



**ANIPPE**  
**SINDICATO INDEPENDIENTE**



**MADRID**

# ¿Quién es Félix Garrido?

Un maestro de Educación Física con 30 años de trayectoria docente, 12 cursos escolares en un centro de titularidad privada, coordinando, además, las actividades extraescolares y centrando su labor en la especialidad de Educación Física especialista en natación y 18 cursos escolares, hasta la actualidad, como funcionario docente.

Ha desempeñado diferentes cargos de responsabilidad en su trayectoria profesional y deportiva (entrenador, preparador físico, coordinador deportivo, gerente de un club...)

En la docencia pública ha sido maestro tutor, especialista, director de un centro educativo, tribunal de oposiciones, ponente...

Actualmente y felizmente ha vuelto a ser MAESTRO ESPECIALISTA EN EDUCACIÓN FÍSICA y está dispuesto ayudaros desde su experiencia.

**¡PREPÁRATE PARA  
BRILLAR EN LAS  
OPOSICIONES DE  
MAESTROS DE  
EDUCACIÓN FÍSICA!  
Consejos efectivos.**

# ¡BIENVENIDOS!

- ❑ A la profesión más bonita del mundo.
- ❑ Vocación de servicio público.
- ❑ El proceso selectivo no determina quien es el mejor docente.
- ❑ Son muy importantes las formas y los detalles.
- ❑ Son 60/65 plazas y una es TUYA.



# Fases del proceso

- El proceso es una oposición en sí misma.
- Todas la fases hacen criba. Somos un cuerpo de élite.
- Matrícula.
- 1ª PRUEBA (10)
  - A (**Prueba Práctica**) (10) 70% de la nota (al menos un 2,5)
    - A1 (**Prueba común**) tiempo 1h.30 30% de la nota
    - A2 (**Ejercicio práctico**) tiempo 1h.30 70% de la nota
  - B (**Temario**) tiempo 2h. 30% de la nota (al menos un 2,5)
- Entrega de la programación.
- 2ª PRUEBA (10) 1h. de preparación y 1h. de exposición.
  - A (**Defensa de la programación**) tiempo 20 min 30%
  - B (**U.P.D.**) tiempo 30 min 70% de la nota
  - **Debate**/preguntas 10 min.

# PRIMERA PRUEBA

**A1 (Prueba común)** 1h 30min. 30% del total de la nota de la parte A

Practica los exámenes anteriores o busca ejercicios similares.

Puedes usar las Pruebas de Conocimientos y Destrezas Indispensables de 6º de Primaria.

**Analizando los cuatro exámenes podemos llegar a las siguientes conclusiones:**

Hay una pregunta de análisis sintáctico y/o análisis morfológico.

Un texto literario del que se extraen palabras para definir.

Hay alguna pregunta sobre análisis verbal.

Hay ejercicios de fracciones, porcentajes y decimales.

Hay ejercicios de operaciones combinadas.

Hay un ejercicio o problema sobre medición y/o cambio de unidades.

Hay ejercicios de geometría como cálculo de áreas, perímetros,...

Puede haber ejercicios sobre números romanos y/o escalas.

# PRIMERA PRUEBA

**A2 (Ejercicio práctico) 1h 30min. 70% de la nota de la parte A (en base a convocatoria)**

**1. Fundamentación del supuesto práctico. Marco legislativo, marco teórico, contextualización .. 2 puntos**

1.1. Marco legislativo.

1.2. Marco teórico en el que se puede situar el supuesto práctico.

1.3. Contextualización del caso (localización, características del centro, del alumnado, ...).

**2. Conocimientos técnico-científicos. Planificación y organización, trabajo en equipo, atención a las diferencias individuales del alumnado ..... 6 puntos**

2.1. Correlación de los elementos del currículo con el caso propuesto. Dominio de habilidades técnicas actuales e innovadoras.

