

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15033101	CEIP Plurilingüe de Outes	Outes	2023/2024

Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación primaria	Educación física	5º Pri.	2	70

Réxime

Réxime xeral-ordinario

Contido	Páxina
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	4
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	6
4.1. Concrecións metodolóxicas	20
4.2. Materiais e recursos didácticos	22
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	23
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	25
6. Medidas de atención á diversidade	27
7.1. Concreción dos elementos transversais	28
7.2. Actividades complementarias	28
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	29
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	30
9. Outros apartados	31

1. Introducción

Contextualización do centro e características do nivel abordado:

O CEIP Plurilingüe de Outes atópase ubicado á beira do Río Tins, dentro do núcleo urbano da Serra de Outes, máis concretamente, na Praza de Galicia.

A este centro acoden os nenos/as de todas as parroquias do Concello. Pero, ademais, asisten os rapaces e rapazas de Couso (Negreira) e de Fontemourente (Mazaricos). Porén, tamén debe terse presente ao alumnado que, por diferentes motivos, acode ao noso centro, a pesares de vivir en Noia ou Ames.

En canto á poboación de Outes dicir que, nos derradeiros anos, mermou moito e, na actualidade, somos só algo máis de 6.000 habitantes no censo poboacional. Polo tanto, ao considerar os 99.7 km cadrados e a poboación dá unha densidade duns 60 habitantes por km cadrado.

No que respecta ás principais actividades económicas da poboación activa citarei as máis relevantes no Concello é a seguinte: industria madeireira, construción, pesca e marisqueo, servizos e agricultura e gandería.

O centro conta con:

- Unidades: 16 (4 en EI e 12 en EP)
- Curso: 5º A- 5ºB
- Nº alumnos/as: 29 (13 nenas e 12 nenos)
- Instalacións: ximnasio, patio exterior, aula usos múltiples da autónoma e zona verde no exterior.
- Xornada escolar: continua (09:50 a 14:50)

Unha vez tratada a contextualización do centro e do nivel educativo a tratar, realizaremos a introdución da área en si. Deste xeito, empezaremos dicindo que a Educación Física, na etapa de Primaria, prepara o alumnado para afrontar unha serie de retos fundamentais que pasan pola adopción dun estilo de vida activo, o coñecemento da propia corporalidade, o achegamento a manifestacións culturais de carácter motor, a integración de actitudes responsables socialmente co ecosistema, ou o desenvolvemento de todos os procesos de toma de decisión que interveñen na resolución de situacións motrices. Todos estes elementos contribúen a que o alumnado sexa motrizmente competente, facilitando o seu desenvolvemento integral, posto que a motricidade constitúe un elemento esencial e indisoluble da propia aprendizaxe.

As competencias establecidas na perfil de saída do alumnado ao remate do ensino básico, na súa adecuación á etapa de educación primaria, xunto cos obxectivos xerais da etapa, concretaron o marco de actuación para definir os obxectivos da área. Este elemento curricular convértese no referente a seguir para darlle forma a unha área que busca ser máis competencial, máis actual e máis aliñada coas necesidades da cidadanía para afrontar os retos e os desafíos do século XXI.

Os obxectivos da área de Educación Física na etapa de Educación Primaria recollen e sintetizan estes retos, abordando a motricidade de forma máis estruturada para darlles continuidade aos logros e aos avances experimentados polo alumnado antes da súa escolarización obrigatoria. O descubrimento e a exploración da corporalidade, esenciais para as actuacións desvolvidas desde o enfoque da psicomotricidade, dará paso a un tratamento máis preciso e en profundidade do corpo, que pretenderá sentar as bases para a adquisición dun estilo de vida activo e saudable que lle permita ao alumnado chegar a consolidar hábitos na etapa de educación secundaria obrigatoria para, posteriormente, perpetualos ao longo da súa vida.

A motricidade, desde a integración dos compoñentes do esquema corporal, desenvolverase no seo de prácticas motrices con diferentes lóxicas internas, con obxectivos variados e en contextos de certeza e incerteza. A resolución de situacións motrices en diferentes espazos permitiralle ao alumnado afrontar a práctica motriz con distintas finalidades: lúdica e recreativa, agonística, funcional, social, expresiva e comunicativa, creativa, catártica ou de interacción co medio urbano e natural.

Para abordar con posibilidades de éxito as numerosas situacións motrices ás que se verá exposto o alumnado ao longo da súa vida, será preciso desenvolver de maneira integral capacidades de carácter cognitivo e motor, sen esquecer as afectivo-motivacionais, de relacións interpersoais e de inserción social. Polo tanto, o alumnado deberá aprender a xestionar as súas emocións e as súas habilidades sociais en contextos de práctica motriz.

Ao mesmo tempo, deberá recoñecer diferentes manifestacións da cultura motriz, como parte relevante do patrimonio cultural, expresivo e artístico, que poden converterse en obxecto de gozo e aprendizaxe. Para iso, haberá traballar a súa identidade persoal e social integrando nela as manifestacións máis comúns da cultura motriz, a través dunha práctica vivenciada e creativa. Isto contribuirá a manter e enriquecer un espazo compartido de carácter verdadeiramente intercultural nun mundo cada vez máis globalizado.

O desenvolvemento de actitudes comprometidas co medio ambiente e a súa materialización en comportamentos baseados na conservación e na sustentabilidade asociarase cunha competencia fundamental para a vida en sociedade que debe comezar a adoptarse nesta etapa.

O grao de desenvolvemento e a consecución dos diferentes obxectivos da área avaliarase a través dos criterios que

constitúen o referente para levar a cabo este proceso. A relación existente entre os criterios de avaliación e os contidos permitirá integrar e contextualizar a avaliación no seo das situacións de aprendizaxe ao longo da etapa.

Os criterios de avaliación e os contidos da área de Educación Física organízanse en seis bloques, para levar á práctica e distintos contextos coa intención de xerar situacións de aprendizaxe variadas.

O bloque 1, "Vida activa e saudable", aborda os compoñentes físico, mental e social da saúde, a través do desenvolvemento de relacións positivas en contextos funcionais de práctica físico-deportiva, incorporando a perspectiva de xénero, rexeitando os comportamentos antisociais ou contrarios á saúde, que poden producirse nestes ámbitos e incidindo na importancia da nutrición san e responsable.

O bloque 2, "Organización e xestión da actividade física", aborda cinco compoñentes diferenciados: a elección da práctica física; a preparación da práctica motriz; a planificación e a autorregulación de proxectos motores; o uso adecuado do material, espazo e instalacións e a xestión da seguridade antes, durante e despois da actividade física e deportiva.

O bloque 3, "Resolución de problemas en situacións motrices", ten un carácter transdisciplinar e aborda tres aspectos clave: a toma de decisións, o uso eficiente dos compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade e os procesos de creatividade motriz. Estes saberes deberán desenvolverse en contextos moi variados de práctica que, en calquera caso, responderán á lóxica interna da acción motriz desde a que se deseñaron os saberes: accións individuais, cooperativas, de oposición e de colaboración-oposición.

O bloque 4, "Autorregulación emocional e interacción social en situacións motrices", céntrase, por unha banda, no desenvolvemento dos procesos dirixidos a regular a resposta emocional do alumnado ante situacións derivadas da práctica de actividade física e deportiva e, por outra, incide sobre o desenvolvemento das habilidades sociais e o fomento das relacións construtivas e inclusivas entre os participantes neste tipo de contextos motrices.

O bloque 5, "Manifestacións da cultura motriz", abarca tres compoñentes: o coñecemento da cultura motriz tradicional, a cultura artístico-expresiva contemporánea e o deporte como manifestación cultural, desde unha perspectiva integradora que inclúa exemplos de persoas e culturas diferentes.

O bloque 6, "Interacción eficiente e sustentable coa contorna", incide sobre a interacción co medio natural e urbano desde unha tripla vertente: o seu uso desde a motricidade, a súa conservación desde unha visión sustentable e o seu carácter compartido desde unha perspectiva comunitaria da contorna.

Pola vital influencia do movemento na aprendizaxe, recoméndase o desenvolvemento de distintas situacións de aprendizaxe que incorporen o movemento como recurso, así como enfoques e proxectos interdisciplinares na medida en que sexa posible. Estas situacións integrarán procesos orientados á adquisición das competencias e deberán enfocarse desde diferentes bloques, evitando centrarse nun de maneira exclusiva e, simultaneamente, desde a articulación con elementos plurais como as diferentes opcións metodolóxicas de carácter participativo, modelos pedagóxicos, o tipo e a intención das actividades expostas ou a organización dos grupos.

Igualmente importante será ter en conta a regulación dos procesos comunicativos, o desenvolvemento das relacións interpersoais e da autoestima, a conversión de espazos e materiais en oportunidades de aprendizaxe e a transferencia do coñecemento adquirido a outros contextos sociais próximos que permitan comprobar o valor do aprendido, aspecto este último clave para unha sociedade xusta e equitativa. Todos estes procesos deben establecerse en función da interrelación dos contidos, do docente, do alumnado e do contexto en que se aplican. Pero, sobre todo, será fundamental ter claro por que e para que se utilizan.

