

PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA



CENTRO: CEIP VIRXE DO PORTAL
DOCENTE: ADRIÁN SAAVEDRA AMO
CURSOS: 2º, 4º, 6º

INTRODUCCIÓN

A **Educación Física** busca a través do movemento corporal o desenvolvemento integral da persoa, pero non reducida a aspectos perceptivos ou motores, senón que tamén abrangue aspectos comunicativos, expresivos, afectivos e cognitivos. É por iso que a EF foi adquirindo un maior protagonismo nos últimos anos, plasmándose nos currículos oficiais como unha área curricular máis do sistema educativo. Esta relevancia crece a raíz da importancia do corpo e a actividade motora como forma de relacionarse co contorno e con outras persoas, como fonte de saúde e de calidade de vida, como forma positiva de aproveitar o ocio e tempo libre.

A EF vai favorecer o **desenvolvemento global** da persoa fomentando aspectos relacionados coa realidade corporal, como son o esquema corporal, a lateralidade, a condición física, a expresión das emocións, habilidades e condutas relacionadas coa saúde, etc.

Dende o noso punto de vista trataremos que o alumnado desenvolva patróns motores básicos que constitúan a **base de posteriores aprendizaxes**, a través de actividades que impliquen actitudes e valores, nas que se vexan reflectida a influencia do corpo e a conduta motora. Do mesmo modo tamén teremos en conta o diferente ritmo de maduración das alumnas/os, **adaptándonos e individualizando** na medida do posible, tendo en conta principalmente a idade biolóxica do neno/a, e tratando que alcance os obxectivos dende a motivación e non simplemente dende a autoridade do mestre/a. Comodi Pieron, M. (1988) "*... o ensino eficaz é a que atopa os medios para que os alumnos se sintan comprometidos axeitadamente na materia e iso durante unha porcentaxe elevada de tempo, sen ter que recorrer a técnicas ou intervencións coercitivas, negativas ou punitivas*".

XUSTIFICACIÓN

Concíbese esta programación como o **último elo** dun proceso que unifica e estrutura o labor educativo, por iso cree necesario concretar a que nos referimos cando falamos de programación didáctica. Así, segundo *Viciana, J. (2002)*, poderíamos diferenciar entre dous conceptos como son:

- ❖ **Programación de aula:** proxecto de traballo dun curso académico, realizado por *un profesor/a* para un curso concreto dentro dun centro educativo.
- ❖ **Programación didáctica:** realízaa un *conxunto de profesores/as*, cunhas directrices máis xerais que guiarán as programacións de aula.

A Programación didáctica ocupará unha metade do seu desenvolvemento en **aspectos máis teóricos**, enmarcándose nun contexto, analizando a relación das unidades didácticas cos elementos prescritivos do currículo, dando unhas pautas acerca dos alumnos/as con necesidades específicas de apoio educativo e sinalando a metodoloxía e avaliación a utilizar. A outra metade terá un **carácter máis práctico**, xa que será onde se desenvolvan as 15 unidades didácticas e seguindo os mesmos apartados en todas elas, co fin de ter unha mellor xustificación no labor docente. "Se planificas por un ano, sementa trigo. Se planificas por unha década, planta árbores. Se planificas por unha vida, *educa persoas*". (Kwang–Tang–Zu 300 a.C.)

Sinalar que tivemos en conta aspectos fundamentais para a lei vixente, como son:

■ **Tecnoloxías da Información e a Comunicación (TIC):** na actualidade teñen gran relevancia, por iso nalgunhas sesións os alumnos/as realizarán buscas na aula de informática, visionarán documentos audiovisuais e utilizarán diferentes programas informáticos, coma aplicacións clic ou webquest.

■ **Fomento da lectura:** Segundo a LOE/LOMCE establécese que se debe dedicar un tempo

diario a esta. Na nosa área acudiremos á biblioteca do centro, co que fomentaremos a lectura en sesións nas que deberán consultar referencias bibliográficas para desenvolver determinados contidos.

- **Educación en valores:** Este aspecto desenvólvese con máis amplitude no **apartado**

5.6. desta programación.

- **Plan de convivencia:** que será elaborado polos diferentes profesionais do centro.

Información xeral

O centro é un **CEIP** que se atopa situado nunha **zona rural do interior de Galicia, na provincia de A Coruña**, con 2 grupos de educación infantil e 3 de educación primaria, sumando un total de 5 grupos. O número de alumnas/os escolarizadas é un total de 51.

Neste centro traballan 7 mestres/as e unha orientadora, un especialista en inglés, especialista de música con titoría de 1º e 2º curso de Educación primaria, audición e linguaxe, orientación compartida, mestra de relixión, mestre de educación física con titoría en 3 e 4º curso máis o director asociado á titoría de 5º e 6º.

imos comentar todo o concernente á área de Educación Física no apartado número 4 da nosa programación.

Dependencias

O centro cumpre cos requisitos mínimos establecidos pola administración educativa lexislados no Real Decreto 132/2010, 12 febreiro, polo que se establecen os requisitos mínimos dos centros de Educación Infantil e Educación Primaria.

Ademais no recinto escolar existe unha **pista polideportiva descuberta**. Existe un convenio de colaboración co **Concello** para a utilización preferente para clases de Educación física do **Pavillón Polideportivo**, con acceso directo desde o centr

Xornada escolar

A xornada escolar do centro é **partida**, nos meses de setembro e xuño de 10:15 a 16:05 e no resto de meses de 10:20 a 16:30, sendo as clases de 55', e a de pola tarde de 60', o recreo de 20', e o xantar de 50' de duración. O horario de atención a pais e nais é o luns de 16:30 a 17:30.

Existe comedor para os alumnos/as do centro, así como transporte tanto dos seus domicilios ao centro escolar, como, ao finalizar a xornada escolar, dende o colexio ata os seus domicilios; tanto o servizo de comedor como de transporte é utilizado pola maioría do alumnado.

Área de Educación Física

No centro existe un **patio cuberto** e unha pista polideportiva descuberta, sen campos sinalizados. Ademais dun **Pavillón Polideportivo** cuberto de propiedade municipal. (con campos de balonmán, fútbol sala, baloncesto, tenis e bádminton).

Dispoñemos de gran número de *pequeno material*, como pelotas, aros e cordas de diferentes tamaños e cores, balóns (baloncesto, fútbol, voleibol, balonmán e as súas modalidades mini), discos voadores, indiacas, raquetas de bádminton, picas de plástico e madeira, conos de diferentes tamaños e cores, etc. En canto ao *grande material* posúe porterías, canastras de baloncesto e minibaloncesto, redes e postes para tenis voleibol e bádminton, espaleiras, colchóns, quitamedos, bancos suecos e unha rampla.

Actividades complementarias e extraescolares

Con respecto as actividades extraescolares, realizaranse con todas aquelas medidas de seguridade precisas. Con respecto as actividades complementarias, reducíronse por mor da pandemia, poderanse realizar ao longo do curso, se a situación actual o permite, buscando aquelas que poidan ser de gran interese para o alumnado.

ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOIO EDUCATIVO

O **Decreto 105/2014 do 4** define o alumnado con NEAE aquel que “requira una atención educativa diferente a ordinaria por presentar necesidades educativas especiais, dificultades específicas de aprendizaxe, altas capacidades, incorporación tardía o sistema educativo, TDAH ou por condicións persoais ou de historial escolar”.

Todo o relacionado cos alumnos con NEAE como a detección de ditas necesidades, escolarización destes está recollido na **LOMCE**, no **Decreto 105/2014**, no **Decreto 229/2011** e na **Orde do 8 de setembro de 2022**. Téñense en conta todas elas para atender ao alumando NEAE dende a área de Educación Física.

Alumnos/as que presentan necesidades educativas especiais,

Son os que requiren por un período do seu escolarización ou ao longo dela, determinados apoios e atencións educativas específicas derivadas de discapacidade ou trastornos graves de conduta. Réxense polos principios de normalización e inclusión, asegurando a non discriminación e a igualdade no acceso e a permanencia no sistema educativo. Teremos estes aspectos en conta no caso de contar con alumnado que presente estas casuísticas.

RELACIÓN COS ELEMENTOS DO CURRÍCULO

RELACIÓN COAS COMPETENCIAS CLAVE

As competencias clave son aquelas que nos van permitir poñer en práctica de forma integrada, en contextos e situacións diversos, os coñecementos, habilidades e as actitudes persoais adquiridas. O concepto de competencia non só inclúe o saber e saber facer, senón que tamén refírese ao saber ser ou estar. O sistema educativo debe propiciara educación permanente, é por iso que a través das competencias básicas se preparará os alumnos/as a aprender por si mesmos e a fomentar o desexo de aprendizaxe continua, a desenvolver os valores da cidadanía democrática.

As diferentes competencias contribuirán a integrar as diferentes aprendizaxes, de forma que se poidan utilizar cando sexa necesario, e será un factor que oriente o ensino.

■ **Competencia en comunicación lingüística (CCL)**, estará vinculada dentro da nosa área

de Educación Física mediante os procesos de comunicación que se establecerán entre o alumnado e entre profesor - alumno/a, mediante a transmisión das sensacións nas sesións, dúbidas, etc.; así mesmo, o vocabulario

específico da área tamén estará reflectido en cada unha das unidades didácticas da presente programación.

■ **Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)**, os números, en referencia ás agrupacións que se realizarán nas sesións (par, tríó...), ás

operacións que se puidesen realizar con eles, serán parte de cada unidade, incluída na metodoloxía desenvolvida, da mesma forma a través da expresión corporal pódense comunicar, utilizando o corpo conceptos como figuras xeométricas e números en diferentes unidades didácticas.

■ **Competencia dixital (CD)**, os alumnos/as utilizarán a aula de informática e a biblioteca para buscar datos de cancións e panxoliñas de Nadal, xogos populares, hábitos de hixiene postural, persoal e de alimentación, e traballarán a través de aplicacións clic e de webquest diferentes contidos das unidades didácticas (Plan das TIC).

■ **Competencias sociais e cívicas (CSC)**, a resolución de conflitos, a coeducación e a educación en valores estarán presentes en todas as unidades didácticas desta programación.

■ **Conciencia e expresións culturais (CCEC)**, a través de actividades de expresión e dramatización, dos xogos populares ou das actividades nas que a música está presente, poderemos desenvolver esta competencia.

- **Aprender a aprender (CAA)**, a través da metodoloxía aplicada nas unidades didácticas favoreceremos o descubrimento e poder transferir o aprendido nas sesións de educación física ás actividades do tempo de lecer, así como a outras actividades da vida diaria.
- **Sentido e iniciativa do espírito emprendedor (CSIEE)**. Mediante a adquisición de hábitos, coma os hixiénicos e saudables ou resolución de tarefas para mellorar aspectos da vida cotiá.

A ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

A área de Educación física ten como finalidade principal a competencia motriz dos alumnos e das alumnas, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e sentimentos que interveñen nas múltiples interaccións que realiza un individuo no seu medio e cos demais e que permite que o alumnado supere os diferentes problemas motrices propostos tanto nas sesión de Educación física como na súa vida cotiá; sempre de forma coherente e en concordancia ao nivel de desenvolvemento psicomotor, prestando especial sensibilidade á atención a diversidade nas aulas, utilizando estratexias inclusivas e sempre buscando a integración dos coñecementos, os procedementos, as actitudes e os sentimentos vinculados á conduta motora fundamentalmente. A competencia motriz, que non está recollida como unha das competencias clave, é fundamental para o desenvolvemento destas, especialmente as

Competencias Social e Cívica, Aprender a Aprender, Sentido de Iniciativa e Espírito Emprendedor, Conciencia e Expresións Culturais e Matemática e Científico Tecnolóxica e, en menor medida, a Competencia en Comunicación Lingüística e a Competencia Dixital.

Na educación primaria, o alumnado explorará o seu potencial motor á vez que desenvolve todas as súas capacidades motrices. Isto implica mobilizar toda unha serie de habilidades motrices, actitudes e valores en relación co corpo, en diversas situacións de ensino-aprendizaxe, nas que a experiencia individual e colectiva permitan adaptar a conduta motriz a diferentes contornas.

Nesta etapa, as competencias adquiridas deben permitir comprender o seu corpo, as súas posibilidades e desenvolver as habilidades motrices básicas con complexidade crecente a medida que se progresa nos sucesivos cursos. As propias actividades axudarán ademais a desenvolver a relación cos demais, o respecto, a atención especial á igualdade de xénero, entendendo as diferenzas en canto as capacidades psicofísicas entre as nenas e os nenos, os condicionantes dos estereotipos sociais, a colaboración, o traballo en equipo, o xogo limpo, a resolución de conflitos, o recoñecemento do esforzo para lograr metas, a aceptación de regras establecidas e o desenvolvemento da iniciativa individual.

A Educación física ao longo da educación primaria ten no xogo o máis importante recurso como situación de aprendizaxe e ferramenta didáctica polo seu carácter motivador.

Debemos destacar os xogos tradicionais galegos que xunto coas danzas e bailes propias de Galicia, supoñen un elemento importante de transmisión do noso patrimonio artístico e cultural ademais de fomentar as relacións interxeracionais.

A proposta curricular de Educación física permitirá organizar as aprendizaxes dos alumnos e as alumnas ao longo do paso polo sistema educativo, tendo en conta o seu nivel de maduración, a lóxica interna das diversas actividades e aqueles elementos que afectan de maneira transversal a todos os bloques como son as capacidades físicas e coordinativas, os valores sociais e individuais e a educación para a saúde.

As propostas didácticas deben incorporar a reflexión e a análise do que acontece e a creación de estratexias para facilitar a transferencia de coñecementos a outras situacións.