2.2. Respuesta educativa y atención a las diferencias individuales del alumnado

2.3. Coordinación con el equipo de profesionales del centro. Relación con las familias.

2.4. Citas y bibliografía referidas al supuesto.

**3. Redacción, escritura, orden ..... 2 puntos**

3.1. Presentación y legibilidad.

3.2. Concreción de la respuesta a las cuestiones planteadas.

3.3. Rigor y coherencia del planteamiento.

# PRIMERA PRUEBA

## **Ejemplo de resolución del ejercicio práctico.**

Como profesor de Educación Física. ¿Cómo incorporaría la respiración y relajación a sus clases?

Es usted profesor/a de Educación Física en un colegio de 2 líneas de Primaria e Infantil. Recientemente se ha incorporado un alumno inmigrante de 11 años que no entiende muy bien el español. ¿Qué medidas tomaría para su integración durante una sesión de coordinación general?

La resolución del supuesto debería tener los siguientes puntos:

**Introducción.** Según el marco normativo que determina este proceso selectivo la R. de 1 de febrero de 2024, Vamos a proceder a responder a las cuestiones solicitadas basándonos en la normativa vigente a nivel de nuestra comunidad de Madrid L.O.3/2020, de 29 de dic. que regula el currículo...

**Si es una Unidad didáctica** (Sigue el esquema de la U.D.) **o Si es un caso con preguntas** contéstalas toda en base a temario y normativa vigente.

**Conclusión.** Resumen, opinión personal y alguna cita.

**Bibliografía y Webgrafía.**



# PRIMERA PRUEBA

**B. (temario) 2h. 30% de la nota de la primera prueba (en base a convocatoria)**

**1. Estructura, desarrollo y organización del tema ..... 2 puntos**

- 1.1. Esquema, índice e introducción.
- 1.2. Desarrollo completo, equilibrado y coherente.
- 1.3. Estructuración, orden y conclusión.
- 1.4. Ajuste a la normativa vigente.

**2. Conocimientos técnico-científicos del tema, contenidos ajustados y profundización ..... 6 puntos**

- 2.1. Presencia de conocimientos técnicos y científicos actualizados en todos los epígrafes.
- 2.2. Utilización de un vocabulario técnico adecuado.
- 2.3. Contenidos ajustados a los enunciados.
- 2.4. Relación con la práctica docente. Enfoque interdisciplinar.
- 2.5. Profundización en el desarrollo.
- 2.6. Citas y bibliografía referidas al tema.
- 2.7. Conclusión final personal y coherente con el desarrollo.

**3. Redacción, escritura y orden ..... 2 puntos**

- 3.1. Correcta redacción y sintaxis del texto.
- 3.2. Correcta presentación y legibilidad del contenido escrito.

# PRIMERA PRUEBA

## B. (Temario)

**TRUCOS:** Los temas deben personalizarse. Esto significa que se deben explicar los distintos contenidos con palabras propias, e incluir opiniones y observaciones personales que demuestren dominio del tema.

1º Agrupa los temas por temáticas y utiliza la misma introducción, conclusión y bibliografía. En la introducción los puedes personalizar y darles tu impronta. Ej. Los temas 8,9,10,11 nos hablan del esquema motor, yo los estudiaría juntos.

2º A estas alturas de la oposición prioriza la buena redacción del ejercicio práctico y practica la lectura de los temas a estudiar todos los días (ten en cuenta que eliges 1 de 3.) Estudia los temas que más te gusten y te motiven.

3º Los temas que prepares que estén muy bien estudiados, no te estudies todos por encima.

4º Haz un resumen o esquema en un folio

5º Cada 3 temas estudiados haz simulacros. Al principio puedes y debes mirar el esquema. Haz sorteo. Guarda los márgenes, la letra y la ortografía desde el primer simulacro. Cronometra el tiempo.

6º Estar pendientes de la última normativa vigente.

# SEGUNDA PRUEBA

**Elaboración de la programación.** (Se programa para un ciclo y las U.D. se reparten por niveles) en base a la convocatoria.

## 1. Aspectos formales.

Portada firmada y no cuenta en el número de páginas, nombre y apellidos en todas la páginas y numeradas.