2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, practicando regularmente actividades físicas e deportivas e adoptando comportamentos que potencien a saúde física, mental e social, así como medidas de responsabilidade individual e colectiva durante a práctica motriz para interiorizar e integrar hábitos de actividade física sistemática que contribúan ao benestar.			2-5		2-5		3	

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX2 - Adaptar os elementos propios do esquema corporal, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e as destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións, para dar resposta ás demandas de proxectos motores e de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos da vida diaria.			1	3	4-5			
OBX3 - Desenvolver procesos de autorregulación e interacción no marco da práctica motriz, con actitude emprática e inclusiva, facendo uso de habilidades sociais e actitudes de cooperación, respecto, traballo en equipo e deportividade, con independencia das diferenzas etnoculturais, sociais, de xénero e de habilidade dos participantes, para contribuír á convivencia social e ao compromiso ético nos diferentes espazos en que se participa.	1-5				1-3-5	2-3		
OBX4 - Recoñecer e practicar diferentes manifestacións lúdicas, físico-deportivas e artístico-expresivas propias da cultura motriz, valorando a súa influencia e as súas achegas estéticas e creativas á cultura tradicional e contemporánea, para integralas nas situacións motrices que se utilizan regularmente na vida cotiá.		3				3		1-2-3-4
OBX5 - Valorar diferentes medios naturais e urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con eles, comprendendo a importancia da súa conservación desde un enfoque sustentable e adoptando medidas de responsabilidade individual durante a práctica de xogos e actividades físico-deportivas, para realizar unha práctica eficiente e respectuosa coa contorna e participar no seu coidado e mellora.			5			2-4	1-3	

Descrición:
3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Inicio do curso: presentación; imaxe e percepción; coordinación dinámica xeral.	Nesta UD realizaranse xogos de presentación, por tratarse da primeira do curso, tomaranse as medidas	33	26	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Inicio do curso: presentación; imaxe e percepción; coordinación dinámica xeral.	antropométricas do alumnado e logo empezárase co traballo de aspectos/contidos relacionados coa percepción corporal, espacial, temporal e espazo-temporal. Logo, cara ao remate do trimestre, centrarémolos: na axilidade, na coordinación óculo-manual, na óculo-pédica e /ou na visomotriz.	33	26	X		
2	Habilidades e destrezas motrices.	Nesta UD traballaremos, principalmente, contidos coma: os desprazamentos, o equilibrio, os saltos e suspensións, xiros e lanzamentos e recepcións. Todas estas habilidades, como ben é sabido, teñen gran relevancia na nosa vida cotiá, así coma á hora de afrontar a realización de actividades físicas e/ou deportivas, tan relevantes de cara ao logro duns hábitos de vida saudable.	33	22		X	
3	Actividades físicas artístico expresivas; os xogos e actividades deportivas no recinto escolar e/ou na contorna.	Nesta UD, ao iniciar este terceiro trimestre, abordarase a realización de tarefas artístico-expresivas, do eido da imitación, a dramatización a representación e, por suposto, de ritmo e danza. Xa de cara ao remate do curso, centrarémolos en xogos populares e actividades deportivas. Posto que, a pesares de traballar o xogo nas anteriores UD, coa finalidade de acadar os obxectivos pertinentes, de xeito máis divertido e agradable, neste caso, pretenderase dar a coñecer algún deporte novo, ou reforzar outro/s traballados en cursos anteriores, tanto terrestres coma acuáticos.	34	22			X

3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Inicio do curso: presentación; imaxe e percepción; coordinación dinámica xeral.	26

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	- Integrar procesos de activación corporal: dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizándoos como rutinas, ao tempo que se interiorizan contidos relacionados coas articulacións, músculos e ósos, pola relación que gardan.	PE	8
CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	- Recoñecer os efectos beneficiosos (físicos, mentais e sociais) da actividade física na saúde, para logo integralos na vida cotiá, por ex., correndo durante 10 min. (carreira con-tínua, sen paradas).		
CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.	- Adquirir hábitos de vida saudables: cambiar e usar o calzado axeitado de cara á actividade física, asearse e mudar camiseta e calzado ao rematar dita actividade, hidratarse.		
CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	- Amosar habilidades sociais: diálogo na resolución de conflitos, respecto ante a diversidade na práctica de actividades motrices, actitude crítica contra actuacións discriminatorias e fomento da igualdade de xénero.		
CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	- Recoñecer os efectos beneficiosos da actividade física na saúde (a nivel: físico, mental e social) para integralos na súa vida cotiá. Sendo quen de poñer un exemplo de cada.	TI	92
CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	- Integrar procesos de activación corporal: dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizándoos como rutinas, ao tempo que se interiorizan contidos relacionados coas articulacións, músculos e ósos, pola relación que gardan.		
CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.	- Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo contextos de risco e sendo precavid@ ante eles.		
CA2.4 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	- Desenvolver proxectos motores de carácter individual e colaborativo. Por ex., realizar saltos de lonxitude, dende pés xuntos (mínimo de 1, 20m) por grupos 3, 4 nenos/as e comprobar o total, tras 2 saltos/pers. e lanzamentos de peso 2/3kg, mín. 3,75m, cos mesmos grupos.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Participar en actividades. motoras, dende a autorregulación da actuación con: predisposición, esforzo, perseverancia, ..., xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.		
CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.	- Adquirir un progresivo control e dominio corporal para, por ex., realizar 60 saltos á corda, cara adiante e cos dous pés á vez, en 60 segundos (por grupos colaborativos de 3, 4 nen@s sumando os logros individuais).		
CA3.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.	- Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura e actuando desde unha perspectiva ecosostible individual e/ou comunitaria da contorna nas andainas e na actividade na piscina.		
CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.	- Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte, que afecten negativamente á saúde e á convivencia, rexeitándoas. Sendo capaz de citar 3 mínimo.		
CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	- Aplicar principios básicos de decisións, a partir da anticipación, axustándoos ás demandas dos obxectivos motores, por ex, nun partido de bádminton.		
CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Participar en actividades. motoras, dende a autorregulación da actuación con: predisposición, esforzo, perseverancia, ..., xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.		
CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.	- Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos e actuar desde os parámetros do xogo limpo, recoñecendo actuacións de compañeiros/as e rivais, por ex., na realización de xogos populares coma o pano, ou ao brilé.		
CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Participar en actividades. motoras, dende a autorregulación da actuación con: predisposición, esforzo, perseverancia, ..., xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.3 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.	- Participar activamente en xogos motores e/ou noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura popular, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e as vantaxes da súa conservación. Por ex., xogando á porca (por equipos) e/ou realizando algunha danza/ou baile.		
CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	- Recoñecer os efectos beneficiosos da actividade física na saúde (a nivel: físico, mental e social) para integralos na súa vida cotiá. Sendo quen de poñer un exemplo de cada.		
CA6.3 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.	- Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura e actuando desde unha perspectiva ecosostible individual e/ou comunitaria da contorna nas andainas e na actividade na piscina.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Impacto dos alimentos ultraprocesados e das bebidas pouco saudables. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Aproximación aos efectos dos hábitos non saudables e influencia na práctica da actividade física. - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas. - Estereotipos corporais, de xénero e competencia motriz. - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Respecto e aceptación do propio corpo e do aspecto corporal dos demais. - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos. - Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva. - Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.

Contidos

- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Actuacións básicas de primeiros auxilios ante accidentes e lesións durante a práctica da actividade física. Posición lateral de seguridade. Conduta PAS (protexer, avisar, socorrer).
- Toma de decisións:
 - Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
 - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
 - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
 - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
 - Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
 - Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.
 - Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
 - Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
 - Concepto de fairplay ou xogo limpo.
 - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
 - Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
 - Normas de uso: a educación viaria desde a actividade física e deportiva.
 - Transporte activo e sustentable: bicicletas, patíns, patinetes.
 - Construción e reutilización de materiais para a práctica motriz, fomentando a sensibilización sobre a xeración de residuos.
 - Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.
 - Coidado e conservación da contorna durante a práctica de actividade física no medio natural e urbano.

