

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

# DISEÑO DE SESIONES



Antonio D. Galera  
Universitat Autònoma de Barcelona

La doctrina de estas filmas está extraída del *Manual de didáctica de la Educación Física. Una perspectiva constructivista integradora* (2001), actualizada a 17 de julio de 2010



# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

### Atención

- Este material está protegido por derechos de autoría.
- Se permite su reproducción siempre que se cite la fuente:
- Antonio D. Galera: *Programación de aula en Educación Física. Diseño de sesiones*, UAB, DDD, 2010 <<http://ddd.uab.cat/record/148193>>



# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

- 1. Concepto
- 2. Criterios generales
- 3. Fases



## PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

# DISEÑO DE SESIONES

### 2. Criterios generales

Criterio	Finalidad
a) Aprendizaje	Iniciación Asimilación Refuerzo
b) Esfuerzo	Niveles de esfuerzo Alternancia
c) Complejidad	Asimilación Individualización
d) Motivación	Participación Sobreaprendizaje Continuidad

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

3. Fases	
Fase	Elementos
a) Previsión distribución cuantitativa	Contenidos principales Contenidos secundarios
b) Previsión estructura temporal	Sesiones de tres fases Sesiones sin animación Sesiones sin calentamiento Sesiones sin vuelta a la calma
c) Previsión de actividades	Bloques de actividad cortos Bloques de actividad largos
d) Asignación de contenidos	Animación / calentamiento Parte principal Vuelta a la calma
e) Diseño de tareas didácticas	Tareas exclusivas Tareas integrativas
f) Distribución de tareas didácticas	Tareas sucesivas Tareas alternantes

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

### DE LOS CONTENIDOS...

Programa anual / Unidad didáctica: Previsión de contenidos

(Bloque)	CET	HMB		CF	JM
(Contenido)	<b>EQ</b>	<b>SAL</b>	<b>PAS</b>	<b>RA</b>	<b>NMI</b>

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

### ... A LAS TAREAS

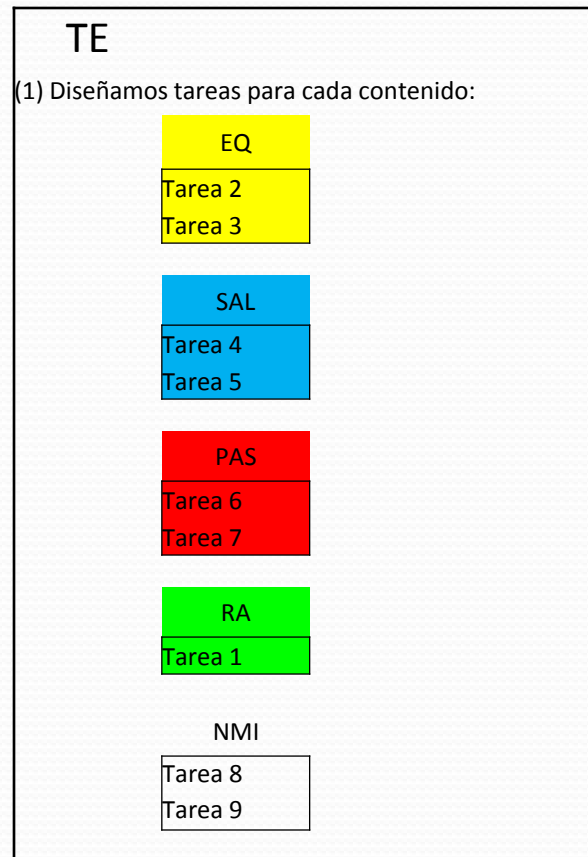
Fase 1: Diseño de tareas

Fase 2: Distribución de tareas

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

- Tareas exclusivas (TE)





# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

- Tareas integrativas (TI)

TI

(1) Decidimos agrupar los siguientes contenidos: EQ+NMI  
SAL+PAS

(2) Diseñamos tareas que integren los contenidos agrupados:

EQ	NMI
Tarea 10 (EQ+NMI)	
Tarea 11 (EQ+NMI)	
Tarea 12 (EQ+NMI)	
Tarea 13 (EQ+NMI)	

SAL	PAS
Tarea 14 (PAS+SAL)	
Tarea 15 (PAS+SAL)	
Tarea 16 (PAS+SAL)	
Tarea 17 (PAS+SAL)	

RA
Tarea 1

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

### Estrategias de distribución

	Distribución sucesiva	Distribución alternante
Tareas exclusivas	1 (TEDS)	2 (TEDA)
Tareas integrativas	3 (TIDS)	4 (TIDA)

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

- Estrategia 1: Tareas exclusivas, distribución sucesiva (TEDS)
- Estrategia 2: Tareas exclusivas, distribución alternante (TEDA)

