



GIMNASIO ESCOLAR.

Un aprendizaje saludable.



MORVINELLI, María Esther. DNI 18142442
TAMAGNINI, Lorena Soledad. DNI 27389879

Título: GIMNASIO ESCOLAR

Subtítulo: UN APRENDIZAJE SALUDABLE

Autor/es/as: Profesora: Lic. Tamagnini Lorena, Directora: Prof. Morvinelli María Esther.

Institución educativa: IPET 54 JUAN E. MÜLLER.

Nivel: Medio

Área temática: EDUCACIÓN FÍSICA.

Domicilio institucional: 25 DE MAYO 1337. Oncativo- Córdoba.

Teléfono: 03572 469270

Dirección de correo electrónico: EE0310407@me.cba.gov.ar,
tamagninilorena@gmail.com, mariaesthermorvinelli123@gmail.com

Objetivos:

- Seleccionar y utilizar las herramientas y procedimientos necesarios para la construcción autónoma y responsable de su proyecto de vida saludable, apropiándose del conocimiento, práctica y disfrute de actividades físicas lúdicas, deportivas y expresivas, tomando conciencia de las acciones que favorecen y perjudican el cuidado de la salud.
- Construir un posicionamiento crítico en torno al movimiento corporal en cuanto a producción estética.
- Seleccionar y gestionar su proyecto de vida saludable.

Fundamentación

La propuesta surge como una posible alternativa para cambiar la mirada hacia las clases de educación física dentro de una escuela técnica.

¿Cómo abordar los contenidos de dicha asignatura sin que los mismos aparezcan fragmentados y desconectados con las especialidades de la institución?

Es a partir de este hecho donde se piensa en un trabajo colaborativo y compartido teniendo en cuenta que el aprendizaje integrado o aprendizaje pleno (Perkins, 2010) se ubica dentro de una serie de ideas contemporáneas sobre el aprendizaje y la enseñanza como una teoría de la acción integradora que permite dar un mayor significado a los desafíos que se les presentan y la oportunidad de desarrollar el conocimiento en la participación activa.

Para fomentar el interés y sentido de pertenencia, garantizando así las trayectorias de nuestros/as estudiantes, desde la perspectiva de una Educación inclusiva y de calidad” es que se propone el proyecto “Gimnasio escolar”.

Pensar en un cambio de paradigma de la educación física escolar es lo que impulso este proyecto. Modificar su tradicional accionar desde el deporte y la competición hacia una mirada para la salud orientada al descubrimiento, autoconciencia y cuidado del cuerpo.

Esto nos lleva a pensar el siguiente interrogante: ¿No convendría dedicar el tiempo de clase a brindarles la oportunidad de descubrir y construir su corporeidad, de gestar su propia actividad deportiva, para que puedan disponer de sí mismos durante toda la vida?

Pensar, diseñar y ofrecer actividades que se aprendan y afiancen en la etapa escolar y que luego sirvan como herramientas en la vida fuera de la escuela, es hacia lo que apuntan las nuevas teorías.

Además, nos impulsó modificar la heredada teoría del pensamiento instaurado durante muchas décadas, asocia a la Educación Física exclusivamente con el aprendizaje y la práctica de “deportes” (y, especialmente, con pelota), invisibilizando al cuerpo y sus manifestaciones. Se busca otra mirada, que lo invite a mostrar lo que siente, lo que lo emociona, es decir, a expresarse. Por esta razón, se hace necesario volver a pensar las oportunidades que brindan los lenguajes creativos y expresivos, en distintos formatos y propuestas, para las clases de Educación Física, y que estas no queden reducidas a la eficacia de las técnicas deportivas.

Por otro lado, este autoconocimiento permitirá tener una postura crítica y reflexiva sobre algunas ideas y conceptos sostenidos históricamente evitando los reduccionismos y abordando la complejidad en la que está inmersa la dimensión del cuerpo y la cultura corporal, erradicando patrones de belleza y estética que toman al cuerpo como objeto.

Atento a lo prescripto por los diseños curriculares provinciales, y velando por la construcción de aprendizajes integrados, es que se invita a los demás espacios curriculares a sumarse abordando diferentes contenidos-aprendizajes que puedan sumar al proyecto, evitando la parcelación del conocimiento por disciplinas.

Teniendo en cuenta que estamos posicionados en una escuela técnica y que el taller está dotado de recursos humanos y maquinaria competente, es que se plantea un trabajo en conjunto para armar aparatos de gimnasio e implementar de a poco el gimnasio escolar realizado por ellos.

Como proyección, se pretende la construcción de aparatos para la vereda de la escuela, con el objetivo que pueda ser usado por el barrio y/o comunidad.

A futuro, se planifica un proyecto para presentar en instituciones que estén interesadas en la propuesta.

Metodología.

Como uno de los propósitos de la Educación Física escolar es que los estudiantes , a lo largo de toda su escolaridad, desarrollen paulatina y adecuadamente sus capacidades motrices y corporales; para completar realmente tal formación, es fundamental,

además, que ellos aprendan a autogestionar tanto su buen cuidado físico con una adecuada práctica deportiva o de actividades de movimiento para que, finalizada la etapa escolar, puedan administrar sus propios entrenamientos en pos de una mejor calidad de vida .
Desde el trabajo colaborativo de diferentes áreas del taller se construye aparatos de gimnasio para el uso responsable de la población estudiantil y docente del IPET 54.