UD	Título da UD	Duración
2	Habilidades e destrezas motrices.	22

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	- Recoñecer os efectos beneficiosos da actividade física na saúde (a nivel: físico, mental e social) para integralos na súa vida cotiá. Sendo quen de poñer dous exemplos de cada.	PE	10
CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	- Recoñecer os efectos beneficiosos (físicos, mentais e sociais) da actividade física na saúde, para logo integralos na vida cotiá, por ex., saltando catro vallas consecutiva-mente, sen derribalas.		
CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	- Integrar procesos de activación corporal: dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizándoos como rutinas propias dunha práctica motriz saudable. Recoñecendo as tres fases fundamentais: quecemento, f. principal e v. á calma.		
CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.	- Adquirir hábitos de vida saudables: cambiar e usar o calzado axeitado de cara á actividade física, asearse e mudar camiseta e calzado ao rematar dita actividade e hidratarse.		
CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	- Convivir amosando habilidades sociais: diálogo na resolución de conflitos, respecto ante a diversidade na práctica de actividades motrices, actitude crítica contra actuacións discriminatorias e fomento da igualdade de xénero.	TI	90
CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	- Integrar procesos de activación corporal: dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizándoos como rutinas propias dunha práctica motriz saudable. Recoñecendo as tres fases fundamentais: quecemento, f. principal e v. á calma.		
CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Realizar desprazam. duns 3 m correndo cara ao minitrampolín, saltar sobre el cos dous pés á vez, facer unha suspensión enlazada cun medio xiro no aire e rematar quedando de pé sobre a colchoneta. Cada parte da tarefa efectuarase con predisposición, esforzo e mentalidade de crecemento.		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	- Desenvolver proxectos motores de carácter individual ou cooperativo, definindo me-tas, por ex., realizando unha tarefa de equilibrio, empregando o acrosport/ ximnasia acrobática entre @s 3, 4 membros do equipo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.	- Aplicar principios básicos de decisións, a partir da anticipación, axustándoos ás demandas dos obxectivos motores, por ex, nun partido de minibasquet.		
CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.	- Adquirir un progresivo control e dominio corporal, por ex., para realizar mínimo 15 lanzamentos e recepcións cunha orde consecutiva (entre as 3, 4 persoas do equipo, en movemento) e debendo salvar unha serie de obstáculos (banco sueco, valla, conos con picas e aros) colocados polo espazo.		
CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	- Aplicar principios básicos de decisións, a partir da anticipación, axustándoos ás demandas dos obxectivos motores, por ex, nun partido de minibasquet.		
CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Participar en actividades motoras, dende a autorregulación da actuación con: predisposición, esforzo, perseverancia, ..., xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.		
CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.	- Respetar as normas consensuadas, así como as regras de xogos e/ou actividades deportivas coma, por exemplo, as do minibasquet e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.		
CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	- Convivir amosando habilidades sociais: diálogo na resolución de conflitos, respecto ante a diversidade na práctica de actividades motrices, actitude crítica contra actuacións discriminatorias e fomento da igualdade de xénero.		
CA5.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	- Desenvolver proxectos motores de carácter individual ou cooperativo, definindo metas, por ex. realizando unha tarefa de equilibrio, empregando o acrosport/ ximnasia acrobática entre @s 3, 4 membros do equipo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Participar na activ. cooper. de coordin. a) óculo-manual b) óculo-pédica e visomotriz, onde o alumnado (3, 4 nen@s) deberá realizar unha serie de lanzam. usando pé e a man domin. (con e sen movem. corporal) e derribar mín. 12, dos 20 bólos, a 4m + - , polo espazo, en cada unha das 2 opcións.		
CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	- Aplicar principios básicos de decisións, a partir da anticipación, axustándoos ás de-mandas dos obxectivos motores, por ex, nun partido de minibasquet.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Educación postural en accións motrices específicas. - Responsabilidade persoal no coidado do corpo. - Saúde social: - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo. - Saúde mental: - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo. - Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos. - Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva. - Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física. - Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás. - Uso de ferramentas ou plataformas dixitais. - Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais. - Toma de decisións: - Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil. - Elección adecuada das habilidades motrices en situacións de oposición de contacto.

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Esquema corporal: - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables. - Capacidades condicionais: capacidades físicas básicas e resultantes (coordinación, equilibrio e axilidade). - Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais. - Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia). - Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural. - Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.

UD	Título da UD	Duración
3	Actividades físicas artístico expresivas; os xogos e actividades deportivas no recinto escolar e/ou na contorna.	22

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	- Recoñecer os efectos beneficiosos da actividade física (a nivel físico, mental e social), prestando especial atención ao uso de calzado e roupa axeitados para realizar a actividade física e/ou deportiva, ao cambio do calzado ao rematar e da camiseta tralo aseo, de forma autónoma.	TI	100
CA1.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	- Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas dunha práctica motriz saudable e responsable, por ex., ao recoñecer e discernir, cada unha das tres fases dunha sesión de EF.		
CA1.3 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.	- Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte, que afecten negativamente á saúde e á convivencia, rexeitándoas. Sendo capaz de citar mínimo 3 (1 de cada).		
CA1.4 - Adquirir hábitos de vida saudables (alimentación equilibrada, hidratación adecuada e actividade física regular) e convertelos en algo perdurable ao longo de toda a vida.	- Adquirir hábitos de vida saudables: usar o calzado e roupa axeitados para a actividade física, cambiar o calzado ao rematar, asearse, mudar a camiseta e hidratarse.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.5 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.	- Adquirir un progresivo control e dominio corporal, por ex., para crear e representar unha pequena peza teatral e/ou unha coreografía/danza, entre @s 4, 5 membros do grupo.		
CA1.6 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	- Convivir mostrando habilidades sociais: diálogo na resolución de conflitos, respecto, compromiso activo (con actitude crítica) fronte á discriminación por sexo, nacionalidade, competencia motriz, ...		
CA1.7 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	- Valorar o deporte como fenómeno cultural, analizando criticamente estereotipos de xénero ou capacidade, comportamentos sexistas, ... no caso de xurdir, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.		
CA2.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	- Recoñecer os efectos beneficiosos da actividade física (a nivel físico, mental e social), prestando especial atención ao uso de calzado e roupa axeitados para realizar a acti-vidade física e/ou deportiva, ao cambio do calzado ao rematar e da camiseta tralo aseo, de forma autónoma.		
CA2.2 - Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas propias dunha práctica motriz saudable e responsable.	- Integrar os procesos de activación corporal, dosificación do esforzo, relaxación e hixiene na práctica de actividades motrices, interiorizando as rutinas dunha práctica motriz saudable e responsable, por ex., ao recoñecer e discernir, cada unha das tres fases dunha sesión de EF.		
CA2.3 - Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, aplicando actuacións básicas de primeiros auxilios, recoñecendo os contextos de risco e actuando con precaución ante eles.	- Adoptar medidas de seguridade antes, durante e despois da práctica de actividade física, recoñecendo contextos de risco e sendo precavid@ ante eles.		
CA2.5 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	- Aplicar principios básicos de decisións en actividades lúdicas e deportivas, dende a anticipación e axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores, por ex., nun partido de brilé, pano, pachibol ...		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.6 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Participar en actividades motoras, dende a autorregulación da actuación con: predisposición, esforzo, perseverancia, ..., xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva, por exemplo, nun partido de balonmán, pachibol, ...		
CA3.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	- Desenvolver proxectos motores de carácter individual ou cooperativo, valorando o grao de axuste ao proceso seguido e o resultado obtido, por ex., ao crear unha coreografía.		
CA3.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación.	- Aplicar principios básicos de decisións, a partir da anticipación, axustándoos ás demandas dos obxectivos motores, por ex, nun partido de brilé, balonmán, pachibol ...		
CA3.3 - Adquirir un progresivo control e dominio corporal, empregando os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade de maneira eficiente e creativa e facendo fronte ás demandas de resolución de problemas en situacións motrices diversas transferibles ao seu espazo vivencial.	- Adquirir un progresivo control e dominio corporal, por ex., para crear e representar unha pequena peza teatral e/ou unha coreografía/danza, entre @s 4, 5 membros do grupo.		
CA3.4 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade.	- Reproducir e/ou crear composicións (con ou sen soporte musical), comunicando emocións, de forma estética e creativa en G:G ou grupos de 4, 5 persoas..		
CA3.5 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.	- Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura e actuando desde unha perspectiva ecosostible individual e/ou comunitaria da contorna, por ex, ao practicar kaiak, piraguismo-dragón e/ou vela.		
CA4.1 - Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte que afecten negativamente a saúde e a convivencia, adoptando posturas de rexeitamento á violencia, á discriminación e aos estereotipos de xénero e evitando activamente a súa reprodución.	- Identificar e abordar condutas vinculadas ao ámbito corporal, á actividade física e ao deporte, que afecten negativamente á saúde e á convivencia, rexeitándoas e podendo citar 3 mínimo (1 de cada).		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	- Aplicar principios básicos de decisións, en xogos e/ou deportes modificados, a partir da anticipación, axustándoos ás demandas dos obxectivos motores e situacións de: cooperación, oposición, colaboración-oposición, por ex, nun partido de pachibol.		
CA4.3 - Participar en actividades de carácter motor desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Participar en actividades motoras, desde a autorregulación da actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza, e xestión correcta das emocións, por exemplo, nun partido de balonmán, pachibol, ...		
CA4.4 - Respetar as normas consensuadas, así como as regras dos xogos, e actuar desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais.	- Respetar as normas consensuadas e as regras dos xogos con parámetros de xogo limpo, recoñecendo as actuacións dos compañeiros e dos rivais, por ex., no xogo do pano.		
CA4.5 - Convivir mostrando no contexto das prácticas motrices habilidades sociais, diálogo na resolución de conflitos e respecto ante a diversidade, xa sexa de xénero, afectivo-sexual, cultural, de orixe nacional, étnica, socioeconómica ou de competencia motriz, e mostrando unha actitude crítica e un compromiso activo fronte aos estereotipos, ás actuacións discriminatorias e á violencia, con especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.	- Convivir amosando unha actitude crítica fronte a estereotipos, accións discriminatorias e á violencia, realizando especial fincapé no fomento da igualdade de xénero.		
CA4.6 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	- Valorar o deporte como fenómeno cultural, analizando criticamente estereotipos de xénero ou capacidade, comportamentos sexistas, ... no caso de xurdir, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.		
CA5.1 - Desenvolver proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo, definindo metas, secuenciando accións, introducindo se é preciso cambios durante o proceso, xerando producións motrices de calidade e valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido.	- Desenvolver proxectos motores de carácter individual ou cooperativo, valorando o grao de axuste ao proceso seguido e ao resultado obtido, por ex., a creación dunha coreografía.		
CA5.2 - Participar en actividades de carácter motor, desde a autorregulación da súa actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza e mentalidade de crecemento, actuando reflexivamente, xestionando as emocións e expresándoas de forma asertiva.	- Participar en actividades motoras, desde a autorregulación da actuación, con predisposición, esforzo, perseveranza, e xestión correcta das emocións, por exemplo, nun partido de balonmán, pachibol, ...		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.3 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, recoñecendo e transmitindo o seu valor cultural e o seu potencial como espazo xerador de interaccións construtivas entre persoas con orixes diferentes e entendendo as vantaxes da súa conservación.	- Participar activamente na manifestación artística expresiva: "A danza da cruz", co ritmo axeitado e recoñecendo o seu valor cultural.		
CA5.4 - Valorar o deporte como fenómeno cultural analizando criticamente os estereotipos de xénero ou capacidade e os comportamentos sexistas que ás veces suceden no seu contexto, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.	- Valorar o deporte como fenómeno cultural, analizando criticamente estereotipos de xénero ou capacidade, comportamentos sexistas, ... no caso de xurdir, rexeitándoos e adoptando actitudes que eviten a súa reprodución no futuro.		
CA5.5 - Reproducir e crear composicións con ou sen soporte musical e comunicar diferentes sensacións, emocións e ideas, de forma estética e creativa, desde o uso dos recursos rítmicos e expresivos da motricidade.	- Reproducir e/ou crear composicións/ escenificacións, en pequenos grupos, que comuniquen: sensacións, emocións, ideas ..., de xeito creativo, usando recursos rítmicos e/ou expresivos.		
CA6.1 - Recoñecer os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social da actividade física, como paso previo para a súa integración na vida diaria.	- Recoñecer os efectos beneficiosos da actividade física (a nivel físico, mental e social), prestando especial atención ao uso de calzado e roupa axeitados para realizar a actividade física e/ou deportiva, ao cambio do calzado ao rematar e da camiseta tralo aseo, de forma autónoma.		
CA6.2 - Aplicar principios básicos de decisións en situacións lúdicas, xogos modificados e actividades deportivas a partir da anticipación, axustándoos ás demandas derivadas dos obxectivos motores e á lóxica interna de situacións individuais, de cooperación, de oposición e de colaboración-oposición, en contextos reais ou en simulados de actuación, e reflexionando sobre as solucións obtidas.	- Aplicar principios básicos de decisións, en xogos e/ou deportes modificados, a partir da anticipación, axustándoos ás demandas dos obxectivos motores e situacións de: cooperación, oposición, colaboración-oposición, por ex, nun partido de pachibol.		
CA6.3 - Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura, valorando as súas posibilidades para a práctica de actividade física e actuando desde unha perspectiva ecosostible da contorna e comunitaria.	- Adaptar as accións motrices á incerteza propia do medio natural e urbano en contextos terrestres ou acuáticos de forma eficiente e segura e actuando desde unha perspectiva ecosostible individual e/ou comunitaria da contorna na andaina e/ou na actividade de Kaiak, piragüismo-dragón e/ou vela.		