O traballo por competencias integra un coñecemento de base conceptual, outro relativo ás destrezas e, por último, un con gran influencia social e cultural, que implica un conxunto de valores e actitudes.

Para facilitar a concreción curricular de Educación física establécense trece criterios de avaliación que se concretan nos estándares de aprendizaxe. Estes permitirán definir os resultados da aprendizaxes, e concretarán mediante accións o que alumnado debe saber e

saber facer na área de Educación física. Estes estándares están graduados e secuenciados ao longo da etapa e, unha vez finalizada esta, deberán estar todos acadados e consolidados.

Os contidos están distribuídos en seis grandes bloques:

Bloque 1. Contidos comúns.

Bloque 2. O corpo: imaxe e percepción.

Bloque 3. Habilidades motrices.

Bloque 4. Actividades físicas artístico expresivas. Bloque 5. Actividade física e saúde.

Bloque 6. Os xogos e as actividades deportivas.

Esta agrupación non determina métodos concretos, responde a unha forma de organizar os contidos que deben ser abordados dun xeito enlazado atendendo á configuración cíclica do ensino da área, construíndo uns contidos sobre os outros, como unha estruturade relacións observables de forma que se facilite a súa comprensión e aplicación en contextos cada vez máis enriquecedores e complexos. Tampouco implica unha organización pechada, pola contra, permitirá organizar de diferentes maneiras os contidos, adoptando a metodoloxía máis axeitada ás características destes e do grupo de alumnos e alumnas.

Os contidos do bloque común, pola súa natureza transversal, traballaranse ao longo do curso en combinación cos contidos do resto dos bloques dado que trata aspectos como: os valores que teñen por referente o corpo, o movemento e á relación coa contorna, a educación viaria, a resolución de conflitos mediante o diálogo e aceptación das regras establecidas, o desenvolvemento da iniciativa individual e de hábitos de esforzo, as actitudes, a confianza, o uso adecuado dos materiais e espazos e a integración das Tecnoloxías da Información e Comunicación.

Como consecuencia de todo o anterior, establécense unha serie de orientacións metodolóxicas para a área que favorecerán un enfoque competencial, así como a consecución, consolidación e integración dos diferentes estándares por parte do alumnado:

A Educación física nesta etapa terá un carácter eminentemente global e lúdico, ata o punto de converter o xogo no contexto ideal para a maioría das aprendizaxes.

A selección dos contidos e as metodoloxías activas e contextualizadas deben asegurar o desenvolvemento das competencias clave ao longo de toda a etapa.

As estruturas de aprendizaxe cooperativo posibilitarán a resolución conxunta das tarefas e dos problemas, e potenciarán a inclusión do alumnado.

O profesorado debe implicarse na elaboración e deseño de diferentes tipos de materiais, adaptados aos distintos niveis e aos diferentes estilos e ritmos de aprendizaxe dos alumnos e alumnas, co obxecto de atender á diversidade na aula e personalizar os procesos de construción das aprendizaxes. Débese potenciar o uso dunha variedade de materiais e recursos, considerando especialmente a integración das Tecnoloxías da Información e a Comunicación.

Favoreceranse metodoloxías que teñan a súa base no descubrimento guiado, a resolución de problemas, o traballo por retos ou a cooperación.

Deberá buscarse a implicación das familias como un factor clave para facer dos nosos alumnos e alumnas suxeitos activos na xestión da súa saúde e na adquisición de hábitos de vida saudable.

Finalmente, é necesaria unha axeitada coordinación entre o persoal docente sobre as estratexias metodolóxicas e didácticas que se utilicen. Os equipos educativos deben formular con criterios consensuados unha reflexión común e compartida sobre a eficacia das diferentes propostas metodolóxicas.

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA				
a c d k m	B1.1. Valoración e aceptación da propia realidade corporal e a dos e das demais.	B1.1. Opinar tanto desde a perspectiva de participante como de espectador ou espectadora, ante as posibles situacións conflitivas xurdidas, participando en debates, e aceptando as opinións dos e das demais.	EFB1.1.1. Investiga, reflexiona e debate de forma guiada sobre distintos aspectos da moda e a imaxe corporal dos modelos publicitarios.	CSC CAA CSIEE CD
	B1.2. Respecto e valoración das persoas que participan no xogo sen mostrar discriminacións de ningún tipo.		EFB1.1.2. Explica aos seus compañeiros as características dun xogo practicado na clase.	CCL CAA CSC CSIEE
	B1.3. Confianza nas propias capacidades para desenvolver actitudes apropiadas e afrontar as dificultades propias da práctica da actividade física.		EFB1.1.3. Mostra boa disposición para solucionar os conflitos de xeito razoable.	CSC CAA CSIEE
			EFB1.1.4. Recoñece as condutas inapropiadas que se producen na práctica deportiva.	CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
				CSIEE
i	<p>B1.4. Utilización de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe para obter información, relacionada coa área.</p> <p>B1.5. Integración das tecnoloxías da información e a comunicación no proceso de aprendizaxe.</p>	B1.2. Buscar e presentar Información e compartila, utilizando fontes de información determinadas e facendo uso das tecnoloxías da información e a comunicación como recurso de apoio á área.	<p>EFB1.2.1. Utiliza as novas tecnoloxías para localizar a información que se lle solicita.</p> <p>EFB1.2.2. Presenta os seus traballos atendendo as pautas proporcionadas, con orde, estrutura e limpeza.</p> <p>EFB1.2.3. Expón as súas ideas expresándose de forma correcta en diferentes situacións e respecta as opinións dos e das demais.</p>	<p>CD</p> <p>CAA</p> <p>CSIEE</p> <p>CCL</p> <p>CD</p> <p>CAA</p> <p>CCL</p> <p>CSC</p> <p>CD</p>
a k l n	<p>B1.6. Implicación activa en actividades motrices diversas, recoñecendo e aceptando as diferenzas individuais no nivel de habilidade.</p> <p>B1.7. Uso correcto de materiais e espazos na práctica da Educación</p>	B1.3. Demostrar un comportamento persoal e social responsable, respectándose a si mesmo/a e aos outros e outras nas actividades físicas e nos xogos, aceptando as normas e regras establecidas e actuando con interese e iniciativa individual e	<p>EFB1.3.1. Participa activamente nas actividades propostas buscando unha mellora da competencia motriz.</p> <p>EFB1.3.2. Demostra certa autonomía</p>	<p>CSC</p> <p>CAA</p> <p>CSIEE</p> <p>CSIEE</p>

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	física. B1.8. O coidado do corpo e a consolidación de hábitos de hixiene corporal. B1.9. Adopción de condutas seguras ao actuar como peóns ou peoas, nas saídas polo contorno do colexio.	traballo en equipo.	resolvendo problemas motores.	CAA CCEC CSC
			EFB1.3.3. Incorpora nas súas rutinas o coidado e hixiene do corpo.	CSC CAA
			EFB1.3.4. Participa na recollida e organización de material utilizado nas clases.	CSC
			EFB1.3.5. Acepta formar parte do grupo que lle corresponda e o resultado das competicións con deportividade.	CSC CAA
BLOQUE 2. O CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN				
k m	B2.1. Aceptación da propia realidade corporal. B2.2. Confianza nun mesmo, aumento da autoestima e a autonomía persoal.	B2.1. Aceptar e respectar a propia realidade corporal e a dos e das demais.	EFB2.1.1. Respecta a diversidade de realidades corporais e de niveis de competencia motriz entre os nenos e nenas da clase.	CSC CAA
b	B2.3. Estrutura corporal. Percepción,	B2.2. Coñecer a estrutura e	EFB2.2.1. Coñece e identifica as partes do	CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
k	<p>identificación e representación do propio corpo e das principais partes que interveñen no movemento (articulacións e segmentos corporais).</p> <p>B2.4. Experimentación e exploración de posturas corporais diferentes, a partir das posibilidades de movemento das distintas articulacións e segmentos corporais.</p> <p>B2.5. Vivencia da relaxación global como estado de quietude. Toma de conciencia da respiración e as súas fases.</p> <p>B2.6. Experimentación de situacións simples de equilibrio estático e dinámico sen obxectos, sobre bases estables, e portando obxectos.</p> <p>B2.7. Percepción espazo-temporal. Orientación do corpo e nocións topolóxicas básicas (dentro/fóra, arriba/abaixo, diante/detrás, preto/lonxe...).</p> <p>B2.8. Afirmación da lateralidade.</p>	funcionamento do corpo para adaptar o movemento ás circunstancias e condicións de cada situación, sendo capaz de representar mentalmente o seu corpo na organización das accións motrices.	corpo propias e do compañeiro/a.	CSC
			EFB2.2.2. Domina o equilibrio estático, sen axuda, variando o centro de gravidade en base de sustentación estable.	CSC CAA
			EFB2.2.3. Iníciase no equilibrio dinámico.	CSC CAA
			EFB2.2.4. Reacciona corporalmente ante estímulos sinxelos visuais, auditivos e táctiles, dando respostas motrices que se adapten ás características deses estímulos, diminuindo os tempos de resposta.	CAA CSC CSIEE

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	<p>Recoñecemento da dominancia lateral e da dereita e esquerda propias.</p> <p>B2.9. Posibilidades sensoriais (vista, oído, tacto). Experimentación, exploración e discriminación das sensacións.</p>			
BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES				
B j k	<p>B3.1. Formas e posibilidades do movemento. Experimentación de diferentes formas de execución e control das habilidades motrices básicas: desprazamentos, xiros, saltos, suspensión, lanzamentos e recepcións.</p> <p>B3.2. Desenvolvemento e control da motricidade fina e a coordinación viso motora a través do manexo de obxectos.</p> <p>B3.3. Resolución de problemas motores sinxelos.</p> <p>B3.4. Acondicionamento físico xeral</p>	<p>B3.1. Resolver situacións motrices con diversidade de estímulos e condicionantes espazo-temporais, seleccionando e combinando as habilidades motrices básicas e adaptándoas ás condicións establecidas de forma eficaz.</p>	<p>EFB3.1.1. Desprázase de distintas formas, variando os puntos de apoio, con coordinación e boa orientación espacial.</p>	<p>CSC</p> <p>CCEC</p> <p>CAA</p>
			<p>EFB3.1.2. Salta de distintas formas, variando os puntos de apoio, amplitudes e frecuencias, con coordinación e boa orientación espacial.</p>	<p>CSC</p> <p>CCEE</p> <p>CAA</p>
			<p>EFB3.1.3. Realiza as habilidades que impliquen manexo de obxectos con coordinación dos segmentos corporais, iniciando os xestos axeitados.</p>	<p>CSC</p> <p>CCEE</p> <p>CAA</p>

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	<p>en situacións de xogo, especialmente mantemento e mellora da flexibilidade.</p> <p>B3.5. Disposición favorable a participar en actividades físicas diversas aceptando as diferenzas no nivel de habilidade.</p> <p>B3.6. Autonomía e confianza nas propias habilidades motrices en situacións e contornos habituais.</p>		<p>EFB3.1.4. Realiza xiros sobre o eixo lonxitudinal variando os puntos de apoio, con coordinación e boa orientación espacial.</p>	<p>CSC</p> <p>CCEE</p> <p>CAA</p>
			<p>EFB3.1.5. Equilibra o corpo en distintas posturas intentando controlar a tensión, a relaxación e a respiración.</p>	<p>CSC</p> <p>CAA</p> <p>CSIEE</p>
BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS				
b	<p>B4.1. Descubrimiento e exploración das posibilidades expresivas do corpo e do movemento. Sincronización do movemento con estruturas rítmicas sinxelas. Ritmos baseados na introdución de acentos nunha cadencia, ritmos baseados na duración dos intervalos (curtos ou longos).</p>	<p>B4.1. Utilizar os recursos expresivos do corpo e o movemento, comunicando sensacións e emocións.</p>	<p>EFB4.1.1. Representa personaxes e situacións, mediante o corpo e o movemento con desinhibición e espontaneidade.</p>	<p>CCEC</p> <p>CSC</p> <p>CAA</p>
d			<p>EFB4.1.2. Reproduce corporalmente una estrutura rítmica sinxela.</p>	<p>CCEC</p> <p>CSC</p> <p>CAA</p>
j	<p>B4.2. Execución de bailes ou danzas</p>			
k				
m				
o				

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	<p>sinxelas representativas da cultura galega e doutras culturas, asociando o movemento corporal ao ritmo.</p> <p>B4.3. Imitación de personaxes, obxectos e situacións.</p> <p>B4.4. Participación en situacións que supoñan comunicación corporal. Recoñecemento das diferenzas no modo de expresarse.</p> <p>B4.5. Desinhibición na exteriorización de emocións e sentimentos a través do corpo, o xesto e o movemento.</p>		EFB4.1.3. Realiza bailes e danzas sinxelas representativas da cultura galega e doutras culturas.	<p>CCEC</p> <p>CAA</p> <p>CSC</p> <p>CSIEE</p>
BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE				
a b k	<p>B5.1. Identificación e práctica de hábitos básicos de hixiene corporal (aseo, roupa e calzado), alimentarios e posturais, relacionados coa actividade física.</p> <p>B5.2. Relación da actividade física co</p>	B5.1. Coñecer os efectos do exercicio físico, a hixiene, a alimentación e os hábitos posturais sobre a saúde e o benestar.	<p>EFB5.1.1. Cumpre as normas básicas do coidado do corpo en relación coa hixiene, con autonomía.</p> <p>EFB5.1.2. Adopta hábitos alimentarios saudables.</p>	<p>CSIEE</p> <p>CAA</p> <p>CSC</p> <p>CSIEE</p>

