997), en cuanto a la evolución del ritmo en su edad de infancia, el niño se entrega a actividades rítmicas de balanceo (cabeza, tronco), o de ajuste de objetos o de sincronización de la danza con la música. Con un año y medio utiliza todo su cuerpo para responder a la música rítmicamente. Hacia los dos años consigue una riqueza de sentido rítmico, su motricidad responde de manera diferente, dando golpes con los pies en el suelo, moviendo la cabeza, etc. A partir de los tres años se puede conocer su tempo espontáneo. Con cuatro años este tempo se acelera también va adquiriendo un mayor control de las extremidades inferiores, ejecutando con cierta gracia los movimientos. Hacia los cinco años tiene una pequeña maduración musical, empezando a coordinar su propio ritmo. Con seis años el ritmo corporal se va sincronizando con el ritmo de la danza.

5.2.- Fases de la temporalidad

La comprensión del tiempo está muy relacionada al conocimiento físico y social; y el niño lo construye a través de las siguientes fases:

1º Concibe el tiempo solamente relacionado al presente, no contempla mentalmente el pasado ni el futuro. Tiene una dimensión única del tiempo.

2º Comienza a entender que el tiempo es continuo, que las cosas existen antes de ahora y que existirán después de ahora.

3º Usa el término de mañana o ayer, quizás no acertadamente, pero con indicios de que comprende la existencia de un pasado y un futuro.

4º Reconstruye hechos pasados, pero no lo hace secuencial ni cronológicamente. Por ejemplo, si le pedimos que nos cuente como hizo su pintura, lo podrá contar, pero no secuencialmente, por donde empezó, que hizo después, y así sucesivamente.

5° Reconstrucción secuencial y cronológica del tiempo y comprensión de las unidades convencionales del mismo. Por ejemplo: semana, mes, hora, etc. En esta fase el niño ya comienza a mostrar una visión objetiva del tiempo.

6.- Objetivos de la temporalidad

- Buscar y tomar conciencia del propio tiempo.
- Adaptar diferentes velocidades en función de la música.
- Adaptar la velocidad del chico con respecto a otro.
- Adaptar la velocidad del chico en relación con objetos
- Generar movimientos según diferentes pulsaciones rítmicas, acentuaciones e intervalos, nociones básicas de duración, velocidad y cadencia regular.

7- Metodología de la temporalidad.

Cuenca y Rodao, (1986, citado en Conde y Viciano, 1997) los niños deberían asimilar estos conceptos en cuanto a nociones temporales:

- En cuanto a la **orientación temporal**:
 - Día-noche
 - Amanecer- anocheecer.
 - Por la mañana.
 - Mañana del día siguiente
 - Ayer- hoy
 - Primavera- verano- otoño- invierno.
 - Días de las semana
 - Meses del año.
 - Ahora, después, mas tarde.
- Tiempo respecto a **un momento dado**:
 - Antes- ahora- luego.
 - Anterior- posterior.
 - Temprano
 - Durante
 - Orden cardinal
 - Al mismo tiempo
 - Poco tiempo, mucho tiempo
 - Enseguida
 - Esperar.

8- Ritmo y Motricidad.

Para finalizar hablaremos del ritmo en relación al tiempo y al movimiento.

Según Castañer, M. y Camerino, O. (1992), podemos referirnos al **ritmo** como:

“La capacidad de organización temporal.”

También daremos otras definiciones:

“Organización o estructuración de los fenómenos temporales” (Le Boulch, 1978).

“El ritmo es la repetición regular o periódica de una estructura ordenada” (Rigal, 1987).

Junto al ritmo aparece el **movimiento** que según Castañer, M. y Camerino, O. (1992):

“Debe ser entendido como la organización temporal de las diferentes secuencias de movimiento”

La educación del ritmo debe permitir al alumno descubrir su propio ritmo (ritmo interno) y de su adaptación al entorno: mostrar y adaptarse a estímulos rítmicos diversos. En el desarrollo de la capacidad rítmica intervienen tres sistemas:

- La inducción rítmica: permite la reacción y anticipación a un estímulo sonoro, melodía o ritmo concreto.
- La discriminación cognoscitiva: las diversas formas rítmicas en función en conocimiento de datos temporales pasados y futuros que es capaz de hacer cada persona.
- La ejecución motriz: permite realizar la acción motriz en consonancia con el ritmo.