Lenda: IA: Instrumento de Avaliación, %: Peso orientativo; PE: Proba escrita, TI: Táboa de indicadores

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> - Saúde física: - Efectos físicos beneficiosos do estilo de vida activo.

Contidos

- Educación postural en accións motrices específicas.
- Responsabilidade persoal no coidado do corpo.
- Saúde social:
 - Efectos sociais beneficiosos do estilo de vida activo.
 - Deporte profesional: dimensión social.
- Saúde mental:
 - Efectos psicolóxicos beneficiosos do estilo de vida activo.
 - Consolidación e axuste realista do autoconcepto tendo en conta a perspectiva de xénero.
- Usos e finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos e agonísticos.
- Actitudes consumistas respecto do equipamento. Análise crítica da adquisición de material para a práctica físico-deportiva.
- Utilización adecuada e coidado do material, espazos e instalacións na práctica da actividade física.
- Hábitos autónomos de hixiene corporal e postural en accións cotiás.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: seguimento e valoración durante o proceso e o resultado.
- Uso de ferramentas ou plataformas dixitais.
- Prevención de accidentes e lesións nas prácticas motrices: quecemento xeral, dosificación do esforzo e volta á calma. Importancia de respectar as normas de seguridade. Compromiso de responsabilidade cara á seguridade propia e á dos demais.
- Toma de decisións:
 - Selección de accións en función da contorna en situacións motrices individuais.
 - Adecuación de accións para o axuste espazo-temporal na interacción cos compañeiros en situacións cooperativas.
- Selección de zonas de envío do móbil desde onde sexa difícil devolvelo, en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Desmarque e localización nun lugar desde o que constitúa un apoio para os demais en situacións motrices de colaboración-oposición de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
 - Equilibrio estático e dinámico en situacións complexas ou superficies inestables.
 - Estruturación espacial, percepción de obxectos e de distancias, orientación, percepción e interceptación de traxectorias, agrupamento-dispersión e transposición.
 - Estruturación temporal e espazo-temporal, percepción de duracións, de velocidade, de intervalos, de estruturas e de ritmo.
- Dominio e control motor en situacións complexas e descoñecidas.
- Iniciación das habilidades motrices específicas asociadas á técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principais.
- Creatividade motriz: Identificación de estímulos internos ou externos que esixan un reaxuste instantáneo da acción motriz.

Contidos

- Xestión emocional: autoestima, ansiedade e situacións motrices. Estratexias de afrontamento e xestión.
- Autonomía e autoconfianza: aumento da autonomía persoal, mellora e afianzamento da confianza en si mesmo e nos demais durante a práctica motriz.
- Habilidades sociais: estratexias de traballo en equipo para a resolución construtiva de conflitos nas diversas situacións motrices.
- Concepto de fairplay ou xogo limpo.
- Identificación e rexeitamento de condutas contrarias á convivencia en situacións motrices (discriminación por cuestións de xénero, de capacidade, de competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas ou de índole sexista; abuso sexual ou calquera forma de violencia).
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os deportes e os xogos tradicionais populares e autóctonos como sinal de identidade cultural.
- Coñecemento e execución de bailes e danzas populares de Galicia, de España e do mundo.
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas complexas.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter expresivo.
- Normas de uso: a educación viaria desde a actividade física e deportiva.
- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.
- Coidado e conservación da contorna durante a práctica de actividade física no medio natural e urbano.

4.1. Concrecións metodolóxicas

Neste apartado empezárase mencionando que a metodoloxía respectará dúas condicións básicas:

1. Os procesos individuais de aprendizaxe.
2. A incidencia nos procesos cognitivos e afectivos de todo tipo de aprendizaxe.

A nivel global empregárase unha metodoloxía construtiva, para achegarse á realidade do alumnado e ás súas diferenzas individuais, tentando que a través das actividades supere as súas limitacións.

Nas sesións a metodoloxía será: globalizadora, participativa e lúdica. A través do xogo tentarase fomentar: a exploración, o descubrimento, a creatividade e sobre todo unha valoración positiva das posibilidades de cada un.

Dependendo dos obxectivos a acadar empregárase un método conducido (intervención máxima do mestre, "Aprendizaxe por instrución directa"), semiconducido (intervención media do mestre, "Aprendizaxe por descubrimento guiado") ou non conducido (mínima intervención do mestre, "Aprendizaxe mediante a busca ou resolución de problemas").

O alumnado asume e asimila de xeito práctico os coñecementos sobre o seu corpo e sobre o seu funcionamento, así coma as súas posibilidades motrices, ao tempo que experimenta con elas. A docente terá unha función dinamizadora e integradora, entendida en sentido positivo de ánimo e guía para descubrir novas opcións e posibilidades. Esta información basearase no desenvolvemento da actividade motriz, máis ca no resultado da mesma. Polo tanto, sempre que o se considere oportuno, centrarase o xogo nas aprendizaxes motrices, aproveitando que é unha actividade, maioritariamente, querida, ben aceptada e constante. Deste xeito, o aspecto lúdico xogará un papel importante en todo o proceso de ensino- aprendizaxe.

Proporanse actividades que supoñan un esforzo e un reto, adecuándoas sempre ás capacidades do alumnado. Estimularase, suxerirase, orientarase, controlarase o risco, achegaranse ideas e posibilidades... Porén, procurarase que sexa o alumnado o protagonista da súa propia acción motriz. Servirá de motivación que aprendan a aplicar as súas aprendizaxes motrices a unha actividade tan querida e constante como é o xogo. Utilizarase como recurso metodolóxico na maioría das sesións (cando menos, na fase de animación e na da volta á calma). Malia a todo isto, recurrirase, igualmente, ao estilo de ensino que se considere máis axeitado en cada intre.

Na organización da clase evítanse, na medida do posible, os tempos mortos e de espera, para o que se procurará contar co material suficiente ou diversificaranse as actividades, precisando así dun menor número de elementos de cada tipo de material, aínda que maior variedade de materiais a empregar. Proporanse actividades que requirán

esforzos, habilitando convenientemente os tempos de recuperación mediante a diversidade no tipo de actividades.