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	benestar da persoa. B5.3. Mobilidade corporal orientada á saúde.			CAA
			EFB5.1.3. Incorpora á súa rutina diaria a actividade física como axente de saúde.	CSC CAA CSIEE
k	B5.4. Respecto das normas de uso de materiais e espazos na práctica de actividade física para evitar accidentes. B5.5. Respecto ás persoas que participan no xogo, sen mostrar discriminacións de ningún tipo.	B5.2. Coñecer a importancia das medidas de seguridade na práctica da actividade física.	EFB5.2.1. Identifica e sinala os riscos individuais e colectivos daquelas actividades físicas que vai coñecendo e practicando.	CAA CSC
BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS				
a b k m	B6.1. Descubrimento da cooperación e a oposición con relación ás regras de xogo. Aceptación de distintos papeis no xogo. B6.2. Recoñecemento e aceptación das persoas que participan no xogo, aceptando o reto que supón opoñerse ao outro sen que iso derive en	B6.1. Coñecer tácticas elementais dos xogos aplicando as regras en situación de cooperación e de oposición.	EFB6.1.1. Pon en práctica as tácticas elementais dos xogos. EFB6.1.2. Utiliza as regras dos xogos en situación de cooperación e oposición.	CSC CSIEE CAA CAA CSIEE

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	<p>situacións de rivalidade ou menosprezo.</p> <p>B6.3. Comprensión das normas de xogo e cumprimento voluntario destas.</p> <p>B6.4. Confianza nas propias posibilidades e esforzo nos xogos, con aceptación das limitacións persoais.</p>			CSC
d k m o	<p>B6.5. O xogo como actividade común a todas as culturas.</p> <p>B6.6. Coñecemento e práctica dalgúns xogos de Galicia. Descubrimiento de xogos interculturais.</p> <p>B6.7. Práctica de xogos libres e organizados.</p>	B6.2. Coñecer a diversidade de actividades físicas, lúdicas, deportivas, en especial as de Galicia.	EFB6.2.1. Practica xogos libres e xogos organizados, recoñecendo as súas características e diferenzas.	CCEE CAA CSC
			EFB6.2.2. Investiga e coñece xogos tradicionais de Galicia.	CCEC CD CAA CSC
			EFB6.2.3. Realiza distintos xogos tradicionais de Galicia seguindo as regras básicas.	CCEC CSC

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEGUNDO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
				CAA
k l m o	B6.8. Xogos de aire libre no parque ou en contornos naturais próximos ao colexio. Exploración e gozo da motricidade ao aire libre, respectando a natureza.	B6.3. Manifestar respecto cara ao contorno e o medio natural nos xogos e actividades ao aire libre.	EFB6.3.1. Realiza actividades no medio natural.	CSC CAA
			EFB6.3.2. Coñece o coidado e respecto do medio ao efectuar algunha actividade fóra do centro.	CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA				
a c d k m	<p>B1.1. Valoración e aceptación da propia realidade corporal e a das demais persoas.</p> <p>B1.2. Aceptación e respecto cara ás normas, regras, estratexias e persoas que participan no xogo. Elaboración e cumprimento dun código de xogo limpo.</p> <p>B1.3. Confianza nas propias capacidades para desenvolver actitudes apropiadas e afrontar as dificultades propias da práctica da actividade física.</p>	<p>B1.1. Opinar, tanto desde a perspectiva de participante como de espectador ou espectadora, ante as posibles situacións conflitivas xurdidas, participando en debates, e aceptando as opinións dos e das demais.</p>	EFB1.1.1. Investiga, reflexiona e debate de forma guiada sobre distintos aspectos da moda e a imaxe corporal dos modelos publicitarios.	CSC CAA CD
			EFB1.1.2. Explica aos seus compañeiros e compañeiras as características dun xogo practicado na clase.	CCL CAA CSC
			EFB1.1.3. Mostra boa disposición para solucionar os conflitos de xeito razoable.	CSC CAA CSIEE
			EFB1.1.4. Recoñece as condutas inapropiadas que se producen na práctica deportiva.	CSC CAA CSIEE
			EFB1.1.5. Demostra un nivel de autoconfianza	CSC

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
			axeitada ás súas capacidades.	CSIEE CAA
i	B1.4. Utilización de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe para obter información, relacionada coa área. B1.5. Integración das tecnoloxías da información e a comunicación no proceso de aprendizaxe.	B1.2. Buscar e presentar información e compartila, utilizando fontes de información determinadas e facendo uso das tecnoloxías da información e a comunicación como recurso de apoio á área.	EFB1.2.1. Utiliza as novas tecnoloxías para localizar a información que se lle solicita.	CD CAA
			EFB1.2.2. Presenta os seus traballos atendendo as pautas proporcionadas, con orde, estrutura e limpeza.	CCL CD CAA
			EFB1.2.3. Expón as súas ideas expresándose de forma correcta en diferentes situacións e respecta as opinións dos e das demais.	CCL CSC
a k l n	B1.6. Implicación activa en actividades motrices diversas, recoñecendo e aceptando as diferenzas individuais no nivel de habilidade. B1.7. Uso correcto de materiais e espazos na práctica da Educación	B1.3. Demostrar un comportamento persoal e social responsable, respectándose a un mesmo e ás outras persoas nas actividades físicas e nos xogos, aceptando as normas e regras establecidas e actuando con interese e iniciativa individual e traballo en equipo.	EFB1.3.1. Participa activamente nas actividades propostas buscando unha mellora da competencia motriz.	CSC CAA
			EFB1.3.2. Demostra certa autonomía resolvendo problemas motores.	CSIEE CAA CCEC

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	física. B1.8. O coidado do corpo e a consolidación de hábitos de hixiene corporal. B1.9. Coñecemento da normativa básica de circulación en rúas e estradas. B1.10. Identificación e respecto, ao realizar saídas fóra do colexio, dos sinais básicos de tráfico que afectan aos peóns ou peoas e ás persoas ciclistas.		EFB1.3.3. Incorpora nas súas rutinas o coidado e hixiene do corpo.	CSC CSIEE CAA
			EFB1.3.4. Participa na recollida e organización de material utilizado nas clases.	CSC
			EFB1.3.5. Acepta formar parte do grupo que lle corresponda e o resultado das competicións con deportividade.	CSC CAA
			EFB1.3.6. Recoñece e respecta as normas de educación viaria en contornos habituais e non habituais.	CSC CAA
BLOQUE 2. O CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN				
b k m	B2.1. Valoración e aceptación da propia realidade corporal e a dos e das demais mostrando una actitude crítica cara ao modelo estético-corporal socialmente vixente.	B2.1. Aceptar e respectar a propia realidade corporal e a das demais persoas.	EFB2.1.1. Respecta a diversidade de realidades corporais e de niveis de competencia motriz entre os nenos e nenas da clase.	CSC CAA
	B2.2. Seguridade, confianza nun		EFB2.1.2. Toma de conciencia das esixencias e valoración do esforzo que comportan as	CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Objetivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	mesmo e nas demais persoas. B2.3. Autonomía persoal: autoestima, expectativas realistas de éxito.		aprendizaxes de novas habilidades.	CSIEE
b k	B2.4. Descubrimiento dos elementos orgánico-funcionais relacionados co movemento: circulación, respiración, locomoción (principais músculos e articulacións). B2.5. Control do ritmo respiratorio en diferentes actividades. Toma de conciencia e inicio do control dos diferentes tipos de respiración. B2.6 Equilibrio estático e dinámico sobre superficies estables e inestables e alturas variables. B2.7. Organización espacial (organización dos elementos no espazo, apreciación de distancias, traxectorias, orientación, lonxitude). Organización temporal	B2.2. Coñecer a estrutura e funcionamento do corpo para adaptar o movemento ás circunstancias e condicións de cada situación, sendo capaz de representar mentalmente o seu corpo na organización das accións motrices.	EFB2.2.1. Recoñece os dous tipos de respiración.	CAA CSC
			EFB2.2.2. Mantense en equilibrio sobre distintas bases de sustentación a alturas variables.	CSC CAA
			EFB2.2.3. Coñece os músculos e articulacións principais que participan en movementos segmentarios básicos e no control postural.	CMCCT CAA CSC
			EFB2.2.4. Colócase á esquerda-dereita de diferentes obxectos, persoas e espazos en movemento, con e sen manipulación de distintos móbiles.	CAA CSC CSIEE
			EFB2.2.5. Mellora a súa eficacia nas repostas motrices ante combinacións de estímulos	CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	(duración, sucesión, ritmo). Organización espazo-temporal velocidade, previsión do movemento).		visuais, auditivos e táctiles no tempo e no espazo.	CSC CSIEE
BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES				
b j k	B3.1. Formas e posibilidades do movemento. Axuste e consolidación dos elementos fundamentais na execución das habilidades motrices básicas. B3.2. Utilización eficaz e económica das habilidades motrices básicas en medios e situacións estables e coñecidas. B3.3. Inicio na adaptación das habilidades básicas a situacións non habituais e contornos descoñecidos ou con incerteza, incidindo nos mecanismos de decisión. B3.4. Mellora das capacidades físicas básicas de forma global e orientada á execución das habilidades	B3.1. Resolver situacións motrices con diversidade de estímulos e condicionantes espazo-temporais, seleccionando e combinando as habilidades motrices básicas e adaptándoas ás condicións establecidas de forma eficaz.	EFB3.1.1. Realiza desprazamentos en diferentes tipos de contornos e en actividades físico- deportivas e artístico-expresivas, intentando non perder o equilibrio nin a continuidade, axustando a súa realización aos parámetros espazo-temporais.	CSC CCEC CAA
			EFB3.1.2. Realiza a habilidade motriz básica do salto en diferentes tipos de contornos e de actividades físico-deportivas e artístico- expresivas sen perder o equilibrio e a continuidade, axustando a súa realización aos parámetros espazo-temporais.	CSC CCEE CAA
			EFB3.1.3. Realiza as habilidades motrices básicas de manipulación de obxectos (lanzamento, recepción) a diferentes tipos de contornos e de actividades físico- deportivas e artístico-expresivas aplicando os xestos e	CSC CCEE CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	motrices. B3.5. Disposición favorable a participar en actividades físicas diversas aceptando a existencia de diferenzas no nivel de habilidade.		utilizando os segmentos dominantes.	
			EFB3.1.4. Realiza as habilidades motrices de xiro en diferentes tipos de contornos sen perder o equilibrio e a continuidade, tendo en conta dous eixes corporais e os dous sentidos, e axustando a súa realización aos parámetros espazo-temporais.	CSC CCEE CAA
			EFB3.1.5. Mantén o equilibrio en diferentes posicións e superficies.	CSC CAA CSIEE
			EFB3.1.6. Realiza actividades físicas e xogos propostos no medio natural ou en contornos non habituais con certo nivel de incertezas.	CSC CAA
BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS				
b d j	B4.1. O corpo e o movemento como instrumentos de expresión e comunicación. B4.2. Coñecemento e práctica de	B4.1. Utilizar os recursos expresivos do corpo e o movemento, de forma estética e creativa, comunicando sensacións, emocións e ideas.	EFB4.1.1. Representa personaxes, situacións, ideas e sentimentos, utilizando os recursos expresivos do corpo, individualmente, en parellas ou en grupos.	CCEC CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
k m o	diversas manifestacións expresivas adaptadas ao ámbito escolar: mimo, dramatización, baile, expresión corporal. B4.3. Adecuación do movemento a estruturas espazo-temporais e execución de bailes e coreografías simples utilizando como base o folclore galego e outros bailes do mundo. B4.4. Expresión de emocións e sentimentos a través do corpo, o xesto e o movemento.		EFB4.1.2. Realiza movementos a partir de estímulos rítmicos ou musicais, individualmente, en parellas ou grupos.	CCEC CSC CAA
			EFB4.1.3. Coñece e practica bailes e danzas sinxelas representativas da cultura galega e doutras culturas, seguindo unha coreografía básica.	CCEC CAA CSC CSIEE
			EFB4.1.4. Leva a cabo manifestacións artísticas en interacción cos compañeiros e compañeiras.	CCEC CSC
b d j k	B4.5. Desenvolvemento das habilidades motrices básicas, participando en actividades artístico-expresivas. B4.6. Recoñecer e valorar a posibilidade de cambiar as montaxes ou coreografías de actividades artístico-expresivas (espazos, materiais, tempos...) para	B4.2. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades artístico-expresivas.	EFB4.2.1. Distingue as capacidades físicas básicas implicadas nas actividades artístico-expresivas.	CMCCT CSC CAA
			EFB4.2.2. Coñece a importancia do desenvolvemento das capacidades físicas para a mellora das habilidades motrices implicadas nas	CMCCT CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	adaptalas ás necesidades do grupo.		actividades artístico-expresivas.	CSC
BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE				
a b k	<p>B5.1. Consolidación de hábitos de hixiene corporal e adquisición de hábitos posturais e alimentarios saudables relacionados coa actividade física.</p> <p>B5.2. Recoñecemento dos beneficios da actividade física na saúde integral da persoa.</p> <p>B5.3. Práctica segura da actividade física, recoñecendo a importancia do quecemento, a dosificación do esforzo, a volta á calma e a relaxación.</p>	<p>B5.1. Recoñecer os efectos do exercicio físico, a hixiene, a alimentación e os hábitos posturais sobre a saúde e o benestar, manifestando unha actitude responsable cara a un mesmo ou mesma.</p>	EFB5.1.1. Participa activamente nas actividades propostas para mellorar as capacidades físicas relacionándoas coa saúde.	CSIEE CAA
			EFB5.1.2. Relaciona os principais hábitos de alimentación coa actividade física (horarios de comidas, calidade/cantidade dos alimentos inxeridos etc.).	CSC CAA CMCCT
			EFB5.1.3. Coñece os efectos beneficiosos do exercicio físico para a saúde.	CSC CAA
			EFB5.1.4. Adopta hábitos posturais axeitados recoñecendo a súa importancia para saúde.	CSC CAA CSIEE CMCCT
			EFB5.1.5. Realiza os quecementos de forma	CSC

