



GUÍA DOCENTE

DENOMINACIÓN-TÍTULO

Uso de la aplicación Strava en Educación Física

JUSTIFICACIÓN

La docencia de la actividad física no se debe quedar en el aula y hay que llevar los objetivos de movimiento corporal y salud a la vida diaria, es decir, hay que convertir la práctica de actividad física en un hábito. Para ello, existen aplicaciones que nos facilitan esa tarea a los docentes de Educación Física. El aprendizaje y uso de ellas se hace una herramienta fundamental hoy.

PONENTE

Alberto Bravo Sánchez Nº colegiado 63.610

Licenciado en CAFYD por la Universidad Politécnica de Madrid (UPM) de la promoción 1999-2004. Profesor de Educación Física desde 2006. Triatleta de élite. Entrenador de deportistas de resistencia.

OBJETIVOS

General Aprender todas las posibilidades de la app Strava (o similares) en la asignatura de Educación Física, tanto en el aula como fuera de ella.

Específicos 1. Fomentar el trabajo en equipo con proyectos/logros cooperativos de actividad física (tanto en volumen como intensidad). 2. Lograr motivación del alumnado al ver reflejado los recorridos que hacen en un mapa, los kilómetros realizados, las calorías gastadas y un largo etcétera de informaciones.

3. Convertir el centro educativo en un lugar más saludable.

CONTENIDOS

Strava: datos básicos, qué es, funcionamiento, utilidades...

Práctica de actividad física (variadas) usando la aplicación.

Posterior análisis de los datos de las actividades físicas realizadas.

Ejemplos de proyectos educativos interdisciplinares usando Strava.

METODOLOGÍA

Se realizará una presentación/exposición de la aplicación, sus usos y se expondrán una serie de retos, a través de los cuáles y de una forma práctica, el alumnado alcanzará el dominio de los contenidos.

Tras ello, habrá una puesta en común, matizando y reflexionando sobre los usos de la aplicación y los contenidos del curso.

Por último, se plantearán una serie proyectos a realizar de forma conjunta, contando también con una puesta en común, reflexión y evaluación.

COMPETENCIAS

Intra e interpersonal, Trabajo en equipo, Digital y Social-relacional

EVALUACIÓN

Requisitos: asistencia al 85% del tiempo presencial y la entrega del proyecto de aplicación.

Procedimiento de evaluación: proyecto o iniciativa con la aplicación 'Strava' para un centro docente.

Criterios de evaluación: Creación de la cuenta Strava. Subida y análisis de las actividades realizadas.

Calificación: Apto o no apto



RECURSOS NECESARIOS

Material o equipamiento necesario:

- Teléfono móvil o reloj inteligente (con GPS) Mejor ambos objetos.

ORGANIZACIÓN

Lugar y ubicación: mediante plataforma online.

Fechas: lunes 8 y 15 de noviembre de 2021.

Horario y duración: 10 horas, de las cuales 8 son presenciales repartidas en dos días de cuatro horas cada uno. Las dos horas restantes corresponden al desarrollo del proyecto o iniciativa.

Distribución horaria de contenidos:

Lunes, 8 de noviembre, tarde (16.30-20.30h.):

30 minutos: Presentación Strava, datos básicos, registro.

1 hora 30 minutos: Funcionamiento, utilidades en Educación Física.

2 horas: Retos, actividades y proyectos didácticos con la aplicación.

Lunes, 15 de noviembre, tarde (16.30-20.30h.):

2 horas: Análisis de datos (ritmos, gráficas, frecuencia cardiaca, tablas de clasificación, etc.)

2 horas: Conclusiones y análisis de los proyectos y actividades didácticas.

DESTINATARIOS

Docentes de Educación Física.

Otro profesorado interesado.

SELECCIÓN

Número de plazas: máximo 30.

Criterios:

- 1º. Orden temporal.
- 2º. Colegiados.
- 3º. Otros.

Notificación:

Los interesados recibirán un correo electrónico en el que se les informe de la adquisición provisional de una plaza o de su incorporación en la lista de suplentes. Una vez finalizado el plazo de inscripción, solo los solicitantes con plaza provisional serán notificados mediante correo electrónico para que confirmen su plaza. En caso de que alguien con plaza provisional la rechace o desista (no comunique su rechazo en 24 horas), las personas en lista de espera serán notificadas según los criterios de selección.

CERTIFICACIONES

La expedición de certificado se realizará a la finalización de la actividad formativa, tras la evaluación final realizada por los responsables de la propuesta formativa.

Se entregará a los asistentes un certificado expedido por COLEF Castilla y León por la asistencia. Posteriormente la Consejería de Educación inscribirá en el registro personal del docente la realización y superación, en ese caso, de esta actividad.

INSCRIPCIÓN

Gratuita para colegiados, precolegiados y docentes de la Consejería de Educación.

[Formulario](#) de inscripción.



COLEF CASTILLA Y LEÓN

Colegio Oficial de Licenciados en
Educación Física y en Ciencias de
la Actividad Física y del Deporte de
Castilla y León

RESPONSABLES

Director: Cristina Vaquero Matías

Coordinador: Javier Díaz del Río

Ponente: Alberto Bravo Sánchez