

LÍNEA TEMPORAL

WARMING UP

S1

¿QUÉ ES EL CALENTAMIENTO?

Tarea: Introducción al calentamiento y activación de conocimientos previos.

Agrupamiento: Gran grupo / individual.

Espacio: Aula y pista.

Herramientas digitales: Google Classroom, presentación interactiva, vídeos cortos.

Recursos técnicos: Proyector, altavoces.

Objetivo para el alumnado: Comprender qué es el calentamiento y por qué es importante.

S2

PARTES CUERPO



Tarea: Identificación de músculos, articulaciones y partes del calentamiento.

- Agrupamiento: Individual y pequeños grupos.
- Espacio: Aula y pista.
- Herramientas digitales: Wordwall / Quizlet, Google Classroom.
- Recursos técnicos: Tablets o móviles del centro.
- Objetivo para el alumnado: Relacionar ejercicios con partes del cuerpo usando vocabulario en inglés.



LÍNEA TEMPORAL

WARMING UP

S3 DISEÑAMOS NUESTRO CALENTAMIENTO

Tarea: Diseño guiado del calentamiento por parejas.

- Agrupamiento: Parejas.
- Espacio: Aula.
- Herramientas digitales: Google Docs compartido, Padlet de recursos.
- Recursos técnicos: Ordenadores o tablets.
- Objetivo para el alumnado: Planificar un calentamiento sencillo y estructurado.



S4 GRABAMOS EL VÍDEO

Tarea: Grabación del producto final en inglés.

- Agrupamiento: Parejas.
- Espacio: Pista / gimnasio.
- Herramientas digitales: Cámara del móvil o tablet, editor de vídeo sencillo.
- Recursos técnicos: Dispositivos móviles del centro.
- Objetivo para el alumnado: Ejecutar y explicar un calentamiento completo en inglés.



LÍNEA TEMPORAL

WARMING UP

S5 VEMOS, EVALUAMOS Y REFLEXIONAMOS

Tarea: Visionado de vídeos, autoevaluación y reflexión final.

- Agrupamiento: Individual y gran grupo.
- Espacio: Aula.
- Herramientas digitales: Google Classroom, Google Forms.
- Recursos técnicos: Proyector.
- Objetivo para el alumnado: Reflexionar sobre su aprendizaje y el uso de la tecnología.