En A4, por una sola cara en letra Arial de 12 puntos sin comprimir, a doble espacio (excepto en tablas) y márgenes de 2,5 cm: **penaliza hasta 5 puntos.**

Si sobrepase las 60 páginas **penaliza 2 puntos**, las páginas demás no serán valoradas.

Si no cumple con el requisito de elaboración propia, o no tiene un mín. de 15 unid. se valorará 0 puntos

Las U.D. con un índice (recomiendo copia aparte para el tribunal)

## 2. Estructura y desarrollo de los elementos del currículo..... 4 puntos

- a. **Justificación de la secuenciación de las U.D.** por curso y justificación de la organización planteada. Esta justificación consistirá en la argumentación de las razones que han motivado dicha secuenciación y las características generales de las UPD y la relación entre los diferentes elementos curriculares que las componen.
- b. **Tratamiento de los contenidos transversales** con acuerdo a las características del ciclo en el centro seleccionado.
- c. **Métodos pedagógicos** acordados conforme a las características del ciclo y del alumnado en el centro seleccionado y de las actividades/ situaciones de aprendizaje planteadas en las UPD, a fin de favorecer el desarrollo competencial del alumnado.
- d. **Estrategias para una adecuada atención a las diferencias individuales** del alumnado del ciclo para el que se elabore la programación didáctica, del centro seleccionado.
- e. **Criterios de calificación de la programación**, entendidos como el valor que se otorga a cada unidad de programación didáctica en la calificación del área seleccionada a fin de informar a las familias.

# SEGUNDA PRUEBA

Elaboración de la programación. (Se programa para un ciclo y las U.D. se reparten por niveles) en base a la convocatoria.

**3. Otros aspectos a tener en cuenta ..... 2 puntos**

- 3.1. Presentación, originalidad (elaboración propia) y planteamientos innovadores.
- 3.2. Uso correcto de la normativa que proceda.
- 3.3. Planes y proyectos de centro y TIC.

**4. Exposición oral ..... 4 puntos**

- 4.1. Claridad, orden y coherencia del discurso.
- 4.2. Adecuado uso del lenguaje, precisión terminológica y riqueza de vocabulario.
- 4.3. Seguridad y confianza en la exposición.
- 4.4. Debate (respuestas concretas a las dudas o aclaraciones que precise el tribunal y aportación de datos y argumentos que no hayan quedado claros en la exposición).

## **SEGUNDA PRUEBA** (una copia para cada miembro del tribunal y según guion paginado ir guiando al tribunal)

### **1.A (Defensa de la programación)** tiempo 20 min 30% de la nota de la segunda prueba.

**Presentación: Por ejemplo:** Buenos días/tardes, me llamo... y estoy aquí para defender mi programación didáctica. El área que aborda mi programación es ... y esta orientada a un grupo hipotético de ... de Primaria. No olvidar mencionar que estas dispuesto a responder sus preguntas al final de tu exposición.

**Introducción:** Indicar los puntos que componen tu programación didáctica como objetivos, contenidos, competencias, criterios de evaluación, metodología, recursos, atención a la diversidad, plan de fomento de la lectura (o plan lector),... Se trata de una explicación general y breve, posteriormente pasaras a explicarlos con más detalle en la unidad didáctica. También puedes mencionar brevemente la importancia de programar (**justificación** de porque programar) en la enseñanza y las leyes educativas vigentes (**citas la normativa**) en las que se basa y las teorías de aprendizaje y desarrollo principales.

**Contexto:** Explicar las características hipotéticas del centro y grupo de alumnos que has elegido. También puedes mencionar el año en que se desarrolla la programación didáctica, las salidas extraescolares que pudiera tener programadas el centro (lo normal es una por trimestre) y la duración de las sesiones en el horario escolar.

**Objetivos de la etapa:** Explicar los objetivos de etapa relacionados con el área de tu programación didáctica y de donde salen (LOE y LOMLOE), y para que sirven. Puedes mencionar alguno a destacar para tu programación didáctica.