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
			autónoma.	CAA CSIEE
k	B5.4. Mellora da condición física orientada á saúde, en función do desenvolvemento psicobiolóxico.	B5.2. Mellorar o nivel das súas capacidades físicas, regulando e dosificando a intensidade e duración do esforzo, tendo en conta as súas posibilidades e a súa relación coa saúde.	EFB5.2.1. Mellora o seu nivel de partida das capacidades físicas orientadas á saúde.	CAA CSC
			EFB5.2.2. Identifica a frecuencia cardíaca en repouso e realizando actividade física, nel mesmo ou nun compañeiro ou compañeira.	CAA CMCCT CSC
			EFB5.2.3. Percibe e comeza a adaptar a intensidade do seu esforzo ás demandas da estrutura da clase de Educación física.	CAA CSIEE CSC
k	B5.5. Adopción das medidas básicas de seguridade na execución das actividades físicas e no uso de materiais e espazos. B5.6 Actitude favorable cara á actividade física con relación á saúde, manifestando	B5.3. Identificar e interiorizar a importancia da prevención, a recuperación e as medidas de seguridade na realización da práctica da actividade física.	EFB5.3.1. Ten en conta a seguridade na práctica da actividade física, sendo capaz de realizar o quecemento con certa autonomía.	CAA CSC

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	comportamentos responsables, respectuosos e seguros cara a un mesmo e as demais persoas.			
BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS				
a b k m	B6.1. Descubrimento e aplicación das estratexias básicas de xogo relacionadas coa cooperación, a oposición e a cooperación-oposición.	B6.1. Resolver retos tácticos elementais propios do xogo e de actividades físicas, con ou sen oposición, aplicando principios e regras para resolver as situacións motrices, actuando de forma individual, coordinada e cooperativa e desempeñando as diferentes funcións implícitas en xogos e actividades	EFB6.1.1. Consolida o uso dos recursos adecuados para resolver situacións básicas de táctica individual e colectiva en situacións motrices habituais.	CSC CSIEE CAA
	B6.2. Respecto cara ás persoas que participan no xogo e rexeitamento cara aos comportamentos antisociais. B6.3. Comprensión, aceptación e cumprimento das normas de xogo.		EFB6.1.2. Utiliza as habilidades motrices básicas en distintos xogos e actividades físicas.	CAA CSIEE CSC
d k m	B6.4. O xogo e o deporte como elementos da realidade social. Coñecemento e práctica de xogos tradicionais de Galicia.	B6.2. Coñecer, a diversidade de actividades físicas, lúdicas, deportivas, en especial as de Galicia.	EFB6.2.1. Recoñece as diferenzas, características básicas entre xogos populares, deportes colectivos, deportes individuais e actividades na natureza.	CCEE CAA CSC

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
o	B6.5. Achegamento ao xogo doutras comunidades e países dos seus compañeiros e compañeiras da clase.		EFB6.2.2. Recoñece a orixe e a importancia dos xogos e os deportes tradicionais de Galicia.	CCEC CAA CSC
			EFB6.2.3. Realiza distintos xogos e deportes tradicionais de Galicia seguindo as regras básicas.	CSC CAA
a b k	B6.6. Aplicación das habilidades básicas en situacións de xogo. B6.7. Participación en xogos de diferente tipoloxía e iniciación á práctica de actividades deportivas a través de xogos predeportivos e o deporte adaptado.	B6.3. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades físico-deportivas.	EFB6.3.1. Distingue as capacidades físicas básicas implicadas nos xogos e nas actividades deportivas.	CSC CAA
			EFB6.3.2. Distingue en xogos e deportes individuais e colectivos estratexias de cooperación e de oposición.	CAA CSC
k l n o	B6.8 Iniciación á orientación deportiva mediante propostas lúdicas (ximnasio, patio, parque). B6.9 Práctica e gozo de actividades motrices lúdicas relacionadas coa natureza (xogos de campo, de exploración, de aventura, marcha,	B6.4 Manifestar respecto cara ao contorno e o medio natural nos xogos e actividades ao aire libre, identificando e realizando accións concretas dirixidas á súa preservación.	EFB6.4.1. Faise responsable da eliminación dos residuos que se xeran as actividades no medio natural.	CSC CAA
			EFB6.4.2. Utiliza os espazos naturais respectando a flora e a fauna do lugar.	CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	CUARTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	escalada...).			
	B6.10 Coñecemento e coidado da contorno natural.			

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave

BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

a c d k m	B1.1. Valoración e aceptación da propia realidade corporal e a das demais persoas	B1.1. Opinar coherentemente con actitude crítica tanto desde a perspectiva de participante como de espectador ou espectadora, ante as posibles situacións conflitivas xurdidas, participando en debates, e aceptando as opinións das demais persoas.	EFB1.1.1. Adopta unha actitude crítica ante as modas e a imaxe corporal dos modelos publicitarios.	CSC CAA CSIEE
	B1.2..Adopción de actitudes de colaboración, tolerancia, respecto e resolución pacífica dos conflitos na práctica de xogos e outras actividades físicas.		EFB1.1.2. Explica aos seus compañeiros e compañeiras as características dun xogo practicado na clase e o seu desenvolvemento.	CCL CAA CSC
	B1.3. Confianza nas propias capacidades para desenvolver actitudes apropiadas e afrontar as dificultades propias da práctica da		EFB1.1.3. Recoñece e cualifica negativamente as condutas inapropiadas que se producen na práctica ou nos espectáculos deportivos.	CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	actividade física. B1.4. Actitudes de aceptación, respecto e valoración cara a un mesmo, aos compañeiros e compañeiras e ao medio.			CSIEE
			EFB1.1.4. Demostra un nivel de autoconfianza axeitada ás súas capacidades.	CSC CSIEE CAA
i	B1.5. Utilización de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe para obter información, relacionada coa área. B1.6 Integración das tecnoloxías da información e a comunicación no proceso de aprendizaxe.	B1.2. Extraer e elaborar información relacionada con temas de interese na etapa, e compartila, utilizando fontes de información determinadas e facendo uso das tecnoloxías da información e a comunicación como recurso de apoio á área.	EFB1.2.1. Utiliza as novas tecnoloxías para localizar e extraer a información que se lle solicita.	CD CAA
			EFB1.2.2. Presenta os seus traballos atendendo as pautas proporcionadas, con orde, estrutura e limpeza, e utilizando programas de presentación.	CCL CD CAA
			EFB1.2.3. Expón as súas ideas de forma coherente e exprésase de forma correcta en diferentes situacións e respecta as opinións dos e das demais.	CCL CSC
a k	B1.7. Implicación activa en actividades motrices diversas, recoñecendo e aceptando as	B1.3. Demostrar un comportamento persoal e social responsable, respectándose a un mesmo e ás	EFB1.3.1. Participa activamente nas actividades propostas buscando unha mellora da competencia motriz.	CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
l n	<p>diferenzas individuais no nivel de habilidade.</p> <p>B1.8. Uso correcto de materiais e espazos na práctica da Educación física.</p> <p>B1.9. O coidado do corpo e a consolidación de hábitos de hixiene corporal.</p> <p>B1.10. Coñecemento da normativa básica de circulación en rúas e estradas.</p> <p>B1.11. Identificación e respecto, ao realizar saídas fóra do colexio, dos sinais básicos de tráfico que afectan aos peóns e peoas e ás persoas ciclistas.</p>	demais persoas nas actividades físicas, en distintos contornos incluíndo a natural e nos xogos, aceptando as normas e regras establecidas e actuando con interese e iniciativa individual e traballo en equipo.	EFB1.3.2. Demostra autonomía e confianza en diferentes situacións, resolvendo problemas motores con espontaneidade e creatividade.	CSIEE CAA CCEC
			EFB1.3.3. Incorpora nas súas rutinas o coidado e hixiene do corpo.	CSC CSIEE CAA
			EFB1.3.4. Participa na recollida e organización de material utilizado nas clases.	CSC
			EFB1.3.5. Acepta formar parte do grupo que lle corresponda e o resultado das competicións con deportividade.	CSC CAA
			EFB1.3.6. Recoñece e respecta as normas de educación viaria en contornos habituais e non habituais.	CSC CAA
			BLOQUE 2. O CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN	
b	B2.1. Valoración e aceptación da propia realidade corporal e a das	B2.1. Valorar, aceptar e respectar a propia realidade corporal e a das	EFB2.1.1. Respecta a diversidade de realidades corporais e de niveis de competencia motriz	CSC

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
k m	<p>demais persoas mostrando una actitude crítica cara ao modelo estético-corporal socialmente vixente.</p> <p>B2.2. Seguridade, confianza nun mesmo e nas demais persoas.</p> <p>B2.3. Autonomía persoal: autoestima, expectativas realistas de éxito.</p>	demais persoas, mostrando unha actitude reflexiva e crítica.	entre os nenos e nenas da clase.	CAA
			EFB2.1.2. Toma de conciencia das esixencias e valoración do esforzo que comportan as aprendizaxes de novas habilidades.	CSC CAA CSIEE
BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES				
b j k	<p>B3.1. Adaptación da execución das habilidades motrices a situacións de práctica de complexidade crecente, con eficiencia, seguridade e creatividade.</p> <p>B3.2. Realización combinada de desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.</p> <p>B3.3. Adaptación das habilidades motrices a contornos de práctica</p>	B3.1. Resolver situacións motrices con diversidade de estímulos e condicionantes espazo-temporais, seleccionando e combinando as habilidades motrices básicas e adaptándoas ás condicións establecidas de forma eficaz.	EFB3.1.1. Adapta os desprazamentos a diferentes tipos de contornos e de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas axustando a súa realización aos parámetros espazo-temporais e mantendo o equilibrio postural.	CSC CCEC CAA CSIEE
			EFB3.1.2. Adapta a habilidade motriz básica de salto a diferentes tipos de contornos e de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, axustando a súa realización aos parámetros espazo-temporais e mantendo o	CSC CCEE CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	non habituais que favorezan toma de decisións, con seguridade e autonomía: o medio natural.		equilibrio postural.	CSIEE
	B3.4. Control e dominio motor e corporal desde unha formulación previa á acción.		EFB3.1.3. Adapta as habilidades motrices básicas de manipulación de obxectos (lanzamento, recepción, golpeo etc.) a diferentes tipos de contornos e de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, aplicando correctamente os xestos e utilizando os segmentos dominantes e non dominantes.	CSC CCEE CAA CSIEE
	B3.5. Mellora das capacidades físicas básicas de forma xenérica e orientada á execución das habilidades motrices, recoñecendo a influencia da condición física na mellora destas.		EFB3.1.4 Aplica as habilidades motrices de xiro a diferentes tipos de contornos e de actividades físico-deportivas e artístico-expresivas, tendo en conta os tres eixes corporais e os dous sentidos, e axustando a súa realización aos parámetros espazo-temporais e mantendo o equilibrio postural.	CSC CCEE CAA CSIEE
	B3.6. Autonomía e confianza nas propias habilidades motrices en situacións e contornos non habituais.		EFB3.1.5. Mantén o equilibrio en diferentes posicións e superficies.	CSC CAA CSIEE
	B3.7. Valoración do esforzo e o traballo ben executado desde o punto de vista motor como base para a propia superación.		EFB3.1.6. Realiza e propón actividades físicas e xogos no medio natural ou en contornos non	CSC
	B3.8. Disposición favorable a participar en actividades físicas diversas aceptando as propias			

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	posibilidades e limitacións, así como a existencia de diferenzas no nivel de habilidade.		habituais, adaptando as habilidades motrices á diversidade e incerteza procedente do contorno e ás súas posibilidades.	CAA CSIEE
BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS				
b d j k m o	B4.1. O corpo e o movemento. Exploración, conciencia e gozo das posibilidades e recursos da linguaxe corporal. B4.2. Recoñecemento e utilización creativa das zonas corporais e compoñentes do movemento expresivo: espazo, tempo e a intensidade. Zonas corporais: de equilibrio (pernas e pés), de forza (centro de gravidade corporal), de autoridade (peito, ombreiros, brazos) e expresiva (rostro, mirada e pescozo). B4.3. Expresión e comunicación de sentimentos e emocións individuais e compartidas a través do corpo, o xesto e o movemento.	B4.1. Utilizar os recursos expresivos do corpo e o movemento, de forma estética e creativa, comunicando sensacións, emocións e ideas.	EFB4.1.1. Representa personaxes, situacións, ideas, sentimentos, utilizando os recursos expresivos do corpo individualmente, en parellas ou en grupos.	CCEC CSC CAA
			EFB4.1.2. Representa ou expresa de forma creativa movementos a partir de estímulos rítmicos ou musicais, individualmente, en parellas ou grupos.	CCEC CSC CAA
			EFB4.1.3. Coñece, propón e leva a cabo bailes e danzas representativas da cultura galega e doutras culturas, seguindo unha coreografía establecida.	CCEC CAA CSC CSIEE
			EFB4.1.4. Constrúe e leva a cabo composicións grupais en interacción cos compañeiros e	CCEC