El movimiento también tiene un ritmo, que lo entendemos como la organización temporal de las diferentes consecuencias del movimiento

Al mismo tiempo podemos decir que el ritmo en el movimiento tiene efectos positivos:

- Ejerce un efecto regulador sobre el sistema nervioso y el sistema muscular.
- Efecto eficaz sobre la creatividad y expresión en el trabajo de grupo.
- El ritmo ayuda a automatizar el movimiento, disminuyendo la acción de la voluntad y haciendo la ejecución más fácil, económica y fluida, consiguiendo, en última instancia, un mejor rendimiento en la ejecución del movimiento.

DESARROLLO Y EVOLUCION DEL RITMO.

- **De 0 a 2 años:** el ritmo va a estar vinculado a las funciones internas del organismo. Desde los ocho a los nueve meses el niño agita los objetos en un gesto alternativo regular. Hacia el año o incluso antes, algunos niños son capaces de emitir una alternancia regular de sonidos
- **De 2 a 6 años:** se manifiesta el ritmo con movimientos globales que implican a todo el cuerpo y es apreciable en la ejecución de saltitos, galope, etc. Posteriormente comienza a reproducir ritmos.

- **De 6 a 8 años:** la manifestación del ritmo comienza a ser analítica, con movimiento de manos y pies. El niño comienza a adaptar sus movimientos a un ritmo marcado.
- **De 9 a 12 años:** tiene total capacidad para seguir ritmos binarios. Comienza a ser capaz de transcribir ritmos y leerlos. Tiene capacidad de reproducir ritmos complejos.

9.-Ubicación de la percepción temporal en el currículo de primaria

-Bloques de contenidos de Educación Física en Educación Primaria:

-Bloque 1: El cuerpo imagen y percepción: Corresponde a los contenidos que permiten el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices. Está especialmente dirigido a adquirir un conocimiento y un control del propio cuerpo que resulta determinante tanto para el desarrollo de la propia imagen corporal como para la adquisición de posteriores aprendizajes motores.

-Bloque 2: Habilidades motrices: Reúne aquellos contenidos que permiten al alumnado moverse con eficacia. Se verán implicadas por tanto adquisiciones relativas al dominio y control motor. Desatacan los contenidos que facilitan la toma de decisiones para la adaptación del movimiento a nuevas situaciones.

-Bloque 3: Actividades físicas artístico-expresivas: Se hallan incorporados los contenidos dirigidos a fomentar la expresividad a través del cuerpo y el movimiento. La comunicación a través del lenguaje corporal se ha tenido también en cuenta en este bloque.

-Bloque 4: Actividad física y salud: Está constituido por aquellos conocimientos necesarios para la actividad física resulte saludable. Además, se incorporaran contenidos para la adquisición de hábitos de actividad física a lo largo de la vida, como fuente de bienestar. La inclusión de un bloque que reúne los contenidos relativos a la salud corporal desde la perspectiva de la actividad física pretende enfatizar la necesaria adquisición de unos aprendizajes que obviamente se incluyen transversalmente en todos los bloques.

-Bloque 5: Juegos y actividades deportivas: Presenta contenidos relativos al juego y a las actividades deportivas entendidos como manifestaciones culturales de la motricidad humana. Independientemente de que el juego pueda ser utilizado como estrategia metodológica, también se hace necesaria su consideración como contenido por su valor antropológico y cultural. Por otro lado, la importancia que, en este tipo de contenidos, adquieren los aspectos de relación interpersonal hace destacable aquí la propuesta de actitudes dirigidas hacia la solidaridad, la cooperación y el respeto a las demás personas.

-La temporalidad, como concepto, está incluido en el primer bloque de contenidos incluidos en el Real Decreto 1513/2006, el cual establece las enseñanzas mínimas de la Educación primaria, este bloque es: El cuerpo: Imagen y percepción. Dentro de este bloque se incluyen concretamente en las nociones asociadas a las relaciones espaciales y temporales.

10.-Planilla de sesión.

Planilla de sesión.

NOMBRE: Juan Luis Cárdenas Reyes

CURSO: 1º Ciclo – 2º PRIMARIA

Álvaro Moreno Lucena

Colegio ”...”

HORA: 10:30-11:20.

FECHA: 07/05/09

NOMBRE SESIÓN: Educación Física y su Didáctica.

Fundamentos y puesta en práctica de la **temporalidad** como

Capacidad perceptivo-motora, en función de la velocidad. Enseñanza de la “Temporalidad como capacidad perceptivo-motora”.

