

Cómo leer este libro

Estimado lector, a partir de este momento te voy a pedir que me consientas tutearte. Entiendo que somos colegas y que queremos aprender juntos compartiendo y reflexionando sobre nuestros desafíos ¿o no?

Como ya te he avanzado, este libro es la narración de diversas experiencias prácticas e innovadoras, acompañadas de un imprescindible sustento teórico. Por eso, te recomendaría que no veas esta obra como un manual, en el sentido de que haya que leerlo de una vez y guardarlo en la biblioteca de tu despacho.

Si quieres un itinerario bien organizado puedes leer este libro de principio a fin. Pero si, por el contrario, eres más proclive a hacer trayectos cortos pero prácticos, da saltos por los diferentes apartados del libro. Es más, si prefieres examinar estas páginas con soltura, buscando consejos concretos, te propongo otra forma de leerlo: debes seguir los diversos enunciados de cada apartado (señalizados con iconos) y centrarte en aquellos que sean de tu interés.



Icono Experiencia innovadora

Experiencia innovadora

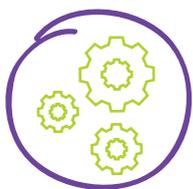
Este primer símbolo representa el relato de **experiencias** prácticas **innovadoras**, es decir, modos y maneras que se han puesto en marcha en situaciones auténticas por profesores y profesoras innovadores. Recorrerás por distintas situaciones reales, del día a día, descubrirás la forma en que los docentes intervienen y se relacionan con su alumnado.



Icono Conceptos y fundamentos

Conceptos y fundamentos

Este segundo símbolo representa los **conceptos**, **fundamentos** y razones que sustentan cada acción práctica llevada a cabo. Conocerás las teorías que sirven de sostén a las diferentes propuestas de transformación. Aquí sabrás los porqués, las investigaciones y las evidencias que los han llevado a tomar una decisión en lugar de otra. Muchas de ellas son transformadoras y desvelan grandes incógnitas del aprendizaje y de la complejidad del ser humano.



Icono Procedimiento
o proceso

Procedimiento o proceso

El tercer símbolo representa el **procedimiento** o **proceso** utilizado. Descubrirás las estrategias y herramientas que la educación del s. XXI utiliza para hacer realidad el cambio en su día a día. Te ayudaré a conocer el cómo, los métodos y procesos didácticos de aplicación.



Icono Acción
¿Cómo empezar
con mi Educación
Física?

Acción ¿Cómo empezar con mi Educación Física?

Este símbolo representa el **cómo puedes empezar con tu Educación Física**. Aquí descubrirás propuestas para que tú mismo puedas tomar la iniciativa y actuar en tu escuela. Te mostraré ejemplos de actividades que puedes aplicar en tu centro educativo en cualquier momento. Son pequeñas pautas, rutinas, directas y sencillas, que te ayudarán a llevar a tu práctica real lo leído.



Icono Bibliografía
para saber más

Bibliografía para saber más

El quinto símbolo representa las obras o **bibliografía para saber más** que -a mi modo de entender- complementan, en la literatura existente, el conocimiento del tema tratado. Son obras que te estimularán a la innovación y te darán pautas a seguir para llevar a la práctica tus propuestas de cambio.

Ahora ya puedes elegir cómo llevar a cabo la lectura de este texto, pero no te quedes solo con las palabras, actúa. ¡No lo dudes! ¡Lánzate a la apasionante aventura de innovar tras su lectura! Toma la iniciativa, es la única forma de abrazar la identidad de esta obra. Todo ello te va a preparar para iniciar una fantástica travesía por las innovaciones educativas y didácticas que te servirán para construir tu propia Educación Física XXI ¡Manos a la obra!

- Las conexiones que el cerebro percibe como más necesarias y que, por lo tanto, también mantiene más bien fijadas e integradas, son aquellas que incorporan aspectos emocionales, dado que las **emociones** se relacionan directamente con la supervivencia. Por eso los aprendizajes emocionales son mucho más significativos que los no emocionales.

Lo que equivale a decir que se deben utilizar estrategias educativas que generen emociones “positivas” para que, de forma preconsciente, se asocie aprendizaje y placer.

- El número y la calidad de las conexiones neurales que sustentan los aprendizajes dependen del **uso** que se haga del cerebro.

Es decir, un niño o un adolescente estimulado, pero jamás sobreestimulado, que pueda decidir, examinar, evaluar, relacionar, memorizar, buscar novedades, etc., y que sienta la necesidad motivacional de hacerlo, establecerá ya de inicio un mejor sustrato neuronal para ir fijando los nuevos aprendizajes.



- El cerebro se ha adaptado a vivir en **sociedad** y a aprender de la sociedad y dentro de la sociedad, donde cada individuo aporta una parte de sí mismo a la supervivencia del grupo. Por eso los aprendizajes **cooperativos** y **colaborativos** son más significativos para los estudiantes e implican activación de muchas redes neuronales.

O, dicho de otro modo, debemos favorecer en lo posible los aprendizajes colaborativos y cooperativos, lo que no significa establecer grupos en los que sus miembros hagan lo mismo, sino que cada persona o subgrupo debe aportar una parte imprescindible para el conocimiento final.

- Las **novedades** y las **sorpresas** inesperadas captan la atención mediante un mecanismo automático del cerebro que permite centrar los pensamientos y las respuestas en el problema planteado.