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	<p>B4.4. Execución de bailes ou danzas do folclore popular galego valorando a importancia da súa conservación e difusión. Execución de danzas do mundo valorando a diversidade como factor de enriquecemento individual e colectivo.</p> <p>B4.5. Participación na composición e execución de producións grupais a partir de estímulos rítmicos, musicais, poéticos... Elaboración de bailes, coreografías simples ou montaxes expresivas.</p>		compañeiras utilizando os recursos expresivos do corpo e partindo de estímulos musicais, plásticos ou verbais.	<p>CAA</p> <p>CSC</p>
b d j k	<p>B4.6. Desenvolvemento das habilidades motrices básicas, xenéricas e específicas e da condición física, participando en actividades artístico expresivas.</p>	B4.2. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades artístico-expresivas.	EFB4.2.1. Identifica a capacidade física básica implicada de forma máis significativa nas actividades expresivas.	<p>CMCCT</p> <p>CSC</p> <p>CAA</p>
	<p>B4.7. Recoñecer e valorar a posibilidade de cambiar as montaxes ou coreografías de actividades artístico-expresivas (espazos, materiais, tempos...) para</p>		EFB4.2.2. Recoñece a importancia do desenvolvemento das capacidades físicas para a mellora das habilidades motrices implicadas nas actividades artístico-expresivas.	<p>CMCCT</p> <p>CAA</p> <p>CSC</p>

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	adaptalas ás necesidades do grupo.			
BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE				
a b k	<p>B5.1. Autonomía na hixiene corporal (vestimenta e aseo tras o exercicio) e adquisición de hábitos posturais e alimentarios saudables (incluída a correcta hidratación durante e despois do exercicio).</p> <p>B5.2. Recoñecemento dos beneficios da actividade física na saúde integral da persoa e identificación crítica das prácticas pouco saudables (sedentarismo, abuso do lecer audiovisual, adicción ás novas tecnoloxías, consumo de tabaco ou alcohol...). Valoración do xogo e o deporte como alternativas aos hábitos nocivos para a saúde.</p> <p>B5.3. Adquisición de hábitos de quecemento (global e específico), de dosificación do esforzo e recuperación, necesarios para</p>	<p>B5.1. Recoñecer os efectos do exercicio físico, a hixiene, a alimentación e os hábitos posturais sobre a saúde e o benestar, manifestando unha actitude responsable cara a un mesmo.</p>	<p>EFB5.1.1. Interésase por mellorar as capacidades físicas.</p> <p>EFB5.1.2. Relaciona os principais hábitos de alimentación coa actividade física (horarios de comidas, calidade/cantidade dos alimentos inxeridos etc.).</p> <p>EFB5.1.3. Recoñece os efectos beneficiosos do exercicio físico para a saúde e os prexudiciais do sedentarismo, dunha dieta desequilibrada e do consumo de alcohol, tabaco e outras substancias.</p> <p>EFB5.1.4. Adopta e promove hábitos posturais axeitados na súa vida cotiá e na práctica da actividade física, recoñecendo a súa importancia para saúde.</p>	<p>CSIEE</p> <p>CAA</p> <p>CSC</p> <p>CAA</p> <p>CMCCT</p> <p>CSC</p> <p>CAA</p> <p>CMCCT</p> <p>CSC</p> <p>CAA</p> <p>CSIEE</p> <p>CMCCT</p>

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	prever lesións.		EFB5.1.5. Realiza os quecementos de forma autónoma e sistemática, valorando a súa función preventiva.	CSC CAA CSIEE
k	B5.4. Mellora da condición física orientada á saúde en función do desenvolvemento psicobiolóxico.	B5.2. Mellorar o nivel das súas capacidades físicas, regulando e dosificando a intensidade e duración do esforzo, tendo en conta as súas posibilidades e a súa relación coa saúde.	EFB5.2.1. Mostra unha mellora global con respecto ao seu nivel de partida das capacidades físicas orientadas á saúde.	CAA CSIEE CSC
			EFB5.2.2. Identifica a súa frecuencia cardíaca e respiratoria, en distintas intensidades de esforzo.	CAA CMCCT CSC
			EFB5.2.3. Adapta a intensidade do seu esforzo ao tempo de duración da actividade.	CAA CSIEE CSC
			EFB5.2.4. Identifica o seu nivel comparando os resultados obtidos en probas de valoración das capacidades físicas e coordinativas cos valores correspondentes á súa idade	CAA CMCCT

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
				CSC
k	<p>B5.5. Recoñecemento e aplicación das medidas básicas de prevención e seguridade na práctica de actividade física en relación coa execución motriz, ao uso de materiais e espazos.</p> <p>B5.6. Valoración da actividade física como factor esencial no mantemento e mellora da saúde. Aprecio, gusto e interese polo coidado do corpo.</p>	B5.3. Identificar e interiorizar a importancia da prevención, a recuperación e as medidas de seguridade na realización da práctica da actividade física.	EFB5.3.1 Explica e recoñece as lesións e enfermidades deportivas máis comúns, así como as accións preventivas e os primeiros auxilios.	<p>CCL</p> <p>CAA</p> <p>CSC</p> <p>CMCCT</p>
BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS				
a b k m	<p>B6.1. Uso adecuado das estratexias básicas dos xogos relacionadas coa cooperación, a oposición e a cooperación-oposición.</p> <p>B6.2. Aceptación e respecto cara ás normas, regras e persoas que participan no xogo. Elaboración e cumprimento dun código de xogo</p>	B6.1. Resolver retos tácticos elementais propios do xogo e de actividades físicas, con ou sen oposición, aplicando principios e regras para resolver as situacións motrices, actuando de forma individual, coordinada e cooperativa e desempeñando as diferentes funcións	<p>EFB6.1.1. Utiliza os recursos adecuados para resolver situacións básicas de táctica individual e colectiva en diferentes situacións motrices.</p> <p>EFB6.1.2. Realiza combinacións de habilidades motrices básicas axustándose a un obxectivo e a uns parámetros espazo-temporais.</p>	<p>CSC</p> <p>CSIEE</p> <p>CAA</p> <p>CAA</p> <p>CSIEE</p>

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	limpo.	implícitas en xogos e actividades		CSC
d k m o	<p>B6.3. O xogo e o deporte como fenómenos sociais e culturais. Práctica de xogos e actividades deportivas de diferentes modalidades con dificultade crecente.</p> <p>B6.4. Coñecemento, práctica e valoración dos xogos e deportes tradicionais de Galicia. Coñecemento e práctica de xogos doutras culturas.</p>	B6.2. Coñecer, valorar e poñer en práctica a diversidade de actividades físicas, lúdicas, deportivas, en especial as de Galicia.	EFB6.2.1. Expón as diferenzas, características e/ou relacións entre xogos populares, deportes colectivos, deportes individuais e actividades natureza.	CCL CCEE CAA CSC
			EFB6.2.2. Recoñece a riqueza cultural, a historia e a orixe dos xogos e os deportes tradicionais de Galicia.	CCEC CAA CSC
			EFB6.2.3. Realiza e pon en valor distintos xogos e deportes tradicionais de Galicia respectando os principios e regras específicas destes.	CCEC CAA CSC
a b k	B6.5. Desenvolvemento das habilidades motrices básicas, xenéricas e específicas e da condición física, participando en xogos predeportivos e en	B6.3. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades físico-	EFB6.3.1. Identifica a capacidade física básica implicada de forma máis significativa nos exercicios.	CMCCT CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	<p>predeportes. Recoñecer e valorar a posibilidade de cambiar as regras de xogo (espazos, materiais, tempos...) para adaptalas ás necesidades do grupo.</p> <p>B6.6. Uso adecuado das estratexias básicas dos xogos relacionadas coa cooperación, a oposición e a cooperación-oposición.</p>	deportivas.	EFB6.3.2. Recoñece a importancia do desenvolvemento das capacidades físicas para a mellora das habilidades motrices.	CMCCT CAA CSC
			EFB6.3.3. Distingue na práctica de xogos e deportes individuais e colectivos estratexias de cooperación e de oposición.	CMCCT CAA CSC
			EFB6.3.4. Describe os exercicios realizados, usando os termos e coñecementos que sobre o aparello locomotor se desenvolven na área de Ciencias da natureza.	CMCCT CCL CSC CAA
k l n o	<p>B6.7. Iniciación ao deporte de orientación (colexio, parque, medio natural). Toma de contacto co compás. Participación na organización e desenvolvemento de xogos de orientación.</p> <p>B6.8. Práctica responsable de</p>	B6.4. Manifestar respecto cara á contorno e o medio natural nos xogos e actividades ao aire libre, identificando e realizando accións concretas dirixidas á súa preservación.	EFB6.4.1. Faise responsable da eliminación dos residuos que se xeran as actividades no medio natural.	CSC CAA
			EFB6.4.2. Utiliza os espazos naturais respectando a flora e a fauna do lugar.	CSC CAA

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA		CURSO	SEXTO
Obxectivos	Contidos	Criterios de avaliación	Estándares de aprendizaxe	Competencias clave
	actividades físicas lúdicas e deportivas nas saídas á contorno natural de Galicia. 6.9. Coñecemento, goce, coidado e valoración da natureza.			

2º CURSO (EN CASTELÁN SEGUNDO O PROXECTO LINGÜÍSTICO)

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 1

TEMPORALIZACIÓN: *septiembre, octubre, noviembre,
diciembre*

FUNDAMENTACIÓN

Mediante los contenidos y las actividades de esta unidad, los alumnos podrán seguir reafirmando y ampliando sus aprendizajes referidos a la propia imagen corporal, las relaciones espaciales, las habilidades motrices y los aspectos expresivos del movimiento. Nuestro objetivo es integrar, de forma progresiva, las diferentes dimensiones de la motricidad humana, de forma que los alumnos y alumnas puedan profundizar en el conocimiento reflexivo de su propio cuerpo y de sus posibilidades de acción.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Favorecer la actividad motriz espontánea y la participación. Plantear el juego motor como forma de adquirir conocimientos. Afirmar los conocimientos mediante actividades interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Las partes el cuerpo.

Los segmentos corporales. La respiración y la relajación.

Segmentos corporales dominantes en uno mismo y en los demás. Medidas corporales: talla, envergadura, perímetro.

Conceptos espaciales: «cerca» y «lejos». La expresión corporal.

El movimiento y la música.

Normas y hábitos de higiene corporal para el cuidado de la salud.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Conocer e identificar las distintas partes del cuerpo y sus posibilidades de movimiento.
- 2 Distinguir e identificar los segmentos corporales y sus funciones motrices.
- 3 Conocer las funciones de la respiración y la necesidad de relajación después del ejercicio.
- 4 Distinguir el segmento dominante de brazos y piernas en sí mismo y en los demás.
- 5 Conocer las diferentes formas de medir las determinadas partes del cuerpo y los nombres que reciben y colaborar con los demás en las tareas de medición.
- 6 Distinguir las nociones de distancia, desde el contraste de «cerca-lejos».
- 7 Aplicar el lenguaje corporal significativo transmitiendo a distancia mensajes sin palabras.

8 Reconocer la conexión existente entre música y movimiento corporal, incorporando el ritmo en juegos y actividades físicas.

9 Practicar hábitos saludables de forma diaria y promover su práctica cotidiana entre sus compañeros.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

1.1. Conoce e identifica las distintas partes del cuerpo humano y sus posibilidades de movimiento.

2.1. Distingue e identifica los diferentes segmentos corporales y sus funciones motrices.

3.1. Conoce las funciones de la respiración y la necesidad de relajarse después de hacer ejercicio.

4.1. Sabe distinguir el segmento dominante de brazos y piernas en sí mismo y en los otros.

5.1. Sabe cómo medir las determinadas partes del cuerpo y conoce los nombres que reciben.

6.1. Distingue las nociones de distancia a partir de contraste «cerca-lejos».

7.1. Aplica el lenguaje corporal significativo para transmitir a distancia mensajes sin palabras.

8.1. Reconoce la conexión existente entre música y movimiento corporal, incorporando el ritmo en juegos y actividades físicas.

9.1. Practica hábitos saludables y promover su práctica rutinaria entre sus compañeros.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Uso correcto de los términos referidos al conocimiento topológico del cuerpo y a las diferentes medidas corporales.
- Análisis de la información contenida en la ilustración inicial sobre actividades físicas.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- Contenidos y actividades relacionados con el concepto espacial «cerca-lejos».
- Correcto manejo de las diferentes unidades de medida corporal.
- Manipular aparatos para realizar actividades físicas.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Desarrollar la atención observado imágenes.
- Conocerse a sí mismo y las propias posibilidades a través de las actividades físicas.

Competencias sociales y cívicas

- Valoración de las actividades físicas y del lenguaje corporal para ampliar y mejorar las relaciones sociales. .
- Aceptación de la imagen corporal.
- Aceptación y respeto de las reglas del juego acordadas entre todos.
- Valoración del trabajo de cooperación en la organización y el desarrollo de actividades físicas.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Desarrollo de la iniciativa personal y de la creatividad
- Disposición para afrontar las tareas y los problemas con responsabilidad.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración del lenguaje corporal y de las formas de comunicación no verbal.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 2

TEMPORALIZACIÓN: *enero, febrero, marzo*

FUNDAMENTACIÓN

Como ya planteamos en la unidad anterior, el objetivo esencial de este curso es profundizar en el conocimiento reflexivo del propio cuerpo. Para ello, avanzaremos recordando lo aprendido en la primera unidad para centrar la atención en la movilización articular, el equilibrio corporal y en la postura, todo ello como base teórica que permita avanzar en el dominio práctico de las cualidades motoras (desplazamientos, saltos, giros).

Completaremos la unidad con conceptos relacionados con la expresión corporal, centrados en esta ocasión en la creación de ritmos con el cuerpo, sin olvidar que en todas las unidades estarán siempre presentes los aspectos relativos a la salud.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Favorecer la actividad motriz espontánea y la participación. Plantear el juego motor como forma de adquirir conocimientos. Afirmar los conocimientos mediante actividades interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Las articulaciones y su movilidad. Los sentidos.