Empregarase unha metodoloxía:

- Aberta: empregando diferentes estilos de aprendizaxe, en función dos obxectivos que pretendemos conseguir e das características do alumnado.
- Flexible: permitindo axustar as propostas ao ritmo individual do alumnado. Non nos basearemos en propostas de traballo que fixen unha meta ou unha marca igual para todos/as. As propostas que fagamos coñecerán a realidade individual de cada alumno/a, permitindo que sexa desenvolvida en función das súas posibilidades.
- Activa: o alumnado será o protagonista da súa propia acción. Partiremos da necesidade de actividade do alumnado desta idade para ir canalizándoa ata obter os obxectivos pretendidos. Non basearemos as propostas de traballo en repeticións de modelos, non deixaremos que fagan o que queiran, senón que mediante as propostas activas faremos que o alumnado se sinta protagonista da súa propia conduta motriz.
- Participativa: favorecerase o traballo en equipo para fomentar o compañeirismo e a cooperación. O que evitaremos é a competitividade, esta debemos intentar que a entendan como a superación dunha dificultade, como unha forma lúdica de relación con outros, non como rivais a quen haxa que gañar. Só se a entenden así, a competición estará desenvolvendo a sociabilización a través do xogo e da práctica deportiva.
- Indutiva: favorecerase o autoaprendizaxe, de forma que sexan quen de resolver problemas motrices, organizando o seu propio traballo, constatando e comprobando a súa mellora, tanto en actitudes como en habilidades e destrezas.
- Integradora: aglutinarase nun só proceso a técnica, habilidades e destrezas propias da educación física. Contarase cunha formulación cualitativa, non cuantitativa. Non haberá unha resposta motriz única, senón que se considerará a mellora da actividade motriz en relación ao momento de partida.
- Lúdica: o xogo ocupará a maior parte da actividade do alumnado nesta idade. Presentaranse, na medida do posible, as tarefas en forma de xogos nos que todo o alumnado participará de xeito espontáneo. Terase coidado tanto co contido da proposta de traballo, coma coa forma de presentala, de modo que sexa atractiva e divertida, estimulando a participación.
- Creativa: procurarase que as propostas estimulen a creatividade no alumnado, tratando de fuxir de modelos fixos, estereotipados ou repetitivos.

En canto ás técnicas de ensino, basearanse na forma de dar a información inicial e na forma de ofrecer o coñecemento dos resultados ou feed back.

Respecto dos estilos de ensino utilizaranse diversos, dependendo da U.D. Xa que, segundo cal se estea realizando, precisarase uns ou outros, dos que de seguida se falará:

- Instrución directa: utilizarase este tipo de estilo cando interese unha organización estrita do alumnado. O profesor tomará as decisións, explicará o xesto e realizará unha demostración de como realizalo. O alumno é pasivo e receptivo. O control do profesor é constante e realizará unha valoración global ao finalizar a sesión.
- Asignación de tarefas: neste tipo de estilo o alumnado pode opinar, o profesor conversará con el, dará as ordes ao comezo e ao final. Interesará este tipo de estilo cando se queira que o alumnado realice o exercicio ao seu ritmo ou nivel, sen que isto supoña individualizar, xa que o traballo será o mesmo para todos/as.
- Descubrimento guiado: formularase un problema motor dando a información necesaria. O profesor nunca dará a resposta motora, servirá de guía ao alumnado quen tomará as decisións de execución e autoavaliarase. Esperarase sempre á resposta do alumnado e reforzaranse as correctas (a resposta adoita ser única).
- Resolución de problemas: formularase un problema motor e o alumnado deberá atopar a resposta por si mesmo, con total liberdade. As alternativas de solución serán maiores, as respostas varias e a solución deberá ser coñecida con anterioridade. Pero, o problema debe supoñer un reto. O profesor non debe rexeitar as respostas dos alumnos/as.

Ademais, tamén estarán presentes tendencias actuais como a "Aprendizaxe cooperativa, onde pasamos do "uns gañan e outros/as perden" a "gañamos todos/as", a "Aprendizaxe baseada en problemas en ambientes de aprendizaxe", ...

Nas sesións a profesora adoptará a posición que máis lle conveña para que exista unha boa comunicación co grupo e que non se produzan interferencias á hora de presentar as tarefas. Esta posición pode ser externa (onde será o eixo central da clase, dar información para que sexa percibida con claridade polos alumnos), ou unha posición interna (que permitirá realizar un maior seguimento das actividades realizadas e dar no acto un coñecemento dos resultados para provocar o feed-back).

Considerarase tamén a organización do grupo/clase, que estará supeditada á sesión a realizar.

Alguns principios básicos a considerar ao longo das sesións serán os seguintes:

- Reforzo positivo: será importante que o alumnado estea continuamente motivado, o que propiciará unha sensación de éxito e confianza mediante o coñecemento dos seus progresos e os eloxios por parte do profesor. Desta forma, crearase un ambiente de confianza, no que o alumnado se sinta seguro.
- Progresión: haberá que seguir unha progresión de exercicios; é dicir, ir do doado ao difícil, do sinxelo ao complexo, paulatinamente.
- Intensidade: os estímulos dados serán o suficientemente intensos, para que os exercicios sexan asimilados

axeitadamente.

- Transferencia: cando se efectúa un novo movemento, este debe basearse no patrón doutros movementos aprendidos anteriormente.
- Intereses: os exercicios formulados ao alumnado deben estar de acordo cos intereses e necesidades destes, para lograr unha aprendizaxe significativa.
- Individualización: hai que respectar as características morfolóxicas, fisiolóxicas e funcionais do alumnado a nivel individual. Pois, cadaquén é como é, daí que á hora de avaliar se teña en conta a actitude e a aptitude.
- Participación: non haberá aprendizaxe se o/a discente non participa activamente.

4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación
CLASIFICACIÓN DO MATERIAL E DOS RECURSOS:A) Convencional pequeno tamaño: aros, cordas, picas, conos, pelotas, frisbis, trompos, bólos, petancas ... B) Convencional gran tamaño: porterías, canastras, colchonetas quitamedos, pelotas xigantes, ... C) Non convencional: globos, toallas, sacos, teas, panos,... D) Non convencional con material de refugallo: xornais, botellas, bolsas de plástico, botes suavizante, vasos iogur,... E) Instalacións: ximnasio, aula de usos múltiples, patio cuberto, patio exterior e contorna F) Informático e audiovisual: proxector, pizarra dixital, ordenador, altofalantes, equipo de música,...

Os recursos e materiais didácticos poderían definirse como : "Os instrumentos e medios, que subministran información ao/á docente sobre futuras pautas ou decisións acerca de todo o proceso ensino- aprendizaxe.

Os diferentes materiais e recursos didácticos, que se utilizarán, deberán cumprir as seguintes funcións:

1. Función de apoio á aprendizaxe. Posto que, os materiais favorecerán a interiorización dos contidos dunha maneira eficaz e significativa, dentro do proceso de adquisición da aprendizaxe e xogarán un papel esencial ao ser os canalizadores na selección e almacenamento da información.
2. Función estruturadora. Xa que, axudarán á hora de ordenar e estruturar toda a información que reciben. De maneira que o abstracto verase transformado en coñecementos máis concretos e accesibles, conseguindo con iso, que os alumnos obteñan unhas aprendizaxes máis específicas e concretos.
3. Función motivadora. Pois, todo recurso material debería ser chamativo, fonte de interacción e favorecedor da aprendizaxe de xeito: agradable, divertido e pracenteiro, onde o alumnado non conciba en si mesmo o obxectivo principal que persegue, que é a aprendizaxe, senón que considere toda actividade educativa como unha ampliación, máis, da súa vida diaria.

En base ao visto, Bautista (2010) establece unha serie de características que deben ter os materiais en relación á función complementaria que realiza na actividade educativa, como:

- Carácter motivador. Xa que, segundo a forma, textura, cor e características particulares do material, espertase o interese e curiosidade para a súa utilización, en maior ou menor medida, ou non.
- Carácter polivalente. Posto que, os materiais poderán ser empregados como elementos en varias actividades escolares e/ou en diferentes xogos.
- Carácter de colectividade. Ao poder dárselle un uso individual ou colectivo.
- Carácter de accesibilidade. Pois, cómpre que estea organizado e dispoñible para a libre elección dos alumnos/as.

A importancia do material, os recursos e estímulos aplicados como xogo na Actividade Física serán fundamentais, xa que permitirán realizar experiencias múltiples, mediante as que se irá acadando a comprensión concreta e precisa dos obxectivos nas metas propostas. Así, como tamén, proporcionará a capacidade de poder crear, relacionar, e transformar o que se quere alcanzar en coñecemento, cun ambiente cheo de emocións, sensacións e experiencias propias do ser humano mediante actividades lúdicas.

Haberá que ter en conta que, o material co que se traballe, deberá ser acorde ás actividades a realizar, aínda que sexa o máis sinxelo e poidamos atopalo ao noso carón. O material dependerá do propósito co que se vai traballar. Polo que, será preciso analizar: o medio, a idade, as capacidades, a contorna, ... Todo isto permitirá desenvolver habilidades e destrezas no seu aspecto físico e cognitivo. Así, o importante será a adecuada utilización dos materiais que se escollan para as actividades.

Á hora de falar sobre os recursos e materiais de Educación física sería convinte establecer as diferenzas que existen entre un e outro. Pois, aínda que para moitos autores serán sinónimos, para outros non.

Deste xeito, Trujillo (2010), menciona que, como materiais, se definen "Aqueles materiais curriculares elaborados

cunha finalidade explícita". Namentres que, os recursos didácticos tomarán o seu verdadeiro valor pedagóxico no momento no que os docentes decidan, dende a metodoloxía, integralos no currículo.

Os recursos e materiais utilizados nas sesións de Educación física terán distintas finalidades, sendo as máis relevantes as seguintes:

- Serán unha especie de intermediario entre a teoría impartida e a práctica deportiva.
- Motivarán ao alumnado á hora de realizar as tarefas.
- Favorecerán a comunicación e comprensión entre o alumnado.
- Serán un elemento auxiliar eficaz.
- Posibilitarán a autoinstrución.
- Serán unha guía para as aprendizaxes.
- Permitirán avaliar ao alumnado.

En función da unidade didáctica e sesión a impartir, empregaranse uns materiais e/ou recursos diferentes e deberán ser acordes ás actividades a realizar.