**Competencias:** Definición, su origen y como vas abordarlas en tu programación. Importancia del aprendizaje competencial.

**Contenidos y criterios de evaluación:** Definición de contenidos, bloques según el área correspondiente. Definir además, los criterios de evaluación y mencionar que estos parten del decreto autonómico correspondiente y su relación con los objetivos. No olvidar mencionar brevemente los elementos transversales.

## **SEGUNDA PRUEBA** (una copia para cada miembro del tribunal y según guion paginado ir guiando al tribunal)

### **1.A (Defensa de la programación)** tiempo 20 min 30% de la nota de la segunda prueba.

**Métodos pedagógicos y recursos:** Mencionar los principios metodológicos generales y específicos del área como partir de lo cercano a lo lejano, de lo conocido a lo desconocido, aprendizaje significativo,... Incluir además como están secuenciadas las sesiones (introducción, desarrollo, consolidación, refuerzo o ampliación, y evaluación) y las unidades didácticas. Y para terminar, este punto los recursos ambientales, personales y materiales (no hace falta que sean todos pero si los que vayas a usar en tu unidad didáctica). También puedes mencionar aquellas actividades fijas durante todo el curso como el cuidado del huerto escolar, la lectura de un capítulo de un libro,... que están relacionados con tu programación.

**Evaluación:** Indicar los momentos de la evaluación y los recursos a utilizar tanto internas como externas. No olvides incluir distintas formas de evaluación (no solo el examen), y no solo para los alumnos. Una de las preguntas que te puede hacer el tribunal luego es como evalúas la propia labor docente, la metodología y los recursos y donde se incluiría al finalizar el año escolar (Memoria Final).

**Atención a las diferencias individuales:** Aquí incluir todas las medidas necesarias para el alumno o alumnos con NEAE que tengas en el aula para llevar a cabo la programación. Y las posibles medidas que pudieras tomar si algún alumno tuviera dificultades de aprendizaje durante el desarrollo de los contenidos (actividades de ampliación, refuerzo, recuperación,...)

**Plan para el fomento de la lectura:** Explicar como incluyes el plan lector en tu unidad didáctica, así como otros elementos transversales (si no lo has mencionado anteriormente).

**Conclusiones:** Podemos finalizar explicando se han tratado de tener en cuenta todas las posibles variables que pudiesen surgir con el grupo de alumnos y destacar su capacidad de adaptación y flexibilidad.

# SEGUNDA PRUEBA

**B Unidad de Programación Didáctica** Tiempo: 30 min 70% de la nota de la segunda prueba

(Criterios de calificación) en base a la convocatoria.

**1. Elementos curriculares ..... 6 puntos**

Cada unidad de programación didáctica incluirá:

- 1.1 Selección de competencias específicas y criterios de evaluación asociados, del área y ciclo seleccionados.
- 1.2 Movilización de contenidos con acuerdo al ciclo (conocimientos destrezas y actitudes) del área seleccionada.
- 1.3 Relación de actividades o situaciones de aprendizaje que, a través de la movilización de los contenidos, contribuyan al desarrollo y /o consecución de las competencias específicas.
- 1.4 Conexión de las actividades con los criterios de evaluación.
- 1.5 Recursos propios y específicos, de acuerdo con las actuaciones planteadas.
- 1.6 Instrumentos de evaluación que permiten valorar el criterio de evaluación y que están conectados con las actuaciones planteadas.
- 1.7 Criterios de calificación asociados a cada instrumento de evaluación.

**2. Exposición y debate ..... 4 puntos**

- 2.1. Claridad, coherencia y orden del discurso.
- 2.2. Adecuado uso del lenguaje, precisión terminológica y riqueza vocabulario.
- 2.3. Concreción en la respuesta a las dudas planteadas por el tribunal.
- 2.4. Seguridad y confianza en la exposición.
- 2.5. Aportación de datos y argumentos que no hayan quedado claros en la exposición.