El equilibrio y la postura corporal. Los desplazamientos.

Los saltos.

Los giros.

Expresión corporal: ritmo y música. Ejercicio físico y cuidado del corazón.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Conocer las principales articulaciones y su movimiento.
- 2 Valorar la importancia y la función de los sentidos.
- 3 Conocer y practicar distintos tipos de equilibrios y relacionarlos con la necesidad de una postura equilibrada.
- 4 Conocer el concepto y las formas de desplazamiento humano.
- 5 Conocer el concepto de salto y sus diferentes aplicaciones motrices.
- 6 Conocer el concepto de giro y sus diferentes aplicaciones motrices.
- 7 Conocer y explorar las diferentes posibilidades rítmicas del cuerpo.
- 8 Entender y valorar la importancia del ejercicio como mejora de la respuesta cardíaca.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce las principales articulaciones y su movimiento.
- 2.1. Valora la importancia y la función de los sentidos.
- 3.1. Conoce y practica distintos tipos de equilibrios y los relaciona con la necesidad de mantener una postura equilibrada.
- 4.1. Conoce y realiza diferentes formas de desplazamiento.
- 5.1. Sabe saltar en el desarrollo de juegos y actividades físicas.
- 6.1. Sabe girar en el desarrollo de juegos y actividades físicas.
- 7.1. Conoce y explora las diferentes posibilidades rítmicas del cuerpo.
- 8.1. Entiende y valora los efectos positivos del ejercicio físico sobre la salud.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Descripción oral de las formas en las que son capaces de equilibrarse.
- Uso correcto de términos relacionados con las habilidades física desplazarse, saltar, girar.
- Uso correcto del vocabulario relacionado con las articulaciones y los sentidos.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Conteos de las veces que se caen haciendo equilibrios y de las que pierden el control del balón en los juegos.
- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades motrices.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Verificación, a través de la práctica, de cómo debe ser una postura correcta.
- Experimentación de las dificultades para mantener el equilibrio, dependiendo de los puntos de apoyo que se utilicen.
- Experimentación de las habilidades de caminar, correr y saltar.

Competencias sociales y cívicas

- Adquisición del hábito de practicar actividad física de forma regular.
- Práctica de actividades físicas colectivas para la adquisición de recursos de cooperación.
- Utilización de la actividad física para facilitar la relación, la integración y el respeto.
- Aceptación y respeto de las reglas de juego acordadas entre todos.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Trabajo en equipo, cooperando y asumiendo responsabilidades.

- Aceptación de las diferencias en la práctica de actividad física, así como de las posibilidades propias y ajenas.

- Desarrollo de actitudes críticas frente al fenómeno del sedentarismo.

Conciencia y expresiones culturales

- Expresión de ideas, sensaciones y sentimientos utilizando como recursos el cuerpo y el movimiento.

- Valoración del ritmo y la música como lenguajes significativos.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 3

TEMPORALIZACIÓN: <i>abril, mayo, junio</i>			
---	--	--	--

FUNDAMENTACIÓN

En la tercera unidad, los aspectos perceptivos del movimiento dan paso a un trabajo basado en el desarrollo motor. Estamos en la última etapa del curso, por lo que nos acercamos a acciones más complejas que los alumnos podrán resolver ya con mayor seguridad. El conocimiento de los diferentes aparatos que se utilizan en el gimnasio servirá para irlos incorporando a las actividades de los alumnos.

El juego desempeña un papel fundamental en esta unidad, en la que también nos ocuparemos de la coordinación dinámica especial y del desarrollo de las habilidades básicas mediante la práctica de botes, rebotes, lanzamientos y recepciones. Y

concluiremos insistiendo en los contenidos expresivos y en los relativos a la salud, en este caso prestando especial atención a los hábitos alimentarios adecuados.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Favorecer la actividad motriz espontánea y la participación. Plantear el juego motor como forma de adquirir conocimientos. Afirmer los conocimientos mediante actividades interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Aparatos para la realización de ejercicios.

Las habilidades básicas de botar y rebotar, lanzar y recibir, así como las situaciones espacio-temporales asociadas a cada una de ellas.

Resolución de pequeños problemas motrices.

Juegos para empezar a jugar. Juegos populares y tradicionales.

Juegos de orientación, de habilidad y precisión.

El ritmo y la música y sus posibilidades expresivas. Hábitos alimentarios básicos.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1 Conocer e identificar los principales aparatos del gimnasio y los materiales fundamentales empleándolos adecuadamente en la práctica de las actividades físicas.

2 Conocer y ser capaz de practicar las acciones de botar y rebotar con diferentes tipos de elementos.

- 3 Conocer y ser capaz de practicar las habilidades de lanzamiento y recepción con distintos tipos de materiales y en diferentes situaciones.
- 4 Ser capaz de resolver distintos tipos de problemas motrices empleando los elementos del gimnasio y los aparatos conocidos.
- 5 Conocer la dinámica de organización de los juegos y los juegos para iniciar un juego.
- 6 Practicar juegos populares tradicionales y otros nuevos propios del entorno social en que se vive.
- 7 Conocer y distinguir los elementos básicos de orientación y practicar juegos basados en ellos.
- 8 Desarrollar las capacidades rítmicas y expresivas, fomentando la creatividad personal.
- 9 Conocer y valorar la importancia de poseer hábitos alimentarios saludables.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

1.1 Conoce e identifica los principales aparatos del gimnasio y los materiales fundamentales y los emplea de forma adecuada en la práctica de las actividades físicas.

2.1. Conoce y es capaz de practicar las acciones de botar y rebotar con diferentes tipos de elementos.

3.1. Conoce y es capaz de practicar las habilidades de lanzamiento y recepción con distintos tipos de materiales y en diferentes situaciones.

4.1. Es capaz de resolver distintos tipos de problemas motrices empleando los elementos del gimnasio y los aparatos conocidos.

5.1. Conoce la dinámica de organización de los juegos y los juegos para iniciar un juego.

7.1. Practica juegos populares tradicionales y otros nuevos propios del entorno social en que vive.

8.1. Desarrolla las capacidades rítmicas y expresivas personales mediante formas espontáneas de danza.

9.1. Conoce y valora la importancia de tener hábitos alimentarios saludables.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Uso correcto de los términos referidos a los aparatos del gimnasio.
- Definición y uso correcto de los conceptos de «botar», «rebotar», «lanzar» y «recibir».

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Comprensión y dominio de las formas de conteo de los resultados de diferentes juegos.
- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades motrices.
- Adquisición de hábitos saludables de alimentación, de higiene y de cuidado del cuerpo.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Desarrollo de la atención en la observación de imágenes.

- Desarrollo del sentimiento de competencia o eficacia personal.
- Comprensión de lo que se puede hacer por uno mismo y de lo que se puede con ayuda de los demás.
- Adquisición de recursos de cooperación en actividades físicas comunes.

Competencias sociales y cívicas

- Respeto y aceptación de las reglas acordadas en los juegos.
- Valoración positiva del trabajo en equipo, sabiendo tanto ganar como perder.
- Utilización de la actividad física para facilitar la relación, la integración y el respeto.
- Cuidar y conservar los materiales.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Organización de actividades físicas lúdicas de forma individual y colectiva.
- Participación en las actividades, tomando decisiones y comportándose con responsabilidad y perseverancia.
- Capacidad de buscar soluciones a los problemas planteados y de llevarlas a la práctica.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana (juegos tradicionales, danza).

4º CURSO (EN CASTELÁN, SEGUNDO PROXECTO LINGÜÍSTICO)

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 1

TEMPORALIZACIÓN: *septiembre, octubre,
noviembre, diciembre*

FUNDAMENTACIÓN

En este curso, retomamos conceptos que ya fueron abordados en el anterior y que intentan afirmar el conocimiento reflexivo del cuerpo, afianzando conocimientos en relación con los cambios corporales y con el cuidado de la postura, e insistiendo en el concepto de equilibrio.

También introduciremos los conceptos relacionados con la orientación espacial e iniciaremos el trabajo en el desarrollo de las habilidades motrices básicas, especialmente en los desplazamientos y en los saltos, e insistiremos en los aspectos expresivos del movimiento.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Favorecer la actividad motriz espontánea y la participación. Plantear el juego motor como forma de adquirir conocimientos. Afirmer los conocimientos mediante actividades interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Los huesos y sus funciones. Los músculos.

La simetría corporal.

La respiración. La relajación. El equilibrio.

Nuestra salud necesita hábitos saludables. El cuidado del corazón.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Conocer e identificar los diferentes tipos de huesos del cuerpo humano.
- 2 Aprender a cuidar la musculatura para la práctica física y experimentar con los músculos voluntarios.
- 3 Diferenciar la parte derecha de la parte izquierda en el cuerpo y distinguir entre ser zurdo o diestro.
- 4 Aprender a experimentar de forma eficaz con las fases de la respiración.
- 5 Saber utilizar una técnica sencilla de relajación.
- 6 Practicar los equilibrios estáticos y dinámicos de forma eficaz.
- 7 Cuidar la salud con hábitos adecuados.
- 8 Comprender la importancia del ejercicio físico para el cuidado del corazón.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce e identifica los diferentes tipos de huesos del cuerpo humano.
- 2.1. Aprende a cuidar la musculatura para la práctica física y experimenta con los músculos voluntarios.
- 3.1. Diferencia sin dificultad la parte derecha de la parte izquierda del cuerpo y distingue entre ser zurdo o diestro.
- 4.1. Experimenta de forma eficaz con las fases de la respiración.
- 5.1. Sabe utilizar una técnica sencilla de relajación.
- 6.1. Practica los equilibrios estáticos y dinámicos de forma eficaz.

7.1. Cuida su salud con hábitos adecuados.

8.1. Comprende la importancia del ejercicio físico para el cuidado del corazón

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Uso correcto de los términos referidos a los huesos y los músculos.
- Uso correcto de la terminología propia de la materia al analizar y describir la información contenida en las ilustraciones.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades motrices.
- Comprensión y valoración de la actividad física como elemento indispensable para el cuidado de la salud.
- Comprensión del proceso de la respiración y de sus implicaciones.
- Comprensión y práctica de formas sencillas de relajación.
- Desarrollo del sentido de la orientación y utilización correcta de diferentes recursos para orientarse.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Desarrollo de la atención al leer los textos y observar las imágenes.
- Manejo eficaz de los recursos y las técnicas adquiridos en el desarrollo de sus habilidades motrices.
- Utilización eficaz, en situaciones diferentes, de los conocimientos adquiridos.

Competencias sociales y cívicas

- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades motrices y expresivas a través de las actividades motoras propuestas.
- Adquisición del hábito de practicar actividad física de forma regular como resultado de las prácticas físicas propuestas.
- Desarrollo de actitudes de respeto hacia los demás y hacia sí mismo en su participación en juegos y actividades físicas.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Iniciativa en la resolución de problemas relacionados con el ejercicio físico.
- Visión estratégica de los retos que se plantean para cumplir los objetivos de los juegos y de otras actividades físicas, y motivación para lograr el éxito.
- Desarrollo de actitudes de diálogo; aceptación y elaboración de normas de convivencia.

- Participación y toma de decisiones en los juegos y las actividades propuestos, comportándose con responsabilidad.

- Valoración positiva de las iniciativas y las aportaciones de los demás.

Conciencia y expresiones culturales

- Utilización de diferentes recursos para experimentar formas de comunicación a través de los movimientos del cuerpo.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 2



TEMPORALIZACIÓN: *enero, febrero*

FUNDAMENTACIÓN

La segunda unidad pretende aumentar el grado de complejidad del trabajo que se realizó en la anterior. Retomamos conceptos relacionados con las habilidades motrices y, al tiempo que desmenuzamos las actividades de caminar, correr, saltar y girar, exponemos cómo se combinan en las acciones de lanzar y recibir, trepar y escalar, y en las habilidades con balón. Por último, en la línea que venimos exponiendo en nuestros libros, abordamos también la expresión corporal y la salud como tema recurrente de conocimiento y reflexión.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Favorecer la actividad motriz espontánea y la participación. Plantear el juego motor como forma de adquirir conocimientos. Afirmar los conocimientos mediante actividades interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Los planos corporales. Habilidades combinadas. Lanzar y recibir.

Trepar y escalar. Habilidades con balón. Salud y dieta equilibrada.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Conocer los planos del cuerpo y experimentar con ellos de forma correcta.
- 2 Reforzar y ampliar las habilidades combinadas.
- 3 Conocer y practicar de forma eficaz diferentes formas de lanzamientos.
- 4 Practicar con soltura trepas sencillas.
- 5 Realizar correctamente habilidades con balones.
- 6 Valorar la salud y llevar una dieta equilibrada.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce los planos del cuerpo y experimentar con ellos correctamente.
- 2.1. Refuerza y amplía las habilidades combinadas.
- 3.1. Conoce y realiza de forma eficaz diferentes formas de lanzamientos.
- 4.1. Practica con soltura trepas sencillas.
- 5.1. Realiza correctamente habilidades con balones
- 6.1. Valora la salud y lleva una dieta equilibrada.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Conocimiento y uso correcto de la terminología de los aparatos del gimnasio.
- Análisis del contenido de las ilustraciones iniciales de la unidad.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Medición de las distancias que alcanza en los lanzamientos.
- Descripción de la orientación de los objetos con respecto a su propio cuerpo.
- Comprensión de la relación existente entre los giros de determinados objetos con los que puede hacer nuestro cuerpo.
- Manipulación de aparatos para realizar actividades físicas.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Práctica de movimientos voluntarios, diferenciándolos de los involuntarios
- Utilización del espacio y del tiempo para realizar una representación.
- Adquisición de hábitos de alimentación saludables.