<b>TEDS</b>					
Orden	RA	PAS	SAL	EQ	NMI
1	Tarea 1				
2		Tarea 2			
3		Tarea 3			
4			Tarea 4		
5			Tarea 5		
6				Tarea 6	
7				Tarea 7	
8					Tarea 8
9					Tarea 9

<b>TEDA</b>					
Orden	RA	PAS	SAL	EQ	NMI
1	Tarea 1				
2		Tarea 2			
4			Tarea 4		
3		Tarea 3			
5			Tarea 5		
6				Tarea 6	
8					Tarea 8
7				Tarea 7	
9					Tarea 9

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

- Estrategia 3: Tareas integrativas, distribución sucesiva (TIDS)
- Estrategia 4: Tareas integrativas, distribución alternante (TIDA)

TIDS					
Fase	RA	PAS	SAL	EQ	NMI
1	Tarea 1				
2		Tarea 14 (PAS+SAL)			
3		Tarea 15 (PAS+SAL)			
4		Tarea 16 (PAS+SAL)			
5		Tarea 17 (PAS+SAL)			
6				Tarea 10 (EQ+NMI)	
7				Tarea 11 (EQ+NMI)	
8				Tarea 12 (EQ+NMI)	
9				Tarea 13 (EQ+NMI)	

TIDA					
Fase	RA	PAS	SAL	EQ	NMI
1	Tarea 1				
2		Tarea 14 (PAS+SAL)			
3				Tarea 10 (EQ+NMI)	
4		Tarea 15 (PAS+SAL)			
5				Tarea 11 (EQ+NMI)	
6		Tarea 16 (PAS+SAL)			
7				Tarea 12 (EQ+NMI)	
8		Tarea 17 (PAS+SAL)			
9				Tarea 13 (EQ+NMI)	

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

**DSS**

**ODS**

2. Criterios generales	
Criterio	Finalidad
a) Aprendizaje	Iniciación Asimilación Refuerzo
b) Esfuerzo	Niveles de esfuerzo <b>Alternancia</b>
c) Complejidad	<b>Progresión</b> <b>Individualización</b>
d) <b>Motivación</b>	<b>Participación</b> Sobreaprendizaje Continuidad

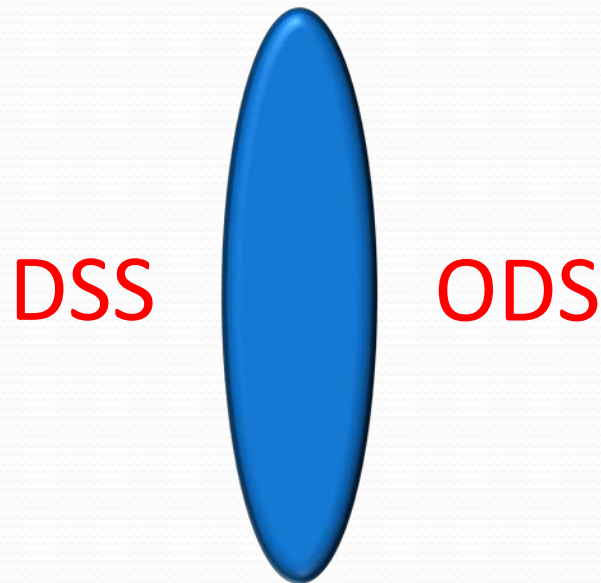
Distribución de la práctica

- Máxima **participación** [adecuada a la carga.]
- **Individualización** / posibilidades de éxito.
- **Progresión** / **alternancia** de esfuerzos.
- **Motivación** estratégica.
- Trabajo conjunto / trabajo individual.
- [**Incidentes críticos, fuente de aprendizaje.**]

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

Diseño de sesiones (DSS) // Organización de sesiones (ODS):  
Dos caras de un mismo proceso



## PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

# DISEÑO DE SESIONES

### CODA: DE LO PREVISTO A LO REALIZADO

#### Fase 1: Programa anual / Unidad didáctica [PAN]

(Bloque)	CET	HMB		CF	JM
(Contenido)	EQ	SAL	PAS	RA	NMI

#### Fase 2: Diseño de sesión [DSS]

(Fase prevista)	1	2		3	
(Contenido)	RA	PAS	SAL	EQ	NMI

#### Fase 3: Desarrollo de la sesión [ODS]

(Fase realizada)	1	2		3	
(Contenido)	RA	EQ	SAL	PAS	NMI

# PROGRAMACIÓN DE AULA EN ED. FÍSICA

## DISEÑO DE SESIONES

*Ahora os toca a vosotras*



*Venga*