OBJETIVOS:

- **Conceptuales:** presentar en la práctica los objetivos anteriormente citados por nuestros compañeros Cristian Pérez Jiménez y Francisco Ortiz Béjar.
- **Procedimentales:** propondremos actividades relacionadas con la temporalidad, principalmente en la velocidad, que es nuestra situación problemática.
- **Actitudinales:** buscamos mejorar valores como el compañerismo, la cooperación, respeto, trabajo grupal e individual. Al mismo tiempo trabajaremos temas transversales como la salud, ciudadanía, relación social e igualdad de género.

TÉCNICA METODOLÓGICA:

- **Estrategia en la enseñanza:** instrucción directa (mando directo, en caso de dudas, proponemos un ejemplo y lo explicamos nuevamente).

Nº DE ALUMNOS: grupo de 32.

EDAD: 7-8 años.

MATERIAL: equipo de música, CDs, balones, colchonetas, silbato, cronómetro.

INSTALACIONES: pabellón de la Facultad de CC de la Educación

ORGANIZACIÓN DEL GRUPO: individuales, parejas, equipos.

DESARROLLO DE LA SESION.

Calentamiento.

1º juego: *el camino de los animales*

Objetivo → adaptar los movimientos de nuestro propio cuerpo dependiendo de la canción que cantemos.

Desarrollo de la actividad → el profesor se coloca delante de todos los alumnos, y empieza a cantar a distintos ritmos una canción conocida por toda la clase. Todos los alumnos imitan los movimientos del profesor y cantan a la vez.

Se canta: “el alumno camina pa’lante el alumno, el alumno camina patras” (bis)

“eo eo eo eo eo eo eo é” (bis)

En las siguientes repeticiones, se sustituye la palabra alumno por caballo, gorila y gallina.

Mientras que el profesor canta, se realizan distintos movimientos: skipping por delante, skipping por detrás y movimientos de las partes del cuerpo.

2º juego: *seguir el ritmo de la música*

Objetivo→ adaptar diferentes velocidades en función de la música.

Desarrollo de la actividad→ suena la canción “obertura de Guillermo Tell” y los alumnos deben tratar de adaptar la velocidad de su desplazamiento por el espacio a la velocidad de la música. Al mismo tiempo, realizan diferentes movimientos para calentar. Cuando la música se pare, los alumnos se juntarán en el centro dándose un abrazo en común a distinta velocidad.

Parte principal.

3º juego: *corre que te sigo*

Objetivo→ adaptar nuestra velocidad en función de la velocidad del compañero.

Desarrollo de la actividad→ un alumno se mueve por el espacio a distintas velocidades y movimientos, mientras que el compañero que le sigue debe imitarlos y realizarlos o después de él, o al mismo tiempo, guardando siempre una misma distancia. Posteriormente se cambian de posición y vuelven a realizar los anteriores movimientos.

4º juego: la pelota que corre

Objetivo→ adaptar nuestra velocidad en función de la velocidad de un objeto (pelota)

Desarrollo de la actividad→ por parejas, uno de ellos lanza el balón y el otro compañero tiene que adaptar su velocidad desplazándose más rápido, más lento o a la misma velocidad que la pelota. Posteriormente se cambian de posición y vuelven a realizar los anteriores movimientos.

5º juego: representaciones animadas

Objetivo→ adaptar la velocidad de nuestros movimientos a distinta intensidad: lentísimo, lento, normal, rápido, rapidísimo.

Desarrollo de la actividad→ por parejas, el profesor nombra una acción cotidiana (dar de comer, bailar en un cumpleaños y jugar al ping-pong y la realizan a la velocidad que el profesor determine.

6º juego: “el cocodrilo dormilón”

Objetivo→ percibir ritmo y velocidad de una canción y aplicarla al juego.

Desarrollo de la actividad→ se divide la clase por la mitad, y cada grupo se sitúa alrededor de sus respectivas colchonetas donde dos compañeros voluntarios actúan como “cocodrilo dormilón”. Suena la canción “vete a dormir” de “el hormiguero” y cuando esta se corta, los “cocodrilos dormilones” despiertan y salen a pillar a los compañeros que están dando vueltas alrededor de la colchoneta. Cuando los compañeros atraviesan la línea del centro del campo, están salvados y no pueden ser pillados.

Vuelta a la calma.