Competencias sociales y cívicas

- Aceptación y respeto de las reglas de juego acordadas entre todos en la práctica de los juegos propuestos.
- Valoración del trabajo y de las aportaciones de los demás, sin discriminar por razones de sexo, clase, origen o cultura.
- Capacidad para aprender a convivir aceptando las reglas.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Desarrollo de los valores personales de la responsabilidad y la perseverancia.
- Capacidad de buscar soluciones a los problemas planteados y de llevarlas a la práctica.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración de los juegos y la danza como manifestaciones culturales de la motricidad humana

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 3

TEMPORALIZACIÓN: marzo, abril

FUNDAMENTACIÓN

El objetivo de esta unidad es el conocimiento de las capacidades físicas básicas y la forma de administrar el ejercicio físico mediante el calentamiento y el desarrollo de dichas capacidades. Trataremos de motivar a los alumnos y a las alumnas para que realicen una práctica bien organizada y sitúen siempre lo cualitativo por encima de la mejora en los resultados de las pruebas.

Junto a la motivación por la actividad física habitual, debemos recordar con insistencia el respeto de las normas higiénicas y el uso de la indumentaria adecuada para practicarla. También insistiremos en la necesidad de llevar a cabo un trabajo equilibrado combinando de forma coherente descanso y actividad.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Favorecer la actividad motriz espontánea y la participación. Plantear el juego motor como forma de adquirir conocimientos. Afirmar los conocimientos mediante actividades interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Las capacidades físicas básicas. El calentamiento.

La flexibilidad. La velocidad. La resistencia.

El esfuerzo.

Hábitos saludables en la actividad física. Actividad y descanso.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Conocer las propias capacidades físicas.
- 2 Practicar correctamente un calentamiento.
- 3 Conocer las posibilidades que tenemos de ser flexibles y evaluarlas en su propio cuerpo.
- 4 Practicar y diferenciar de forma clara los diversos tipos de velocidad.
- 5 Valorar la resistencia y aprender a medir las propias posibilidades.
- 6 Ser consciente de la importancia de hacer esfuerzo sin llegar al agotamiento.
- 7 Valorar la importancia de la higiene y de la indumentaria adecuada para el ejercicio.
- 8 Combinar de forma equilibrada la actividad con el descanso.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce las propias capacidades físicas.
- 2.1. Practica correctamente un calentamiento.
- 3.1. Descubre las posibilidades que tiene de ser flexible.
- 4.1. Practica y diferencia los diversos tipos de velocidad.
- 5.1. Valora la resistencia y aprende a medir sus posibilidades.
- 6.1. Es consciente de la importancia de su esfuerzo sin llegar al agotamiento.

7.1. Valora la importancia de la higiene y de la indumentaria adecuada para el ejercicio.

8.1. Combina de forma equilibrada la actividad con el descanso.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Verbalización y debate sobre la importancia del ejercicio físico para la salud.
- Uso correcto de los términos referidos a los movimientos que realiza el corazón.
- Uso correcto de la terminología propia de la materia al dar respuesta a las preguntas.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Comprensión y valoración de la actividad física como un elemento indispensable para la salud.
- Creación de series de estructuras rítmicas.

Aprender a aprender

- Conocimiento de las propias posibilidades y carencias a través de las actividades físicas.
- Desarrollo del sentimiento de competencia o eficacia personal.
- Utilización adecuada de los conocimientos adquiridos en situaciones diferentes.

Competencias sociales y cívicas

- Adquisición del hábito de practicar actividad física de forma regular.
- Valoración de la actividad física como forma de facilitar la relación con los demás, la integración y el respeto.
- Valoración de la importancia de evitar daños durante el ejercicio.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Organización de forma individual y colectiva de actividades físicas lúdicas.
- Creación de juegos motores, organizando sus reglas.

Conciencia y expresiones culturales

- Utilización de las manifestaciones artísticas como fuente de enriquecimiento y disfrute.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 4

TEMPORALIZACIÓN: mayo, junio

FUNDAMENTACIÓN

En esta última unidad plantearemos el mantenimiento de la expresión corporal, así como el redescubrimiento del lenguaje del cuerpo, un aspecto que todavía tiene gran importancia en estas edades. Hay que tener muy en cuenta que ese redescubrimiento de la expresividad corporal y de sus diferentes aplicaciones en la vida cotidiana ha de plantearse desde una perspectiva esencialmente lúdica

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Favorecer la actividad motriz espontánea y la participación. Plantear el juego motor como forma de adquirir conocimientos. Afirmar los conocimientos mediante actividades interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Los lenguajes.

Las respuestas del cuerpo. El ritmo.

Los sonidos y el espacio. La salud mental.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Conocer las diferentes formas de lenguaje.
- 2 Responder de forma espontánea con el cuerpo.

- 3 Distinguir entre ritmo involuntario y ritmo voluntario.
- 4 Aprender a organizar el espacio para danzar.
- 5 Cuida la salud, tanto física como mental.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce diferentes formas de lenguaje.
- 2.1. Responde de forma espontánea con el cuerpo.
- 3.1. Distingue entre ritmo involuntario y ritmo voluntario.
- 4.1. Aprende a organizar el espacio para danzar.
- 5.1. Cuida la salud, tanto física como mental.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Uso correcto de la terminología propia de la materia al analizar y describir la información contenida en las ilustraciones y en la realización de las actividades y los juegos.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Utilización de las figuras geométricas básicas en la creación de sencillas coreografías.

- Creación de series de estructuras rítmicas.
- Comprensión y valoración de la actividad física como un elemento indispensable para la salud.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Utilización de los conocimientos adquiridos en diferentes situaciones
- Capacidad para expresar sentimientos con el cuerpo.
- Desarrollo eficaz de la automotivación, la confianza en uno mismo y el gusto por aprender.

Competencias sociales y cívicas

- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades motrices y expresivas a través de las actividades propuestas.
- Adquisición del hábito de practicar actividad física de forma regular.
- Desarrollo de actitudes de respeto hacia los demás y hacia sí mismo en su participación en juegos y actividades físicas.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Desarrollo de actitudes de diálogo; aceptación y elaboración de normas de convivencia.
- Participación y toma de decisiones en los juegos y las actividades propuestos, comportándose con responsabilidad.
- Valoración positiva de las iniciativas y las aportaciones de los demás.

Conciencia y expresiones culturales

- Utilización de la danza expresiva para experimentar formas de comunicación a través de los movimientos del cuerpo.
- Interés por las formas de comunicación no verbal.

6º CURSO (EN CASTELÁN, SEGUNDO PROXECTO LINGÜÍSTICO)

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 1

TEMPORALIZACIÓN: *septiembre, octubre*

FUNDAMENTACIÓN

Nos encontramos en el último curso de Educación Primaria, por lo que nuestra responsabilidad debe estar centrada en asentar conocimientos, reforzar y ampliar los procedimientos que ya están interiorizados por los alumnos, y generar nuevas vías de aprendizaje que sirvan para favorecer el gran paso que supone el acceso a la Enseñanza Secundaria.

Comenzaremos abordando los conceptos referidos a los cambios corporales que se van produciendo en los alumnos, para después indagar en todas las posibilidades de movimiento que ahora pueden hacer, a la vez que profundizaremos en aspectos como el cuidado de la postura corporal, la comprensión de la actividad muscular, el control de la respiración, el aprendizaje de la relajación o la disociación de movimientos.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos y funcionales sobre los aspectos esenciales del desarrollo físico y del movimiento humano, relacionando los conceptos con experiencias prácticas personales y reforzando la adquisición de conceptos clave.
- Incrementar la actividad mental con la resolución de ejercicios-problema mediante el descubrimiento guiado y la representación de lo vivido en diferentes formas interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Desarrollo corporal armónico. La importancia de la postura. La tensión muscular.

Relajación y respiración. Los segmentos corporales.

Las molestias durante el crecimiento. El dolor.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Conocer los factores que inciden de forma directa en el desarrollo humano.
- 2 Entender el valor de la vigilancia y del cuidado de la espalda y su relación con las posturas habituales.
- 3 Conocer el valor de la tensión muscular y el funcionamiento de los músculos.
- 4 Entender la relación existente entre ejercicio, tensión y relajación muscular.
- 5 Entender la independencia segmentaria y el concepto de «movimientos disociados».
- 6 Conocer los diferentes problemas y deformaciones que puede experimentar la columna vertebral durante la adolescencia.
- 7 Conocer la importancia del dolor como señal de alerta frente a ejercicios inadecuados.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

1.1. Conoce los factores que inciden de forma directa en el desarrollo humano.

2.1. Entiende el valor de la vigilancia y del cuidado de la espalda y su relación con las posturas habituales.

3.1. Conoce el valor de la tensión muscular y el funcionamiento de los músculos.

4.1. Entiende la relación existente entre ejercicio, tensión y relajación muscular.

5.1. Entiende la independencia segmentaria y el concepto de «movimientos disociados».

6.1. Conoce los diferentes problemas y deformaciones que puede experimentar la columna vertebral durante la adolescencia.

7.1. Conoce la importancia del dolor como señal de alerta frente a ejercicios inadecuados.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Lectura comprensiva para motivar el interés por los contenidos de la unidad y fomentar la reflexión razonada sobre ellos.
- Exposición, tras el análisis de la información contenida en las ilustraciones iniciales, de las diferentes actividades físicas que en ellas se representan.
- Conocimiento y uso correcto del vocabulario específico del área.
- Descripción oral de las lesiones que pueden originarse en la columna vertebral.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Realización de mediciones.
- Desarrollo del sentido de la orientación y aplicación sobre las distancias y los períodos de tiempo.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Conocimiento de uno mismo, y de las propias posibilidades y carencias a través de la actividad física.
- Utilización de los conocimientos adquiridos en situaciones diferentes.

Competencias sociales y cívicas

- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades físicas.
- Comprobación de la aceptación de los cambios que se originan en el cuerpo.
- Manifestación de actitudes de respeto hacia los demás y hacia uno mismo.
- Adquisición de hábitos saludables de alimentación y de cuidado del cuerpo.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Toma de decisiones en las actividades coordinativas.
- Participación en todas las actividades planteadas, toma de decisiones y comportamiento responsable.
- Apreciación de las iniciativas y las aportaciones de los demás.
- Cumplimiento de las rutinas de higiene y de cuidado del cuerpo, así como de las actitudes adquiridas para el cuidado del medio ambiente.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración de las manifestaciones culturales ligadas con la motricidad humana.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 2

TEMPORALIZACIÓN: <i>noviembre, diciembre</i>		
---	--	--

FUNDAMENTACIÓN

Continuando con la profundización en conceptos ya estudiados en cursos anteriores y que de forma sistemática insertaremos en el enfoque general de relacionar la actividad física con la salud, en esta unidad insistiremos en la necesidad de hacer siempre un buen calentamiento y abordaremos las claves del desarrollo de las capacidades físicas (flexibilidad, fuerza, velocidad, resistencia), de cara a conseguir un entrenamiento saludable.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos y funcionales sobre los aspectos esenciales de las capacidades físicas, relacionándolas con experiencias personales y de la vida diaria.
- Incrementar la actividad mental con la organización autónoma de calentamientos y de prácticas de acondicionamiento físico.

CONTENIDOS

La necesidad del calentamiento. Desarrollo de las capacidades físicas. La flexibilidad.

La importancia de la fuerza. La velocidad.

La resistencia. Entrenamiento saludable.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Entender el valor y la necesidad de realizar un calentamiento antes de cualquier práctica de actividad física.
- 2 Conocer y distinguir las formas de desarrollo las capacidades físicas básicas.
- 3 Entender las peculiaridades de la flexibilidad y la importancia de su mantenimiento como práctica saludable.
- 4 Entender el valor de la fuerza y su relación con el mantenimiento de la postura y de otras actividades.
- 5 Conocer el concepto de velocidad y sus diferentes modalidades.

6 Conocer los beneficios de la resistencia y la necesidad de su desarrollo y mantenimiento.

7 Conocer la relación entre el desarrollo y el mantenimiento de las capacidades físicas y la salud.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

1.1. Entiende y valora la necesidad de realizar un calentamiento antes de cualquier práctica de actividad física.

2.1. Conoce y distingue las formas de desarrollo las capacidades físicas básicas.

3.1. Entiende las peculiaridades de la flexibilidad y reconoce la importancia de su mantenimiento como práctica saludable.

4.1. Entiende el valor de la fuerza y su relación con el mantenimiento de la postura y la práctica de otras actividades.

5.1. Conoce el concepto de velocidad y distingue las diferentes modalidades de la misma.

6.1. Conoce los beneficios de la resistencia y la necesidad de su desarrollo y mantenimiento permanente.

7.1. Conoce la relación del desarrollo y el mantenimiento de las capacidades físicas con la salud.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Lectura comprensiva para motivar el interés por los contenidos de la unidad y fomentar la reflexión razonada sobre ellos.
- Análisis de la información contenida en las ilustraciones de apertura de la unidad sobre las diferentes actividades físicas que se están realizando.
- Conocimiento y uso del vocabulario específico del área.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Realización de diferentes tipos de trayectorias en los desplazamientos.
- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades físicas.
- Valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud.
- Adquisición del hábito de practicar actividad física de forma regular.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Aplicación de los conocimientos adquiridos sobre el desarrollo de las diferentes capacidades físicas.
- Conocimiento de las propias posibilidades y carencias a través de la actividad física.
- Utilización eficaz de los conocimientos adquiridos en situaciones diferentes.