Deste modo, o material dependerá do propósito co que se vaia traballar, polo que, será preciso analizar: a idade, as capacidades, a contorna, entre outras.

Tamén se considerarán os recursos que ofrezca a Comunidade e a contorna (parques, ríos, praias, bosques, camiños, piscinas, pistas de tenis, ...), sempre que se vexan coma axeitados para a impartición da área.

Ao longo do curso poderase empregar, tanto material curricular físico, coma dixital e/ou recursos didácticos, segundo se considere oportuno.

Habitualmente as clases levaranse a cabo no ximnasio, na aula de usos múltiples, ou no patio, agás cando as condicións climatolóxicas sexan adversas (moito frío, inundacións, ...), se desexa realizar algún traballo escrito, visionar algún vídeo..., posto que, nestes casos as clases de EF impartiranse na aula ordinaria.

Cando a sesión de traballo se realice na aula empregaranse: fichas elaboradas pola mestra, xogos de mesa, xogos populares tradicionais (que poidan realizarse en dito espazo: chapas, tres en raia, tabas, dominó...), libros de consulta, ordenadores.... Ademais, tamén se poderán coller: libros de consulta, libros de lectura, enciclopedias, ... na biblioteca, para realizar: traballos de investigación, lectura, ... sobre temas relacionados con esta área, Porén, a aula ordinaria tamén se poderá empregar, cando a docente o estime oportuno, aínda que faga bo tempo, coa finalidade de traballar as competencias dixitais (explicándolle ao alumnado como acceder á Aula virtual, a Edixgal, a un buscador... , para ver con eles/as determinados contidos relacionados coa área, etc. De maneira que, os/as discentes, poidan comprender e interiorizar mellor os contidos abordados e, máis tarde, levalos á práctica, de forma correcta.

5.1. Procedemento para a avaliación inicial

Lagardera define a avaliación como "Un mecanismo de recollida de información que, unha vez valorada, serve para tomar determinadas decisións".

A avaliación debe ser entendida como unha práctica reflexiva que permita comprender mellor o que sucede no escenario educativo. Tamén deberá permitir investigar sobre a nosa propia práctica. Polo tanto, a avaliación debe servir para acumular o maior número de información sobre un alumnado e sobre todos os aspectos que determinan o proceso de aprendizaxe.

Na nosa área, Educación Física, a avaliación posúe unha serie de peculiaridades que deberán terse en conta:

- O carácter lúdico, que a actividade físico-deportiva posúe, fai que os obxectivos que se platexen sexan de satisfacción persoal. Xerar actitudes positivas e duradeiras é unha meta a longo prazo, polo que non debemos obsesionarnos con obxectivos inmediatos.
- A estreita relación entre motricidade e desenvolvemento evolutivo desvirtúa os éxitos conseguidos polo profesorado.
- As condicións en que se desenvolve a área: número de alumnos/as, tempo dispoñible, necesidade de instrumentos ou condicións específicas e a imposibilidade de avaliar de forma masiva poden restar eficacia á avaliación. Polo tanto, é necesario abordar estas condicións con criterios realistas. Deberíanse escoller instrumentos que, pola súa economía, facilidade de aplicación, fluidez na organización e calidade da información recollida alteren menos o ritmo de clase.
- Debe compaxinar as apreciacións subxectivas coas obxectivas. Posto que, tanto unhas como outras, poden alterar a información. Os obxectivos actitudinais poden perderse na subxectividade e a práctica exclusiva de probas obxectivas reduce o progreso do alumno/a fronte á norma.
- A ausencia dun contido estable definido e uniforme fai que se imparta, substancialmente, de forma diferente segundo as circunstancias da contorna.

Hai tres momentos significativos no proceso avaliador dentro do desenvolvemento curricular, que determinan as súas funcións específicas: a avaliación inicial-diagnóstica, a avaliación procesual-formativa e a avaliación final sumativa.

A primeira serve para coñecer o nivel, aínda que non exacto, si aproximado, do grupo clase con respecto a algúns contidos. A través desta avaliación inicial nesta área, non se pretende coñecer todos os aspectos que se poidan avaliar na área. Pois, se o quixésemos facer así, poderíamos estar todo o ano avaliando. Só se trata de avaliar aqueles, que sexan máis relevantes para o obxectivo educativo, que cadaquén pretenda lograr e así poder obter unha idea rápida e global da que partir.

Existe unha gran variabilidade de aspectos a avaliar en Educación Física e de distinta natureza (expresión corporal, habilidades motrices básicas, equilibrio, coordinación, capacidades física básicas, actividades no medio natural, xogos de cooperación-oposición, respecto ao material, autonomía, etc.).

Pódese definir a avaliación inicial como aquela que nos permite diagnosticar ata onde pode chegar o proceso de ensino/aprendizaxe, como o punto de partida dos obxetivos propostos.

Na primeira sesión de cada U.D prestarase especial atención ao nivel de partida do alumnado en canto aos contidos de dita unidade (posibilidades, necesidades, intereses, etc). Suporá unha avaliación inicial que poderá condicionar o grao de complexidade das actividades das seguintes sesións.

Tamén ao inicio do curso realizaremos unha avaliación inicial, para coñecer o nivel de competencia motriz dos nosos alumnos/as. Esta primeira avaliación do curso, que se levará a cabo durante as sesións do mes de setembro e que nos permitirá obter un diagnóstico inicial, estará composta pola ficha médica de cada alumno e alumna e circuitos e /ou actividades que comprendan os seguintes contidos:

* Estructuración espazo-temporal: correr por unha sucesión de aros, conos, desprazarse en función dun ritmo marcado, por exemplo.

* Coordinación e equilibrio: manter a posición sobre un só apoio un tempo determinado, alternar saltos sobre un banco sueco, picas (pernas abertas, pés xuntos), botar un balón, ou outras tarefas do estilo.

* Habilidades básicas: lanzamento e recepción dun balón, salto en altura e lonxitude, por exemplo.

* Habilidades xenéricas: condución e botes cun balón, nun percorrido establecido, ou calquera outra deste tipo.

* Capacidades físicas: resistencia (9 min), forza tren inferior (salto horizontal), flexibilidade (flexión de tronco), ou outras semellantes.

* Expresión e comunicación corporal: axustar movementos a un ritmo dado, ou sinxelos ritmos de percusión corporal e expresión de sensacións, por citar algunha.

Estas tarefas e actividades poderán rexistrarse en video, para unha posterior análise e valoración por parte da mestra, co obxectivo de ter un punto de partida co que comezar a traballar os contidos, ou por observación directa no propio intre (neste caso observarase só un ou dous alumnos/ as de cada vez).

A diversidade é unha realidade doadamente observable e a súa axeitada atención é un dos alicerces básicos no que se fundamenta o sistema educativo. Cada alumno/a ten unha ampla gama de necesidades educativas, debidas á presenza de múltiples factores persoais e sociais (xénero, idade, etapa de desenvolvemento madurativo, motivación, intereses, estilos de aprendizaxe, expectativas, procedencia socioeconómica e cultural, orixe étnica, etc.), que deberían ser satisfeitas.

Por todo o analizado deica o de agora, cada centro debería estar en condicións de:

- 1º Adaptarse ás características individuais e sociais de cada alumno ou alumna.

- 2º Ofrecer unha cultura común, respectando as peculiaridades de cada cultura propia.

- 3º Adoptar unha metodoloxía que favoreza a aprendizaxe de todo o alumnado na súa diversidade.

- 4º Partir dunha avaliación inicial do alumnado, en cada núcleo de aprendizaxe, que permita detectar os seus coñecementos previos, para facilitar a significatividade dos novos contidos que se deben aprender.

Como consecuencia da obrigatoriedade do ensino, xurde a escola comprensiva, que ofrece un mesmo currículo básico para todos os alumnos/ as, minimizando as súas diferenzas a través do principio de igualdade de oportunidades, co fin de compensar así as desigualdades sociais. Ademais, exporá como proporcionar unha resposta educativa axeitada a un colectivo de estudantes con necesidades de formación moi diversas, escolarizados dentro dun mesmo centro educativo e cun currículo, en parte, común.

Esta proposta tratará de promover a escola comprensiva mediante as seguintes estratexias:

- 1ª Adoitar organizacións flexibles dentro do grupo-aula, respectuosas cos principios básicos de organización e funcionamento dos grupos, practicando estratexias inter e intragrúps, para potenciar o traballo con grupos heteroxéneos de alumnos/as.

- 2ª Realizar as adaptacións curriculares necesarias para asegurar que se poida manter unha escola na que teñan cabida todos/as, sexan cales sexan as súas necesidades educativas ou intereses persoais específicos.

5.2. Criterios de cualificación e recuperación

Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	Total
Peso UD/ Tipo Ins.	33	33	34	100
Proba escrita	8	10	0	6
Táboa de indicadores	92	90	100	94

Criterios de cualificación:

Para determinar a nota do alumnado, débense establecer uns criterios de cualificación, relacionados directamente cos CA. Estes criterios permitirán identificar se o alumnado progresa adecuadamente, é dicir, se cada neno/a desenvolve as capacidades de diferentes ámbitos ou se necesita mellorar nalgúns aspectos.

Todo alumnado terá dereito a unha avaliación o máis obxectiva posible e debe coñecer claramente o sistema de avaliación, de forma que poida ter control sobre a aprendizaxe e a avaliación.

Deberanse variar os instrumentos de avaliación, para obter información desde diferentes fontes e, desta maneira, orientar o proceso e realizar axustes sempre que sexa preciso.

