

**ESQUEMA DE TRABAJO DE EDUCACIÓN
FÍSICA 2º CURSO DE PRIMARIA
PROFESORA: EMMA FERNÁNDEZ VILELA**

Materials:

- Roupa e calzado deportivo
- Material deportivo
- Ordenador

Plan de traballo:

En Educación Física, recóllense no Decreto 155/2022 seis bloques de contidos que son os seguintes: B.1 Vida activa e saudable, B.2 Organización e xestión da actividade física, B.3 Resolución de problemas en situación motrices, B.4 Autorregulación emocional e interacción social en situación motrices, B.5 Manifestacións da cultura motriz e B.6 Interacción eficiente e sostible co entorno.

Con carácter xeral, a distribución do traballo das sesións será a seguinte:

1. Fase de información: daremos aos alumnos/as unha breve explicación sobre o que se traballará na sesión, estrutura da clase, organización do material, contidos a traballar.. Terá unha duración aproximada de 5.
2. Fase de animación: xogos e actividades nos que se realizan movementos globais para a activación psicomotriz, cognitiva e afectiva. Preténdese evitar lesións por frío e motivar aos alumnos para realizar eficazmente a sesión. Durará entre 6 a 8´.
3. Fase principal: xogos e tarefas que desenvolven os contidos e se dirixen á consecución dos obxectivos da unidade. É a parte máis importante da sesión e durará uns 30´.
4. Fase de volta á calma: realizaranse actividades de baixa intensidade como xogos sensoriais, de relaxación... que permitan aos alumnos recuperarse dos esforzos da fase anterior e evitar que cheguen cun estado emocional de alteración á clase seguinte. Durará uns 5´.
5. Fase de hixiene e desinfección: levarase a cabo a recollida do material e o alumnado realizará a correcta hixiene de mans para poder volver a aula.

Ao longo das diferentes sesións, estas fases poden ser susceptibles de sufrir algunha modificación.

Contidos por trimestre:

1º Trimestre:

- Xogos de activación, quecemento e volta á calma
- Esquema corporal
- Resolución de tarefas que melloren a toma de decisión en situacións motrices diversas. (Coordinación de accións en situacións cooperativas, adecuación das accións as propias capacidades e limitacións...)

2º Trimestre:

- Expresión corporal
- Desprazamentos de distintas formas
- Técnicas de respiración e relaxación
- Realización de tarefas que melloren a percepción espazo-temporal (xogos de ritmo e traballo en diferentes velocidades)

3º Trimestre:

- Realización de actividades na natureza e no patio
- Deporte e perspectiva de xénero
- Actividades de coordinación global e segmentaria
- Saltos de distintas formas

Instrumentos de avaliación:

BLOQUES DECONTIDO	%	INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN
Vida activa e saudable	10	A observación directa no diaria, e o rexistro anecdótico persoal serán os instrumentos que determinen o grao de consecución dos obxectivos ademais de probas físicas específicas.
Organización e xestión da actividade física	10	
Resolución de problemas en situación motrices	30	
Autorregulación emocional e interacción social en situación motrices	20	
Manifestacións da cultura motriz	10	
Interacción eficiente e sostible co entorno	20	