

# PRACTICS Nº6 UNIZAR

“Habilidades motrices básicas en el aula”

CURSO 2025/26



*Habilidades Motrices Básicas (HMB)*

Desde el área de Educación Física se distinguen las capacidades físicas básicas de los niños/as (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad) importantes a la hora de tenerlas en cuenta para cualquier tipo de actividad a realizar. En base a ellas, aparecen las habilidades motrices básicas.

En general, un adecuado desarrollo de la condición física va a contribuir en el desarrollo integral del alumnado mejorará la salud de éstos en el presente y en el futuro, así como su calidad de vida y disfrute personal en el tiempo libre.

## Producto didáctico



*Proyecto de contenido sobre las habilidades motrices básicas a través de Wakelet*

## Metodologías activas



*Aprendizaje cooperativo  
Aprendizaje colaborativo  
Aprendizaje basado en proyectos  
Gamificación educativa*

## Apps y programas




## 1. Diseño de contenido acerca de una habilidad motriz: (a) conceptualización + (b) sesión evolucionada + (c) realidad aumentada, en el área de Educación Física.

### Objetivos:

- Realización de contenido sobre una habilidad motriz básica (a, b y c) y puesta en práctica de la (c) sesión evolucionada por espacio de 15' totales en una clase de Educación Física.

HMB	Salto (G1)	Desplazamientos (G2)	Giros (G3)	Lanzamientos (G4)
	Recepciones (G5)	C. Din. Gen (G6)	C. Din. Seg (G7)	Equilibrio (G8)
CFB	Fuerza (G9)	Resistencia (G10)	Velocidad (G11)	Flexibilidad (G12)

### PARTES DE LA PRÁCTICA PARA TODOS GRUPOS

(A) Conceptualización	(B) Sesión evolucionada	(C) Realidad aumentada
<p><i>A modo de orientación...</i>  <u>Tan sólo es una propuesta,</u>                      puedes incorporar más apartados, secciones, links, etc,</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contextualiza el curso/ciclo de la actividad y adecúa su desarrollo.</li> <li>Infórmate acerca de cómo trabajar la habilidad motriz.</li> <li>Echa un vistazo al currículo de EF-Primaria para orientarte.</li> <li>Posibilidad de incorporar material extra / complementario / premios...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Creación de un contenido de la sesión en realidad virtual.</li> <li><b>Apps necesarias:</b> Merge Edu &gt; Object Viewer y Tinkercad (o similares)</li> <li><b>Ayuda:</b> Tutorial (7 videos cortos) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=78lMhnhXcPo">https://www.youtube.com/watch?v=78lMhnhXcPo</a></li> </ul>

APLICACIONES GRUPALES		
Tutorial parte C: Ver Moodle		

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

<b>Contenido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grado de fundamentación teórico-práctica de la habilidad motriz seleccionada</li> </ul>
<b>Forma</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Contenidos aportados en relación a la habilidad motriz seleccionada</li> <li>Lógica y coherencia de los apartados incorporados</li> <li>Tipología de texto seleccionado, recursos, materiales y audiovisuales incorporados.</li> </ul>
<b>Presentación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organización y presentación del contenido en la app correspondiente (a)</li> <li>Desarrollo e interacción de la sesión en evolución llevada a la práctica (b)</li> <li>Realización de la parte (c) Realidad aumentada</li> </ul>

### MODO DE ENTREGA

### PLAZO ENTREGA

<b>PRÁCTICA:</b> Enlace desde del Wakelet creado (Parte A) + Elementos de realidad virtual (Parte C) subido a CARPETA GRUPAL “PRÁCTICAS”.	<b>MAKING OFF:</b> Video subido a CARPETA GRUPAL “MAKING OFF” con la nomenclatura en nombre de archivo (Ej: G1_Makingoff)	<b>INSTAGRAM STORIES:</b> Historia (foto/video) con música etiquetada a @practicSunizar	Hasta el comienzo de la exposición de sesiones, tiempo de elaboración de PractICS 6.
---	---	---	--

### EXPOSICIÓN DE LA PRÁCTICA (B) SESIÓN EVOLUCIONADA

Servicio de Actividades Deportivas – SAD Unizar

GRUPOS G4A (1-6)	GRUPOS G4B (7-11)	GRUPOS G3A (1-6)	GRUPOS G3B (7-11)
Pista 2 (1/3) (15:00-17:00)	Tatami (-1) (15:00-17:00)	Tatami (-1) (17:00-19:00)	Sala Azul (-1) (17:00-19:00)

Máxima puntualidad, disposición del material, posibilidad de utilizar vestuarios, ropa de deporte...