A avaliación ideal debe estar centrada no alumnado. E isto significa que non vale exactamente a mesma avaliación para todos/as, porque non todos/as aprenden da mesma maneira. Isto podería levar a pensar que habería que facer unha avaliación para cada neno/a. Porén, traballando por niveis, poderase identificar o nivel do alumnado e a partir daí preparar a avaliación. Malia a todo, sería convinte plantexar varias preguntas:

1ª Como avaliar ao noso alumnado?

Avaliarase, interpretando os resultados en función do alumno/a e considerando o seu propio progreso, é dicir, o resultado obtido do individuo comparárase con outros resultados obtidos polo mesmo/a nas mesmas actividades ou probas, sen esquecer lograr uns mínimos CA.

Ao ser unha programación didáctica para 5º nivel de EP (3º Ciclo) empregaranse Instrumentos Cualitativos, baseados en técnicas de observación directa e sistemática, fundamentalmente.

Porén, tamén se rexistrará o que acontece nas sesións, empregando diferentes Instrumentos de Avaliación ao longo do curso, como poden ser os seguintes:

- REXISTRO ANECDÓTICO: reflectiranse acontecementos que sexan significativos a efectos de avaliación do alumnado, así como calquera feito ou incidencia da sesión, que nos poida servir como autoavaliación.
- LISTAS DE CONTROL: consiste nunha serie de ítems referidos a asistencia á clase, ao uso ou non uso do material apropiado, ao aseo ou non aseo, ... Tamén poden empregarse, simplemente, para anotar se determinadas actividades, se realizan ou non. Veñen ser, máis ou menos, coma o DIARIO DE CLASE.
- RÚBRICAS: instrumento de medición no que a través dos CA prescritos se establecen uns estándares por niveis, mediante a disposición de escalas, que permiten determinar a calidade da execución en tarefas específicas.
- COAVALIACIÓN: o alumnado será o responsable de avaliar aos seus compañeiros en aspectos e accións definidas polo docente.
- SOCIOGRAMA: permitirá coñecer as relacións sociais que existen dentro dos membros do grupo.

Malia que estes instrumentos de avaliación citados, pertencentes á técnica de avaliación de "Observación sistemática" (recolección e análise de datos de maneira planificada e estruturada para obter información obxectiva sobre o desempeño ou comportamento dun individuo ou grupo) serán os máis habituais, poderán empregarse outras técnicas de avaliación coma a "Análise de producións" (estudo integral do proceso e do produto, buscando oportunidades de mellora), que conlevarán outros instrumentos de avaliación, por ex., AS PRODUCCIÓNS ORAIS, OS XOGOS DE SIMULACIÓN E DRAMÁTICOS, OS TRABALLOS DE APLICACIÓN, ...; a técnica dos "Intercambios orais", con instrumentos de avaliación coma as POSTAS EN COMÚN, DEBATES, ... e, xa para concluír, a técnica das "Probas específicas" (elaboradas para medir o logro de obxectivos e contidos, axustadas ás necesidades do alumnado) con instrumentos de avaliación coma os TESTS MOTORES (miden as cualidades físicas básicas que posúe o alumnado para realizar unha actividade física), PROBAS OBXECTIVAS, EXAMES (non coma elemento único, nen de maior peso)

...

2ª Que e cando avaliar?.

Por unha banda, farase a avaliación das UD, avaliando cada unha delas sobre 10, empregando algún dos diversos instrumentos de avaliación citados no punto anterior. Para isto, tomaranse de referencia os CA, xunto cos seus mínimos de consecución, establecidos para cada unha das UD do apartado 3.3 e logo terase en conta o peso % de cada UD (no caso de ter varias) ou xa directamente se só hai unha. E pola outra, realizarase unha avaliación do trimestre.

Os criterios de cualificación a ter en conta para as avaliacións serán específicos, por un lado e comúns (transversais), por outro. Polo tanto, o reparto das porcentaxes quedará como segue:

1. Criterios específicos: 50% NOTA (20% obtido de probas físicas/tests motores e outro 20% do rexistro da realización de xogos, actividades deportivas, bailes, ... , ou o 40% da segunda opción + 10% contidos da Edixgal).

2. Criterios comúns (Transversais): 20 % + 30 % NOTA

2.1 Vestimenta e calzado axeitados, camiseta e calzado para mudar e material de aseo (20%).

2.2 Actitude: atención (durante as explicacións da mestra, intervencións de compañeiros/as, ...), interese, esforzo, participación, espírito/afán de superación, respecto (pola área, polos compañeiros/as, polos/as rivais, por un mesmo/a, polo profesorado, polas normas e/ou regras, etc), ... (30%).

*NOTA: No caso de que un/ha alumno/a teña unha conduta disruptiva reiterada, restaráselle 0,5 puntos. Da mesma maneira, iránselle restando outros 0,5 puntos cada vez que non leva o calzado ou roupa axeitados.

Por suposto, empregaranse as Listas de control e/ou os Rexistros anecdóticos, dos que se falou nun parágrafo anterior, para recoller certas anotacións de: incidencias, condutas disruptivas, falta de material (roupa e/ou calzado axeitados, camiseta, toalla, xabón), etc, na data correspondente.

Evidentemente, a perda de puntuación, que alguén puidese sufrir, teríase en conta en cada avaliación trimestral. De seguida, conforme á sistemática de cualificación establecida respecto a porcentaxe de nota dos contidos comúns e os específicos, en cada trimestre, considérase superada a materia cando a cualificación da avaliación ordinaria sexa maior ou igual a 5 puntos sobre 10.

No caso de cingirse ás UD, o peso de cada unha delas con respecto ao total do curso será o seguinte:

- UD 1. "Inicio do curso: presentación, imaxe e percepción, coordinación dinámica xeral". 33%

- UD 2. "Habilidades e destrezas motrices básicas". 33%

- UD 3. "Actividades físicas artístico-expresivas: os xogos ee actividades deportivas no recinto escolar e/ou na contorna". 34%

Puntualizar que, a pesares de contar cunha UD de xogos e actividades deportivas, non debe esquecerse que, nas restantes UD se traballarán múltiples xogos ao longo do curso. Pois, como é ben coñecido pola maioría, o xogo é un medio marabilloso co que aprender e interiorizar os diferentes contidos, que deben traballarse.

Para concluír, mencionar que os resultados da avaliación se expresarán nos seguintes termos:

- Insuficiente (IN) para as cualificacións negativas.

- Suficiente (SU).

- Ben (BE)

- Notable (NT).

- Sobresaliente (SB)

As catro derradeiras son para as cualificacións positivas.

A estes termos engadiráselles unha cualificación numérica, sen empregar decimais, nunha escala do 1 ao 10, coas seguintes correspondencias:

- IN (Insuficiente): 1, 2, 3, 4.

- SU (Suficiente): 5

- BE (Ben): 6.

- NT (Notable): 7, 8.

- SB (Sobresaliente):9, 10.

Criterios de recuperación:

Se houberse alumnado que non superase o grao de consecución mínimo dos CA estableceríanse as seguintes premisas:

1. Os CA plantexados de maneira non progresiva (específicos), contarán con propostas de actividades nas seguintes

UD, ao longo do curso, de maneira que o alumnado poida superar eses CA nos que fallara.

2. Os CA pensados para traballar de xeito progresivo e/ou en cada un dos trimestres (aprendizaxes do bloque de criterios comúns/transversais) superaranse tan axiña como se acaden na seguinte avaliación.

6. Medidas de atención á diversidade

Atendendo ao marco da ORDE vixente, pola que se desenvolve o Decreto actual, que regula a atención a diversidade do alumnado dos centros docentes da Comunidade Autónoma de Galicia, enténdese por atención á diversidade, o conxunto de medidas e accións, que teñen como finalidade adecuar a resposta educativa ás diferentes características e necesidades, ritmos e estilos de aprendizaxe, motivacións, intereses e situacións sociais e culturais de todo o alumnado.

Por suposto, cada alumno/a é diferente e esas diferenzas son consecuencia de diversos factores como: as capacidades, motivacións, intereses, situacións sociais, ... O feito de que o currículo sexa aberto e flexible proporciona un instrumento esencial para o tratamento da diversidade. Polo tanto, as programacións deben prever adaptacións dirixidas a determinados grupos de alumnado con características especiais, así que hai que asumir diferenzas dentro do grupo de clase e para iso é importante realizar unha avaliación inicial individualizada.

En canto ás medidas xerais de Atención á diversidade, no traballo diario estableceranse unha serie de medidas de carácter xeral, que lle permitirán ao docente adaptarse á diversidade do grupo.

Realizarase unha avaliación inicial, para coñecer o punto de partida de cada neno/a; tanto de cara á realización da programación como das unidades didácticas. Entón, traballarase dende un nivel básico ata un avanzado, establecendo uns obxectivos mínimos que deben alcanzar todos/as e outros máis amplos en relación á diversidade de capacidades; as actividades adaptaranse e irán do coñecido ao descoñecido, do doado ao difícil, do concreto ao abstracto e do particular ao xeral; organizaranse grupos de traballo flexibles, o que permitirá que o alumnado poida realizar actividades de ampliación e reforzo e adaptar o ritmo de introdución dos novos contidos; buscarase que o alumnado realice as tarefas de forma autónoma.

