

# **UNIDAD DIDÁCTICA: PROYECTO #ECO-EDUCACIÓN FÍSICA 1º y 2º ESO.**

## **LA GENERACIÓN Y TRANSFORMACIÓN DE LOS RESIDUOS.**

### **1. OBJETIVOS.**

- Adquisición de hábitos cooperativos por encima de los individuales.
- Entender que en un mundo globalizado la adopción de medidas para conseguir la justicia social, económica y ecológica tiene que ser global o al menos a una escala por encima de la individual y cómo se puede llegar a producir este hecho.
- Importancia de lo colectivo sobre lo individual (Juegos cooperativos con un fin relacionado con lo ecosocial, se tiene que ver la diferencia entre actuar solo y con la ayuda de compañeros: relevos con balones medicinales solos o en grupo, desordenar el pabellón y gana el grupo que menos tarde en ordenarlo, grupos de diferente número de personas.)

### **1. 1. Objetivos Ecosociales.**

- Vinculación entre el consumo, los residuos y los problemas ambientales.
- La regla de las 3R:    1º) Reducir el consumo.  
                              2ª )Reutilizar los objetos  
                              3ª )Separar para Reciclar
- Nuestra capacidad de cambiar la situación mediante la suma de acciones individuales y el poder de las acciones colectivas.

### **1.2. Objetivos no esociales.**

- Apreciar la actividad física para el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo y las demás personas y reconociendo los efectos del ejercicio físico, de la higiene, de la alimentación y de los hábitos posturales sobre la salud.
- Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
- Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales.

- Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas y deportivas como elementos culturales, mostrando una actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador.

## **2. CONTENIDOS.**

### **2.1. Contenidos ecosociales:**

- Contaminación
- Efecto invernadero
- Desigualdad social
- Cooperación

### **2.2. Contenidos no ecosociales:**

- Condición física
  - Coordinación
  - Resistencia
  - Velocidad
  - Fuerza

## **3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.**

- Comprender la responsabilidad del ser humano en el futuro de nuestra sociedad.
- Aprender y aplicar la orden de las 3R.
- Valorar las circunstancias actuales de nuestro medioambiente.
- Respetar el medioambiente.
- Valorar las diferencias entre las personas.
- Concienciar del trato igualitario a todas las personas.

## **4. SESIÓN Nº1.**

### **4.1. EXPLICACIÓN DEL POWER POINT Y ELABORACIÓN DE MATERIALES.**

#### **Desarrollo:**

Se realiza una explicación, acompañada del **ppt los residuos, pp. 1- 7**

A continuación se explican las diferencias que existen entre realizar una separación de residuos de forma individual o de forma grupal. Se muestran las diferencias que

existen entre realizar una cosa u otra (añadir ejemplos relacionados con el consumo de luz en horas inapropiadas, aparatos electrónicos usados a destiempo, etc).

Se elaboran materiales (cartulinas con diferentes nombres: plástico, vidrio, orgánico, pilas y se le asigna un material deportivo a cada uno de ellos (balones medicinales, pelotas fitball, colchonetas, etc) en cada material habrá relación entre el peso que cueste transportarlo con la dificultad de reciclarlo o de la degradación de manera natural en la naturaleza. También se elaboran tarjetas para asignar la tarea a cada grupo. En cada tarjeta se les asignará el tipo de residuo, simbolizado con el material deportivo, que tienen que recoger .

Proponemos unas preguntas para que los alumnos contesten al final de la sesión, y luego comprobaremos si han aprendido algo al final de la segunda sesión. Las preguntas son las siguientes:

- ¿Qué es la separación de residuos?
- ¿Crees que todos los materiales se degradan a igual velocidad?
- ¿Realizas alguna separación de residuos en tu casa?
- ¿Qué consecuencias medioambientales tiene no reducir el consumo de materiales, reutilizar o separar residuos?

## **SESIÓN Nº2: REALIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD.**

Se establecen grupos de 2, 4, 6, 8 y 10 personas aproximadamente (pueden elegirlos ellos). El objetivo por el que se van a encuadrar en diferentes grupos es para que experimenten la diferencia de dificultad de trabajar en parejas o en distintos grupos en la separación de residuos, simbolizando así que realizar este tipo de tareas en sociedad experimentaría mayores beneficios que hacerlo uno solo. Algunas personas representarán la figura de observador, no participan en el juego de los equipos sino toman nota de las reacciones e interacciones dentro y entre los grupos.

A cada uno de los 5 grupos se le asignará una tarjeta (colilla, chicle, botella de plástico, vaso de plástico, pilas). Asignamos, a su vez, un material concreto en función de cada residuo acorde al tiempo que tarda la naturaleza en biodegradarlos y transformarlos.

1. Colilla de cigarrillo (2 años): Pelotas de tenis
2. Chicle masticado (5 años): Balones de voleibol
3. Botellas de plástico (de 100 a 1000 años): Colchonetas azules
4. Vasos y platos desechables 1000 años): Colchonetas verdes
5. Pilas (más de 1000 años): Balón medicinal 5kg

**Objetivo del juego:** Según la plantilla no hace falta poner objetivo del juego sino simplemente Actividad + el número que le corresponda. Faltaría algún juego de calentamiento que si pudiera ser tuviera que ver también con los objetivos de la unidad o de la sesión

Una vez se entrega la tarjeta cada grupo tiene que traer todo el material, que se encuentra repartido por todo el pabellón, en el menor tiempo posible. Al tratarse de grupos, es obligatorio que realicen el transporte de los materiales en grupos de dos, no podrá salir el siguiente grupo hasta que hayan depositado el material en las cartulinas asignadas para cada residuo.