PRIMER MOMENTO: Presentación del contenido “PLAN DE ENTRENAMIENTO PERSONAL”...

Contenidos: capacidades motoras básicas e intermedias, principios del entrenamiento, componentes de la carga, sistemas, test, técnicas y posturas.

*la escuela fue seleccionada para participar en el programa EDUCACION FISICA DE CALIDAD Y PARA TODA LA VIDA. Los test y datos que arrojaron las mediciones para este programa fueron utilizados para este proyecto.

SEGUNDO MOMENTO: (trabajo colaborativo con diferentes espacios curriculares)

(Diseño de planos. Administración del material. Medidas de seguridad. Instalaciones. Ambientación del lugar. Cálculos y porcentajes, etc)

Los estudiantes de sexto año, por su trayectoria, serán los encargados de multiplicar aprendizajes adquiridos en relación a técnicas y cuidados saludables.

Confeccionarán, con la supervisión del/a docente de educación física su propio plan de entrenamiento personal, y luego, para el resto de los alumnos de la escuela (internos o no) enmarcando sus prácticas dentro de la pedagogía “aprendizaje en servicio” que apunta a mejorar la calidad educativa, enfatizando una educación para la comunidad fundada en la práctica participativa y el aporte solidario al desarrollo local.

Los proyectos de aprendizaje-servicio permiten a los estudiantes aplicar conocimientos adquiridos en las aulas al servicio de necesidades concretas. (Ley de Educación Nacional, art 32 y 123)

Además, pondrán en práctica la filosofía empresarial, entendida como el conjunto de principios y creencias que guían todas las decisiones de una organización. Su objetivo es sentar las bases sobre las que un negocio construirá sus productos y relaciones.

Por otro lado, se implementarán los ODS, puntualmente el número tres: salud y bienestar. El mismo apunta a incentivar hábitos de vida saludable, en primera instancia a nivel escolar, para que éstos multipliquen el mensaje en sus familias y entorno.

Logros:

- Elaboración de propuestas básicas de un Plan de Trabajo saludable que incluya los principios de entrenamiento de las capacidades condicionales coordinativas e intermedias.

- Organización, diseño y realización de proyectos que incluyan experiencias corporales y de vida comunitaria.
- Construcción de los aparatos del gimnasio.

Evaluación institucional:

La articulación de la asignatura educación física con el taller ofreció otro mirada a la hora de aprender. La posibilidad de poder mostrar otras formas de participación y de aprendizaje logró una mejor y más provechosa adquisición de los aprendizajes propuestos por cada espacio. Además, el aprendizaje y práctica "in situ" motivó a los estudiantes que demostraron compromiso y participación, afianzando el sentido de pertenencia para con la institución.

Al día de la fecha tenemos una parte del avance por lo que no se puede evaluar la totalidad del mismo.

Articulación:

Este proyecto está organizado por el departamento de educación física, en articulación espacios curriculares del taller (donde se construirán los aparatos), dibujo técnico (planos de los mismos), física, matemática, tecnología entre otras asignatura.

Temporalización:

Este proyecto se llevará a cabo durante todo el año lectivo 2021, con proyección de continuidad para los próximos años.

Como el mismo incluye una metodología por etapas por eso se trabaja en diferentes momentos del año con cada espacio curricular.

Materiales.

- Caños 4 1/2 pulgadas x 2 mm.
- Caños 1 pulgadas no menor a 2mm de espesor
- Caño principal de Ø3" x2mm, terminación con tapas de aluminio fundido. - Manubrio: Caño de Ø1 1/2" x2mm - Caños secundarios de Ø1" x1,6mm - Caja central compuesta por piezas de chapa metálica conformadas mediante corte por pantógrafo. - Burlonería anti vandálica • Pedales: Pieza única maciza de fundición de aluminio, con superficie antideslizante para apoyar cómodamente el pie. • Asiento: Pieza única de Polietileno de media densidad rotomoldeado, con protección UV.
- Cinta métrica.
- Balanza personal.
- Arandelas.
- Pintura.

- Discos de fundición.
- Máquinas del taller.

Diseño de algunas aparatos posibles de construir.



Bibliografía:

- Serie Cuadernos de ESI EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA II Contenidos y propuestas para el aula.
- PROPUESTA CURRICULAR SEGUNDO CICLO DE LA MODALIDAD TÉCNICO PROFESIONAL EDUCACIÓN SECUNDARIA. Ministerio de Educación de la Provincia de Córdoba Secretaría de Estado de Educación Dirección General de Educación Técnica y Formación Profesional - Equipo Técnico Pedagógico –
- Objetivo de desarrollo sostenible. Argentina.
<https://www.ar.undp.org/content/argentina/es/home.html>

ANEXOS:



Estudiantes soldando los caños para los aparatos del gimnasio, en el taller de la escuela.



Tomando las medidas en los test.



Discos donados por una fundición de la ciudad.