# UNIDAD DIDÁCTICA.

**Presentación:** Si es necesario volver a saludar y presentarse; y explicar los puntos que consta tu unidad didáctica.

**Contexto:** Recordar las características del grupo y el centro al que pertenece tu unidad didáctica.

**Justificación:** De donde salen los contenidos de la unidad didáctica, su importancia para el aprendizaje (por ejemplo son necesarios para construir otros conocimientos posteriores), fechas en las que se ubica, número de sesiones y cuantas de ellas se desarrollan en el aula de informática o con herramientas TIC, desarrollo evolutivo necesario para adquirir los conocimientos (mencionar las características generales evolutivas que tengan que ver con el área), y que los conocimientos previos, ya que es un caso hipotético están basados en los contenidos que deben saber los alumnos al terminar el curso anterior (es decir, si nuestra programación es de 5º de Primaria, los conocimientos previos serán los contenidos del decreto autonómico de 4º de Primaria)

**Objetivos:** Explicar de donde salen y mencionar alguno si nos lo sabemos.

**Competencias que se trabajan en la unidad:** A desarrollar.

**Contenidos de la unidad didáctica:** A que bloque pertenecen, que incluyen y de donde los hemos sacado.



# UNIDAD DIDÁCTICA.

**Actividades por sesiones:** No olvidar clasificar las actividades en de introducción, desarrollo, consolidación, refuerzo, ampliación y evaluación; así como los recursos, materiales y espacios donde las llevaremos a cabo. (Aquí es donde podemos enseñar los materiales de muestra que hallamos traído). Además de mencionar la importancia de la secuencia, la posibilidad de adaptación y flexibilidad de las actividades; y aquellas actividades en coordinación con otras áreas.

**Metodología específica de la unidad didáctica:** No olvidar decir alguna mención específica al plan lector y a los ejes transversales.

**Evaluación específica de la unidad didáctica:** Por ejemplo si tenemos la rúbrica para enseñar como evaluaremos cierto aspecto de la unidad, podemos mostrarla.

**Conclusión:** Aquí podemos destacar algún aspecto específico de nuestra unidad didáctica, agradecer al tribunal por su tiempo y preguntar si tienen alguna duda sobre tu exposición.

# SITUACIÓN DE APRENDIZAJE. (Pasos a seguir para elaborarla)

**Identificar un centro de interés:** En base a las **necesidades e intereses** de tus alumnos/as.

**Justificar nuestra propuesta:** Explicando **porqué** la has elegido y lo **que pretendes desarrollar** a través de ella.

**Describir el producto final:** Describe de forma ordenada y clara el **reto o tarea** que se pretende **desarrollar**.

**Hacer una concreción curricular:** Realiza una **adaptación** a tu **centro** y a tu **aula**.

**Elaborar la secuenciación didáctica:** Estructura y ordena las **actividades** que se llevarán a cabo.

**Aportar medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales:** Introduce **medidas a nivel de aula**, procurando adecuar las situaciones a todos los alumnos/as.

**Evaluar los resultados y el proceso:** Es **importante** ver si se pueden hacer **cambios** para **mejorar**, o si todo se ha desarrollado tal y cómo se esperaba; y no solo si los **resultados** han sido los esperados tras ese **proceso**.

Todo esto se debe llevar a cabo **teniendo en cuenta que:**

Las **actividades** deben ser **significativas y motivadoras** para nuestros alumnos/as.

El **reto** planteado debe implicar la **movilización integrada** de los **saberes básicos**.

Tiene que ir **alineado** con el método **DUA**. (Diseño Universal de Aprendizaje)

El **aprendizaje** debe ser **permanente**.

Los **recursos** a incluir deben ser tanto **digitales**, como **analógicos**.

