

BACHILLERATO Y NUESTROS MAYORES: UNIDOS POR LA EDUCACIÓN FÍSICA

Raquel del Val Ferrer

IES La puebla de Alfindén



Desde hace ya unos años la materia de Educación Física se ha ido adaptando a la evolución de la sociedad, de manera que sus contenidos van más allá de la adquisición y el perfeccionamiento de las conductas motrices. Entendemos que la Educación Física busca el desarrollo integral de la persona, incidiendo así tanto en el desarrollo de los aspectos motrices como cognitivos y de relación interpersonal.

La preocupación por la salud y la importancia que ésta tiene en nuestras vidas tiene mucho que ver con la Educación Física. Es por ello, que se debe dar a conocer a nuestro alumnado los beneficios de la práctica habitual de actividad física para que adquiera conocimientos, competencias y hábitos prácticos saludables. Y, para tal fin, no hay mejor metodología de trabajo que la experimentación.

Pero nuestro proyecto no solo busca experimentar, sino también dotar al currículum de “significatividad” por medio del diseño y puesta en marcha de proyectos que, como este, suponen relacionar la comunidad educativa con el entorno social del municipio.



Por otro lado, la adolescencia es una etapa complicada en la que los jóvenes suelen considerar su realidad como la única realidad, estando poco interiorizada la capacidad de “empatía”, y más en los tiempos que corren. Ver más allá; vivir más allá de ese “micro mundo” adolescente es la esencia de este proyecto currículum aunado con la idea de hacer significativo el currículum y extrapolarlo a una acción y bien social.

Para ello el alumnado voluntario de Bachillerato del IES La Puebla de Alfindén junto con su docente de Educación Física, Raquel Val, creamos, elaboramos y llevamos a cabo un programa de ejercicio físico funcional para las personas de la residencia de mayores de la localidad de la Puebla de Alfindén. Humanidad, cariño, complicidad y sonrisas llenas de entusiasmo y satisfacción fueron los principales protagonistas de este proyecto de 8 sesiones.



El alumnado tuvo una gran experiencia y vivencia, asegurando que habían disfrutado mucho y les encantaría repetir la experiencia.



De momento, seguiremos visitando a este grupo de personas que nos han robado el corazón.



Gracias al alumnado de Bachillerato del IES La Puebla de Alfindén por su trabajo e implicación; a las familias por su confianza; a estos encantadores mayores por su entusiasmo y participación; al equipo directivo del centro por su apoyo; al Ayuntamiento de La Puebla de Alfindén por su colaboración y aportaciones; al equipo de la residencia El Moreral y a Isabel, fisioterapeuta de la residencia que en todo momento nos ha ayudado en todo lo necesario