

En grupos de 4 o 5 personas, una vez que hayan consultado los recursos, los alumnos y las alumnas deberán grabarse en un vídeo en el que tendrán que explicar cuál es la postura recomendable cuando se usa el ordenador. Tendrán que intentar que el enfoque o formato sea lo más creativo y original posible (por ejemplo: programa informativo, spot publicitario, etc.).

Cuando esté terminado, mostrarán el vídeo al resto del grupo. Finalmente, comentarán entre todos en qué medida puede repercutir en sus vidas una mala postura cuando usan el ordenador. En esta última parte de la actividad el profesor intentará motivar al alumnado, promoviendo su participación y guiando la puesta en común hacia los puntos clave del tema tratado en esta actividad.

La presente webquest puede visitarse en la siguiente dirección:

<http://webquest.carm.es/majwq/wq/ver/18938>



La temporización de esta actividad se estructura de la siguiente forma:

- Consulta de enlaces a recursos y elaboración del vídeo: 1 hora (consulta en aula de Informática y grabación fuera del horario lectivo, en casa).
- Proyección de todos los vídeos: 30 minutos (en aula de audiovisuales).
- Puesta en común: 20 minutos (en aula clase).

Actividad 10

Webquest «Si no tienes una buena postura, puedes sufrir una tortura»

A través de esta webquest, se pretende que el alumnado repase cuáles son las principales lesiones que puede acarrear el no mantener una buena postura.

En grupos de 4 o 5 personas, una vez que hayan consultado los recursos, tendrán que realizar una presentación de PowerPoint en la que se plasmen las características principales del tipo de lesión derivada de una actitud postural incorrecta en un determinado caso (bipedestación, sentados, tumbados, transportes y cargas, uso del ordenador, etc.). Cada grupo se encargará de un caso en concreto, que el profesor o la profesora adjudicará antes de comenzar la actividad.

Una vez que lo hayan terminado, expondrán su trabajo al resto de la clase. Tras esto, comentarán con el resto de estudiantes (a modo de debate o puesta en común) si en sus vidas cotidianas realmente cumplen con las pautas posturales que han mencionado en la exposición o no, y la importancia de llevarlas a cabo.

En esta última parte de la actividad, el o la docente intentará motivar al alumnado, promoviendo su participación, guiando la puesta en común hacia los puntos clave del tema tratado en esta actividad.

La presente webquest puede visitarse en la siguiente dirección:

<http://webquest.carm.es/majwq/wq/verp/18940>



La temporización de esta actividad se expone a continuación:

- Consulta de enlaces a recursos y elaboración de la presentación en PowerPoint: 1 hora (en aula de Informática).
- Exposición de todos los grupos: 30 minutos (en aula de audiovisuales).
- Puesta en común: 20 minutos (en aula clase).

Actividad 11

Página web: encuestas y participación en los foros

Para el enriquecimiento de la presente unidad didáctica, se ha elaborado una pequeña página web relacionada con los asuntos tratados. Su intención es la de servir de introducción al contenido de la actitud postural para los alumnos y las alumnas, así como ofrecerles un recurso de apoyo o consulta a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje en el caso de que lo necesitaran. Los contenidos que en ella se pueden encontrar han sido extraídos fundamentalmente del libro Educación postural, escrito por José María Pazos y José Luis Aragunde.

Se pretende fomentar su participación habilitando tres secciones que permitan una mayor interacción entre el alumnado y el profesorado: un foro en el que puedan expresar sus opiniones, una sección de encuestas que será renovada periódicamente (así como un análisis de los resultados que cada una de ellas arroje) y, por último, un apartado de contacto a través del cual el alumnado podrá comunicarse directamente con el profesor o la profesora para resolver dudas o cualquier problema que pudiera surgir durante el transcurso de la unidad didáctica.

Asimismo, estas tres secciones serán tenidas en cuenta para llevar a cabo la evaluación del alumnado. En concreto, se valorará su participación, las actitudes que reflejen sus aportaciones y los aspectos de corte conceptual a los que hagan referencia.

Esta página web puede ser consultada en la siguiente dirección: <http://cuidatupostura.es.tl/>



La temporización viene determinada por el nivel de participación en los foros de la página web: variable, en función de la dedicación que le preste cada estudiante (en el aula de Informática y fuera del horario lectivo).