# Exposiciones orales (Consejos)

- 1: ¿Cómo ir vestido a la defensa de tu programación didáctica? Será importante la comodidad. Los chicos, pantalón corto NO. Nada de chancas, nada de camiseta sin mangas. A la hora de elegir camisa, mejor una en la que se no marque el sudor. Para las chicas, no recomendamos las minifaldas o las camisetas de tirantes.
2. Cuando entremos a ver al tribunal es muy importante la simpatía, saludar, dar los buenos días. Importante es tratar al tribunal de usted y con amabilidad (aunque estés nervioso). Pedir permiso para las cuestiones oportunas e intentando tener un punto de interacción con ellos.
- 3: A la hora de afrontar la defensa ante un tribunal puedes valerte de un guion o papel. Es importante que practiques con él en casa y te grabes. Cuando estés exponiendo tienes que ser consciente de si te tiembla la mano, por ejemplo, si tienes el papel completamente desplegado se nota más los temblando, mejor doblarlo o ponerlo encima de una mesa.
- 4: Si no sabes muy bien qué hacer con las manos puedes ayudarte a expresar con un bolígrafo con la mano.
- 5: El uso de la pizarra. Ayuda a transmitir confianza y seguridad. Es aconsejable utilizarla para recalcar aspectos importantes de vuestra defensa. Cuidado si tienes mala letra, escribe pocas palabras y en mayúsculas. Cuidado con las frases demasiado largas. No hablar de espaldas al tribunal.
- 6: El uso de TICs es peligroso porque puede generar fallos y te puede dejar expuesto. Si puedes su uso. Si decides su uso no olvides llevarlo descargado y en soporte papel.
- 7: Es recomendable llevar una pequeña mochila en la que llevar con agua y una barrita te ayudará a estar al 100%.
- 8: La bibliografía y conclusión, importante ser claros, concisos y no muy pesado. Utilizar 5 minutos medidos y una frase magistral, tener el tiempo muy medido.



## PLANIFICA TU ESTUDIO

Organiza un **plan de estudio** que incluya tiempo para repasar, practicar y relajarte.