No que respecta ao alumnado con NEAE (Necesidades Específicas de Apoio Educativo), a lexislación vixente defíneo como aquel que requira, de forma temporal ou permanente, apoios ou provisións educativas diferentes ás ordinarias por presentar necesidades educativas especiais, dificultades específicas de aprendizaxe, TDAH, altas capacidades intelectuais, incorporación tardía ao sistema educativo ou por condicións persoais excepcionais. A atención a este tipo de alumnado levarase a cabo coordinando aos especialistas que imparten docencia no grupo, ás familias e ao Departamento de Orientación.

Algúns alumnos/as presentan desvantaxes ou incapacidades, que lles dificultan a aprendizaxe a través dos recursos máis xerais e ordinarios dos que dispoñen os centros educativos. A complexidade radica en que cada alumno/a con NEAE ten un problema particular e concreto e, polo tanto, todo o profesorado, deberá adaptar o currículo e a programación ás súas necesidades e posibilidades.

Poderán contemplarse distintas situacións:

1. Alumnos/as con diferentes ritmos de aprendizaxe:

a) Nenos/as cun distinto ritmo de aprendizaxe na aula, aínda que non lles afectará á práctica de actividade física.

b) Algúns/algunhas nenos/as con distinto ritmo de aprendizaxe en EF, polo que lles ofrecerá o reforzo educativo necesario, no caso de ser preciso.

2. Alumnos/as de incorporación tardía ao sistema educativo español (non existe ningún caso neste intre).

3. Alumnos/as con altas capacidades intelectuais, con necesidades continuas de ampliación e dedicación especial (non contamos con ningún caso).

4. Alumnos/as con NEE motivadas por diversas deficiencias (que, afortunadamente, non temos neste curso).

5. Alumnado diagnosticado de TDAH, sen necesidade de axuda para seguir o ritmo das sesións, aínda que nalguna ocasión haxa que darlle algún aviso para que se centre. Pero, como a outros/as sen ese diagnóstico (hai un alumno nesta situación, porén é quen de seguir a clase, avisándoo cando se considera preciso).

Unha vez abordados os aspectos máis xerais deste punto comentar que, neste primeiro nivel educativo do 3º Ciclo de Educación Primaria ao que vai dirixida esta programación, hai dous grupos de 15 e 13 alumnos/as cada un.

7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3
ET.1 - Respecto pola propia persoa, polas demais, polas normas e regras, polo material, polo espazo, etc.	X	X	X
ET.2 - Hábitos de vida saudables: alimentarios, posturais, hixiénicos, ...	X	X	X
ET.3 - Actitude positiva cara ao traballo, ao esforzo e ao afán/espírito de sacrificio e/ou superación.	X	X	X
ET.4 - Competencia dixital.	X	X	X
ET.5 - Expresión oral e escrita.	X	X	X
ET.6 - Comprensión escrita e oral.	X	X	X

Observacións:

Considero que os elementos transversais 1, 2 e 3 do parágrafo anterior, son practicamente imprescindibles na área que nos ocupa. Pois, malia que todos eles son relevantes na vida en xeral, ao meu parecer, cando se fala de actividades físicas e /ou deportivas o seu peso aumenta nos tres citados e o ideal sería lograr a súa transferencia á vida cotiá. Por suposto, os contidos da competencia dixital, así como a expresión oral e escrita, e/ou a comprensión escrita e oral tampouco deben deixarse de lado. Posto que, son tamén importantes para poder explicar as normas e/ou regras de xogos e deportes, poder entendelas, recompilar información sobre diversos aspectos da área, etc.

7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
A milla no CEIP Plurilingüe de Outes	Realizarase na contorna do centro ou no propio recinto escolar.	X	X	X
Xogos populares en diversas celebracións como: o Magosto.	Nos patios do centro levaranse a cabo diversos xogos populares e logo degustaranse as castañas asadas.	X		
A semana do trompo (San Martiño)	Faranse exhibicións de como bailar os trompos.	X		
Campo a Través.	Participación nas competicións de Campo a través ata onde se poida.	X	X	
Actividades de inclusión físico-lúdicas, cos usuario/as do Centro Ocupacional de Valadares	Trataremos de que usuarios/as do Centro Ocupacional de Valadares e algún monitor/a acudan ao noso centro para realizar actividades de inclusión físico-lúdicas e sexan eles/as (os/as usuarios) quen expliquen as tarefas a realizar.	X		

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Xornada de Piragüismo-dragóns.	Bautizo na actividade de Piragüismo-dragóns, no noso río máis importante, o Tambre.			X
Xornada de kaiak e vela	Realización da actividade de kaiak e/ou vela/embarcacións tradicionais, na nosa ría ou no Tambre.			X
Andaina/s pola contorna.	Realizaremos algunha ruta de sendeirismo, pola contorna, levando a cabo unha xornada de convivencia, ao tempo que recoñecemos a contorna e realizamos exercicio físico.	X		
III Carreira solidaria a prol dalgunha entidade, asociación... sen ánimo de lucro.	Participación na III Carreira solidaria a prol dunha entidade ou asociación sen ánimo de lucro.lla, que se realizará arredor do campo de fútbol municipal.		X	
Sesión teórico-práctica de Primeiros auxilios.	Participación nunha sesión, impartida por un membro da Comunidade educativa, coa formación e titulación requiridas, na que se abordarán unha serie de contidos teóricos e prácticos sobre os Primeiros auxilios.	X		
Circuíto de Educación viaria no patio do centro educativo.	Realización dun circuíto de Educación viaria, como peón/peoa, ciclista ou usuario/a de patinete.		X	
Sesión de actividades de inclusión físico-lúdicas, cos usuario/as do Centro de Día municipal e as persoas que alí traballan.	O alumnado, acompañado pola mestra, visitará o Centro de Día municipal, onde convivirán co usuario e profesionais de dito centro, ao tempo que e realizarán diversas actividades físico-lúdicas.	X		

Observacións:

En moitas destas actividades participará alumnado de diversos niveis e incluso entidades. Pero, evidentemente, haberá monitores/as e/ou profesores/as, que non sempre serán os/as do alumnado deste nivel.

8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro

Indicadores de logro
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
Planificación: axeitada en número e duración das actividades, nivel de dificultade, interese para o alumnado, significatividade no proceso de ensino-aprendizaxe, obxectivos ben definidos,...
Elementos Transversais: as sesións traballan implicitamente temas transversais (comprensión lectora; resolución de problemas; igualdade; educación ambiental, educación para a saúde, educación para a paz, educación cívica e moral,...)
Metodoloxía empregada
Metodoloxía: aberta e flexible; agrupamentos; métodos e estilos de aprendizaxe, adaptada ás características do alumnado e ás circunstancias que xurdan durante a práctica educativa.

Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Contidos: secuenciación, estruturación e organización dando unha visión xeral de cada tema (que teñen que aprender, que é importante, etc).
Materiais: atractivos, suficientes, accesibles para todo o alumnado, ...
Medidas de atención á diversidade
Atención á diversidade: partiuse do nivel de desenvolvemento do alumnado e respectáronse as súas características individuais.
Clima de traballo na aula
Alumnado: logrouse a súa motivación, despertouse a súa curiosidade, a participación activa,...
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Interdisciplinabilidade: planificación da propia área de forma coordinada co resto do profesorado (por nivel, ciclo, equipos educativos, profesorado de apoio, etc).

Descrición:

Farase unha valoración do proceso para ir realizando axustes, de ser preciso. Trimestralmente empregaranse indicadores de logro, para comprobar se o noso proceso docente está seguindo as directrices programadas, ou se é necesario realizar algunha/s modificación/s no mesmo, para mellorar a nosa actuación e conseguir unha maior coherencia co contexto educativo concreto, no que se leva a cabo, atendendo ás necesidades e intereses do alumnado.

Para a valoración dos indicadores de logro empregaranse instrumentos de avaliación como as escalas de observación.

8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

As programacións didácticas deben incluír mecanismos de revisión, avaliación e modificación en relación cos resultados académicos e procesos de mellora. O/A mestre/a de Educación Física, polo tanto, ao remate de cada trimestre e unha vez revisados: os resultados académicos, a avaliación docente, e a avaliación do proceso de ensino/aprendizaxe, tomará as posibles medidas que conduzan á mellora deses resultados realizando unha análise en profundidade da programación didáctica.

Estas propostas de mellora tamén se recollerán na memoria final, así como os contidos que foi preciso engadir, eliminar ou modificar con respecto á programación prevista.

Ao ser a programación un documento, co que guiarse día a día na realidade da aula, convén reflexionar sobre a súa adecuación a cada grupo-clase, ou a cada alumno/a e, de ser preciso, habería que modificala en función dos feedback recibidos e dos resultados obtidos.

Cada trimestre revisaranse: a avaliación do alumnado, a do docente e a do ensino/aprendizaxe.

A continuación expóranse unha serie de aspectos susceptibles de analizar, como parte da revisión, avaliación e modificación da programación didáctica:

1. Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo.
2. Adecuación da secuenciación e temporalización das unidades didácticas.
3. O desenvolvemento da programación respondeu a secuenciación e temporalización previstas.
4. Aplicación da metodoloxía didáctica acordada.
5. Adecuación da secuencia de traballo na aula.
6. Adecuación dos materiais didácticos utilizados.
7. Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado.
8. Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua.
9. Adecuación dos programas de apoio, recuperación...
10. Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE (de aparecer algún caso).
11. Grao de desenvolvemento das actividades extraescolares e complementarias previstas.
12. Adecuación dos mecanismos para informar as familias sobre criterios de avaliación.
13. Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.

14. Contribución, desde a materia, ao plan de lectura do centro.
15. Grao de integración das TIC no desenvolvemento da materia.

9. Outros apartados