**Variante del juego:** Se realiza con un compañero con un antifaz y el otro guiándole por dónde ir.

Se van variando las tarjetas y los grupos (con esto conseguimos empatizar con diferentes residuos y diferentes formas de trabajo.

### **Conclusiones y reflexión:**

Una vez realizada la actividad, se hace una puesta en común, que comenzará con la participación de las observadoras, que narraran lo que han observado.

A continuación hacemos un análisis con preguntas concretas

¿Qué material nos ha costado más transportar? ¿Qué representa?

¿Cuál ha sido el material más sencillo de recoger? ¿Qué representa?

¿Qué conclusiones sacas del juego que hemos realizado respecto a la separación de residuos teniendo en cuenta la dificultad de transporte de los mismos?

¿Qué diferencia hemos notado de trabajar por parejas a trabajar en grupos de diez personas?

¿Qué conclusiones sacas del juego que hemos realizado respecto a la diferencia de tiempo y esfuerzo empleado trabajando en grupos reducidos o en grupos amplios?

¿Qué estás dispuesto a hacer para revertir esta situación?

**Proyección de ppt Residuos 3R, pp. 8-17**

**5. LAS ACCIONES INDIVIDUALES SON IMPORTANTES, PERO LAS COLECTIVAS SON LAS VERDADERAMENTE PODEROSAS PARA CAMBIAR LAS COSAS Y REVERTIR LA SITUACIÓN.**

## **5.1. SESIONES 3 Y 4. TODO EL MUNDO TIENE DERECHO A SATISFACER SUS NECESIDADES.**

### **Objetivos de la sesión y competencias:**

- Concienciar al alumnado de la diversidad social existente en la sociedad
- Empatizar con las personas que tienen menor número de recursos económicos
- Conocer cómo las intervenciones en un lugar afectan a otros lugares muy distantes (ej: consumo de soja en países desarrollados afecta a la masa forestal de las selvas amazónicas)
- Entender la necesidad de acciones a gran escala, aún valorando las que se realizan a pequeña escala (ej: bicibus está bien pero se necesita algo a mayor escala) Quizás estos objetivos son muchos para la sesión, no?

### **5.1.SESIÓN 3: Encuadre de la actividad.**

La sesión se va a realizar en el aula, va a ser una actividad a modo debate. Se pondrán las mesas en círculo para que los alumnos se puedan ver unos a otros. El profesor va a realizar una serie de preguntas en la clase anterior para que los alumnos reflexionen. Una vez están colocados se vuelve a recordar las preguntas y se va a iniciar un debate entre los alumnos en el que habrá distintos puntos de vista. La idea es que exista una profundización en el asunto que nos ocupa.

Las preguntas que van a servir como hilo conductor del debate son las siguientes:

- Existen personas de distintos sexos, de distintas capacidades físicas y psíquicas, de distinta raza, de diferente clase social...¿Crees que todas las personas son iguales?
- ¿Crees que todas las personas deben ser tratadas por igual?
- ¿Colaboráis tú o tu familia con alguna asociación que ayude a otras personas?
- ¿Realizas algún tipo de colaboración personal ayudando a alguien?
- ¿Qué pensarías si hubieras nacido en un país del tercer mundo?

### **5.2. SESIÓN 4: Desarrollo del juego:**

Establecemos una serie de situaciones que nos van a ayudar a empatizar con situaciones de desigualdad social.

Elaboramos tarjetas con distintas situaciones de desigualdad social:

- Deshidratación se simboliza realizando el circuito sin beber ni durante ni al final del circuito.
- Desnutrición se simboliza no comer una barrita al final del circuito.
- Pobreza se simboliza haciendo el circuito descalzo.
- Racismo se simboliza llevando un pie atado al del compañero, o los dos pies o manos atadas, ....

Se realiza un circuito (8 postas, con 1 minuto en cada ejercicio) en el que cada grupo está en una estación diferente. Cada grupo representa una situación de desigualdad social. Cada uno tiene una dificultad en su circuito que simboliza la exclusión social existente.

Algunas personas representarán la figura de observador, no participan en el juego de los equipos sino toman nota de las reacciones e interacciones de los participantes.

Una vez realizado el primer circuito un grupo no puede beber agua, otro no comerá barrita, otro continuará descalzo y el último irá con un compañero atado a la mano todo el rato. Una vez realizado un descanso de 3 minutos se realiza la segunda vuelta si diera tiempo, si no se mantienen los roles hasta el final de la clase.

Durante la realización del ejercicio es importante el rol que desempeña el profesor. Va a tener que ser injusto con el grupo de racismo, haciéndole repetir alguna parte del circuito. Ignorará a la pobreza y desnutrición, impidiendo comer y beber a los alumnos que tengan el rol de la desnutrición al final del circuito. El circuito a realizar tendrá los siguientes ejercicios:

- Carrera continua
- Abdominales isométricos (plancha, lumbar y lateral)
- Saltos a la comba
- Saltos con bancos suecos
- Estiramientos
- Ejercicios de fuerza de brazos y piernas por parejas
- Coordinación y frecuencia en la escala
- Isométrico de cuádriceps (sentadilla en la pared)

### **Conclusiones y reflexión:**

Una vez realizada la actividad, se hace una puesta en común, que comenzará con la participación de las observadoras, que narraran lo que han observado.

- ¿Qué dificultades has notado haciendo el circuito en función del rol que tenías asignado?
- ¿Has notado algún tipo de trato discriminatorio respecto a los demás grupos?

- ¿Qué conclusiones puedes sacar de la realización de este circuito? ¿Te has puesto en la piel del rol que estabas desempeñando?
- ¿Cómo te sentirías si esta sensación que has tenido se repitiera todos los días?
- ¿Qué estás dispuesto a hacer para revertir esta situación?