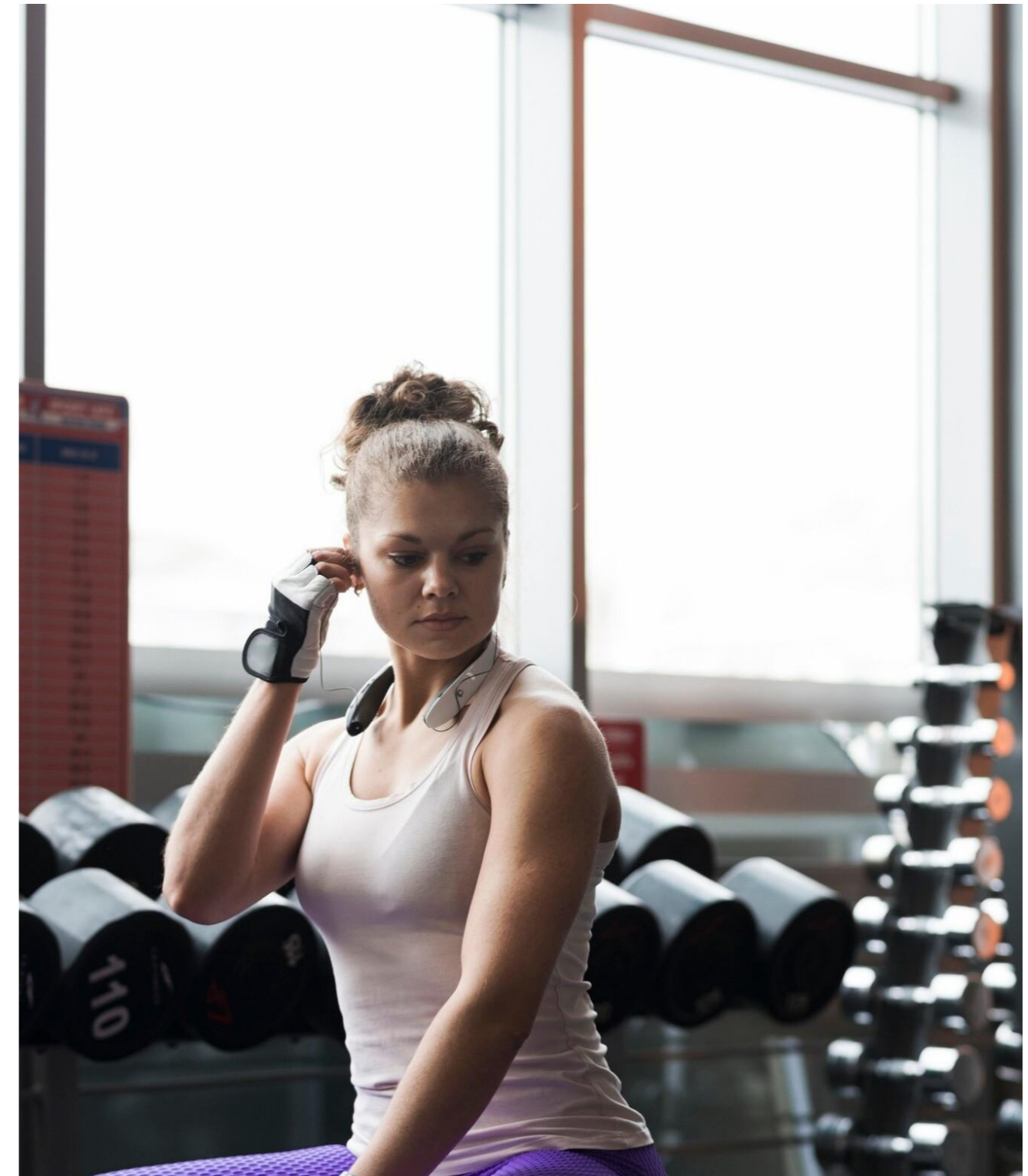
**CUIDADO CON LA NEVERA O EL MÓVIL.**

¡Un buen equilibrio te ayudará a mantener la motivación!

## EJERCITA TU CONOCIMIENTO

¡Pon en práctica tus conocimientos!

Realiza **ejercicios** y simulacros de exámenes para familiarizarte con el formato y ganar confianza. Cuadrarás mejor los tiempos y tendrás mas agilidad a la hora de escribir.





## **CUIDA LOS DETALLES**

1º DNI

2º Varios bolígrafos. (negro o azul)

3º Pañuelos (manos húmedas.)

4º Botella de agua/barrita energética/fruta.

5º Vestimenta.

6º Perfil bajo en las pruebas escritas. Perfil alto en la exposición.



# Cuida tu bienestar

No descuides tu **bienestar**. Descansa lo suficiente, come saludable y realiza actividad física.

¡Una mente y cuerpo sano brillarán en las oposiciones!



## **DOMINA LA EXPOSICIÓN ORAL**

Prepárate,  
**REALIZA SIMULACROS** con la familia, amigos u opositores. Practica respuestas a posibles preguntas y muestra tu pasión. Mira al tribunal cuando hables (a todos)





## VISUALIZA TU ÉXITO

¡Visualiza tu **éxito**! Imagínate superando las oposiciones con confianza y alegría. La mentalidad positiva puede marcar la diferencia.

NO TE DEJES INTOXICAR POR LOS GRUPOS DE OPOSITORES "HACEN MUCHO RUIDO."



## Mantén la calma

Durante las oposiciones, **mantén la calma**. Respira profundo, lee las preguntas con atención y confía en tu preparación. Utiliza todo el tiempo. ¡Tú puedes lograrlo!



## CELEBRA TU ESFUERZO

¡Felicidades! Has completado las oposiciones de Maestros de Educación Física. Reconoce tu **esfuerzo** y disfruta del camino recorrido.



## **SÉ UN MAESTRO BRILLANTE**

Ahora que has superado las oposiciones, no has terminado, acabas de empezar... 1 año de prácticas, 3 años para tener seguridad en ti mismo y nunca se sabe cuando tendrás tu plaza definitiva. Pero con ilusión y con ganas disfrutarás y harás disfrutar a tus alumnos/as.

**¡FELICIDADES!**

**¡Enhorabuena!**

**¡Ahora estás listo para brillar en las oposiciones de  
Maestros de Educación Física!**

**¡Mucho éxito!**