7º juego: “aram sam sam”

Objetivos→ generar movimientos según diferentes pulsaciones rítmicas, acentuaciones e intervalos.

Desarrollo de la actividad→ situamos a los alumnos en un círculo de colchonetas, y los alumnos se sientan en ellas. El profesor canta una canción realizando distintas pulsaciones rítmicas y los alumnos deberán imitarlo realizando los movimientos a mayor o menor velocidad.

8º juego: el tiempo justo

Objetivo→ buscar y tomar conciencia del propio tiempo

Desarrollo de la actividad→ los alumnos siguen en las colchonetas, hacemos que se tumben boca arriba y con los ojos cerrados, deberán contar mentalmente exactamente 44 segundos para comprobar si poseen una buena noción de la velocidad del tiempo. Cuando crean los alumnos que han llegado al tiempo justo, abrirán los ojos y se incorporarán. El profesor le proporcionará feedback acerca de la percepción del tiempo que poseen según cuando hayan abierto los ojos.

11.- Conclusiones

Tras la realización del trabajo, la exposición teórica, la puesta en práctica del trabajo y la revisión posterior del trabajo teniendo en cuenta las críticas recibidas y la visualización de los videos llegamos a las siguientes conclusiones:

En primer lugar hay que decir que le hemos dedicado mucho tiempo en el trabajo, debido a que nos ha llevado mucho tiempo contrastar distintas fuentes de información.

El trabajo grupal ha sido satisfactorio, cada componente del grupo ha cumplido con su parte del trabajo, cada vez que nos reuníamos para trabajar todos los componentes llegábamos a tiempo y ninguno faltaba. Este trabajo grupal ha sido muy interesante para nuestro futuro profesional, nos ayudara a poner en práctica nuestras unidades didácticas y además nos ha servido para ponernos en escena ante la clase y exponer delante de todos ellos el tema que nos ha tocado.

Las tutorías que hemos realizado con nuestro profesor Cipriano y con Víctor, nos han servido de bastante ayuda a la hora de elaborar este trabajo como aportándonos diferentes referencias bibliográficas, ejemplos de cómo hacerla, etc.

En referencia a las críticas realizadas por el grupo crítico, el resto de alumnos y nuestro profesor Cipriano hemos aprendido de ellas, ya que han sido críticas constructivas y las tendremos en cuenta a lo hora de realizar otros trabajos y para nuestro futuro profesional.

Para ser una de nuestras primeras intervenciones tanto en la exposición teórica como en la puesta en práctica los componentes del grupo nos hemos visto bastante seguros a la hora de exponer y con una buena predisposición de cara al público, sin olvidar decir los típicos nervios al principio de la exposición.

En conclusión ha sido una muy buena experiencia, hemos aprendido muchísimo tanto de los errores como de las cosas bien hechas.

12.-Revisión bibliográfica

- Manzón Cobo, V. (2001) *programación de la educación física en primaria*. Zaragoza: INDE
- Castañer, M y Camerino, O. (2006) *Manifestaciones básicas de la motricidad*. Lleida: INEFC
- Romero Cerezo, C. (2000): *Las capacidades perceptivo motoras y su desarrollo*. En proyecto sur de ediciones, (Ed) *comunicación y lenguaje corporal*: 117-171
- Le Boulch, J. (1990): *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Barcelona: PAIDOS
- Rivadeneyra, L. y Sicilia, A. (2004) *La percepción espacio-temporal y la iniciación a los deportes de equipo en primaria*. Zaragoza: INDE
- García Ruso, H. M^a (1997) *La danza en la escuela*. Zaragoza: INDE
- Heidegger, M. (1999) *El concepto de tiempo*. Disponible en: <http://www.lecturalia.com/libro/11442/el-concepto-de-tiempo>
- Coll, C. (1987). *Psicología y currículum*. Barcelona: laia.
- Castañer, M. y Camerino, O. (1991). *La educación física en la enseñanza primaria*. Zaragoza: INDE
- Ballesteros, S. (1982). El esquema corporal. *Función básica del cuerpo en el desarrollo psicomotor y educativo*. Madrid: TER.
- Blázquez, D. (2001): *La educación física*. Barcelona: INDE
- Castañer, M. (2000): *Expresión corporal y danza*. Barcelona: INDE
- Devis, J. (1996): *Educación física, deporte y currículum*. Madrid: VISOR
- Fernández, G. y Navarro, V. (1989): *Diseño curricular en educación física*. Barcelona: INDE