Competencias sociales y cívicas

- Valoración de la importancia que tiene el desarrollo de las habilidades motrices.
- Adquisición del hábito de practicar actividad física de forma regular.
- Utilización de la actividad física para facilitar la relación, la integración y el respeto.
- Valoración del trabajo y de las aportaciones de los demás, sin discriminar por razones de sexo, clase, origen o cultura.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Capacidad de buscar soluciones a los problemas planteados y de llevarlas a la práctica.
- Organización individual y colectiva de actividades físicas lúdicas.

- Adopción de las normas imprescindibles para la seguridad en la actividad física.
- Participación en todas las actividades planteadas, tomando decisiones y comportándose con responsabilidad.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración de las manifestaciones culturales ligadas con la motricidad humana.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 3



TEMPORALIZACIÓN: *enero, febrero*

FUNDAMENTACIÓN

La unidad que presentamos está centrada en un aspecto fundamental para el desarrollo de la educación física: el dominio inteligente de las habilidades motrices, condición indispensable para la consecución de objetivos de acción y de movimiento en función de los intereses personales de los alumnos.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos y funcionales sobre los aspectos esenciales de las habilidades motrices y de la coordinación, relacionando los conceptos con experiencias prácticas personales y de la vida diaria.

- Incrementar la actividad mental con la resolución de ejercicios-problema mediante el descubrimiento guiado de nuevas habilidades y construcción de secuencias de habilidad en diferentes formas interdisciplinarias.

CONTENIDOS

Habilidades motrices.

El desarrollo de las habilidades. De los pies a la cabeza.

Las extremidades superiores. Las extremidades inferiores. Ejercicio sano y seguro.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Entender el concepto habilidad motriz y los factores de su desarrollo.
- 2 Conocer y distinguir las formas de desarrollo de los diferentes tipos de habilidades y sus orígenes.
- 3 Entender la relación y los mecanismos de la coordinación inteligente para el desarrollo de las habilidades motrices.
- 4 Entender el concepto de coordinación relacionándolo con la habilidad motriz.
- 5 Entender el mecanismo de lanzamiento-recepción.
- 6 Conocer las posibilidades de ejecución de movimiento de los distintos segmentos corporales.
- 7 Conocer la secuencia de ejecución e iniciación de la actividad para la práctica de ejercicios seguros

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

1.1. Entiende el concepto habilidad motriz y razona los factores de su desarrollo.

2.1. Conoce y distingue las formas de desarrollo de los diferentes tipos de habilidades y sus orígenes.

3.1. Entiende la relación y los mecanismos de la coordinación inteligente para el desarrollo de las habilidades motrices y resuelve problemas de coordinación.

4.1. Entiende el concepto de coordinación relacionándolo con la habilidad motriz y es capaz de aplicarlo a diferentes actividades habituales.

5.1. Entiende el mecanismo de lanzamiento-recepción y lo practica con elementos de distintos tamaños y formas.

6.1. Conoce las posibilidades de ejecución de movimiento de los distintos segmentos corporales y desarrolla habilidades coordinadas.

7.1. Utiliza habitualmente la secuencia de ejecución y de iniciación de las actividades para la práctica de ejercicios seguros.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Lectura comprensiva para motivar el interés por los contenidos de la unidad y crear un debate en torno a ella.
- Observación de las ilustraciones iniciales y verbalización de las diferentes capacidades físicas que se están utilizando.
- Conocimiento y utilización del vocabulario específico del área.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Realización de mediciones de flexibilidad.
- Cálculo de la velocidad de nuestros movimientos.
- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus habilidades motrices.
- Comprensión y valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud.
- Capacidad para interactuar con el espacio circundante.
- Manipulación de aparatos para realizar actividades físicas.
- Adquisición hábitos saludables de higiene y de cuidado del cuerpo.

Aprender a aprender

- Desarrollo del sentimiento de competencia o eficacia personal.
- Utilización de los conocimientos adquiridos en situaciones diferentes.

Competencias sociales y cívicas

- Desarrollo de actitudes de diálogo y aceptación, y elaboración de normas de convivencia.
- Comprensión de los aspectos sociales de la actividad física, utilizándolos para facilitar la relación, la integración y el respeto.
- Valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud, observando sus posibilidades y sus límites personales.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Capacidad para afrontar las tareas y los problemas con responsabilidad, mostrando iniciativa y creatividad, realizando una planificación adecuada, calculando y asumiendo riesgos, y aprendiendo de los errores.
- Desarrollo de la iniciativa y la creatividad
- Desarrollo de los valores personales de la responsabilidad y la perseverancia.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración de las manifestaciones culturales ligadas con la motricidad humana.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 4

TEMPORALIZACIÓN: *marzo, abril*

FUNDAMENTACIÓN

En esta unidad, el descubrimiento de las habilidades coordinadas dará paso a su puesta en práctica de forma coordinada y en equipo mediante diferentes ejercicios y juegos. El trabajo específico sobre las habilidades con red, con cesta y con portería será de gran utilidad para avanzar en el camino de la práctica deportiva y, además de resultar valiosos en sí mismos para profundizar en el manejo coordinado de habilidades, servirá para ir preparando a los alumnos y a las alumnas de cara a adquisiciones posteriores.

En el apartado final dedicado de forma específica a la salud, expondremos en esta ocasión algunos principios básicos sobre la dieta en relación con el crecimiento.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos y funcionales sobre las habilidades motrices, relacionando los conceptos con experiencias prácticas personales y reforzando la adquisición de conceptos clave relacionados con la futura práctica de actividades de la cultura del movimiento.
- Incrementar la actividad mental con la resolución de ejercicios-problema mediante el descubrimiento guiado de diferentes juegos y actividades que demanden habilidades coordinativas.

CONTENIDOS

Coordinación de habilidades.

Habilidades con red. Habilidades con cesta. Habilidades con porterías. La dieta y el crecimiento.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Coordinar habilidades de forma individual y por equipos.
- 2 Desarrollar habilidades en juegos y predeportes que emplean una red.
- 3 Desarrollar habilidades en juegos y predeportes que emplean una cesta.
- 4 Desarrollar habilidades con las manos en juegos y predeportes que emplean una portería.
- 5 Desarrollar habilidades con los pies en juegos y predeportes que emplean una portería.
- 6 Conocer y practicar una dieta equilibrada.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Coordina diferentes tipos de habilidades de forma individual y por equipos.
- 2.1. Desarrolla con soltura habilidades en juegos y pre deportes que emplean una red.
- 3.1. Ejecuta adecuadamente habilidades, en juegos y predeportes que emplean una cesta.
- 4.1. Es capaz de ejecutar adecuadamente habilidades con las manos, en juegos y pre deportes que emplean una portería.

5.1. Desarrolla adecuadamente habilidades con los pies en juegos y predeportes que emplean una portería.

6.1. Conoce y practica, en la medida de lo posible, una dieta equilibrada.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Lectura para motivar el interés por los contenidos de la unidad y crear un debate en torno a ella.
- Conocer el vocabulario específico del área.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus habilidades motrices.
- Manipulación de aparatos para realizar actividades físicas.
- Adquisición de hábitos saludables de alimentación y de cuidado del cuerpo.
- Desarrollo de habilidades con las manos y con los pies en juegos y predeportes.

Aprender a aprender

- Desarrollo del sentimiento de competencia o eficacia personal.
- Adquisición de recursos de cooperación en actividades físicas comunes.
- Utilización de los conocimientos adquiridos en situaciones diferentes.

Competencias sociales y cívicas

- Interés por los juegos cooperativos y valoración de las posibilidades de relación que ofrecen.
- Implicación en los juegos propuestos, integrándose en el grupo y mostrando respeto por los demás.
- Comprensión del juego como un medio social de educación física.
- Aceptación de las reglas de juego acordadas entre todos.
- Valoración del juego limpio.
- Respeto de las normas de seguridad en los juegos y en los deportes para evitar riesgos que dañen su salud.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Toma de decisiones para diseñar juegos y organización de actividades lúdicas colectivas aplicando sus habilidades motrices.
- Iniciativa y capacidad creativa en la organización de actividades lúdicodeportivas.

- Desarrollo de los valores personales de la responsabilidad y la perseverancia.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 5

TEMPORALIZACIÓN: mayo

FUNDAMENTACIÓN

Esta unidad está centrada en el cuerpo desde el punto de vista expresivo y en ella va a ser motivo de estudio la comunicación corporal. A partir del lenguaje del cuerpo, abordaremos la expresión de ideas y sentimientos utilizando como recursos el cuerpo y el movimiento, con imaginación y creatividad, en diversas prácticas de interpretación y representación, para finalizar con la creación de una danza.

Completaremos la unidad con la habitual sección dedicada al cuidado de la salud, prestando atención a la autoestima como forma de favorecer el bienestar personal.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos y funcionales sobre los aspectos esenciales de la expresión en sus diferentes manifestaciones, vinculando los conceptos con sus experiencias prácticas personales y reforzando la adquisición de conceptos clave relacionados con la expresión, la creatividad y la comunicación.
- Incrementar la actividad mental con la resolución de ejercicios-problema de expresión mediante el descubrimiento guiado y la representación de lo vivido.

CONTENIDOS

La comunicación verbal. La comunicación corporal. La interpretación.

La representación.

La comunicación en la danza. La autoestima.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Reconocer la importancia de la comunicación y descubrir los distintos tipos de lenguajes.
- 2 Entender el valor del movimiento significativo y conocer los requisitos para una buena comunicación corporal.
- 3 Distinguir, conocer y practicar los conceptos de improvisación, interpretación y representación, y las relaciones que hay entre ellos.
- 4 Conocer y aplicar los conceptos de espacio, tiempo y personaje.
- 5 Conocer y aplicar la danza como recurso expresivo.
- 6 Valorar las actividades expresivas como fuente de salud.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Reconoce la importancia de la comunicación y aplica los distintos tipos de lenguajes.
- 2.1. Entiende el valor del movimiento significativo y es capaz de expresarse adecuadamente con el cuerpo.
- 3.1. Distingue, conoce y aplica los conceptos de improvisación, interpretación y representación, y las relaciones que hay entre ellos en sus actividades expresivas.
- 4.1. Conoce y aplica los conceptos de espacio, tiempo y personaje en sus actividades expresivas.
- 5.1. Conoce y aplica la danza como recurso expresivo.

6.1. Valora las actividades expresivas como fuente de salud.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Comprensión del lenguaje corporal como medio de comunicación.
- Análisis de las ilustraciones iniciales y creación de un debate en torno a ellas.
- Conocimiento del vocabulario específico del área.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades expresivas.
- Conocimiento y comprensión de las formas de comunicación no verbal.
- Expresión de ideas, sensaciones y sentimientos utilizando como recursos el cuerpo y su movimiento.
- Organización individual y colectiva de actividades expresivas.

Aprender a aprender

- Observación de la implicación de los sentimientos en el lenguaje corporal.
- Conocimiento de las propias posibilidades y carencias a través de las actividades expresivas.
- Experimentación con el lenguaje del cuerpo.
- Experimentación de formas de comunicación a través de la danza expresiva.
- Utilización de los conocimientos adquiridos en situaciones diferentes.

Competencias sociales y cívicas

- Utilización de las actividades expresivas para facilitar la relación, la integración y el respeto.
- Trabajo en equipo, cooperando y asumiendo responsabilidades.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Desarrollo de la iniciativa, la imaginación y la creatividad en prácticas relacionadas con la expresividad del cuerpo.
- Valoración de las iniciativas y las aportaciones de los demás.

Conciencia y expresiones culturales

- Conocimiento de la riqueza cultural mediante la práctica de diferentes danzas.

- Valoración de las manifestaciones culturales de la motricidad humana (juegos tradicionales, danza).
- Utilización de las manifestaciones artísticas como fuente de enriquecimiento y disfrute.

PROGRAMACIÓN DE LA UNIDAD 6

TEMPORALIZACIÓN: JUNIO

FUNDAMENTACIÓN

Esta última unidad pretende, fundamentalmente, que los escolares adquieran conocimientos acerca del valor del juego como riqueza cultural y, también, como actividad física saludable y socializadora. Para ello, los introduciremos tanto en juegos tradicionales y populares, como en juegos cooperativos y predeportivos, para abordar después la iniciación a tres deportes bien conocidos –voleibol, baloncesto y fútbol–, facilitando el conocimiento de sus reglas e inculcando valores y comportamientos deportivos valiosos para el desarrollo personal y como fuente de salud.

Concluiremos la unidad y el curso alertando sobre los peligros de ciertos hábitos sociales nocivos, en concreto los ligados al consumo de alcohol y tabaco.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos y funcionales sobre los aspectos esenciales de los juegos y los predeportes, relacionándolos con el valor de su participación en la cultura del movimiento.
- Incrementar la actividad mental con la resolución de ejercicios-problema prácticos en los juegos y predeportes.

CONTENIDOS

Juegos de ayer para jugar hoy.

A qué podemos jugar. Primeros pasos en voleibol. Introducción al baloncesto. Introducción al fútbol.

Los peligros del tabaco y el alcohol.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- 1 Conocer la existencia histórica de los juegos y valorar su necesidad actual.
- 2 Distinguir los distintos tipos de juegos existentes.
- 3 Aprender y practicar el predeporte del voleibol.
- 4 Aprender y practicar el minibasket.
- 5 Aprender y practicar el fútbol infantil
- 6 Conocer el valor de la actividad física frente a los peligros del tabaco y el alcohol.

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce la existencia histórica de los juegos y valora su recuperación y su necesidad actual.
- 2.1. Distingue los distintos tipos de juegos existentes.
- 3.1. Conoce y practica el predeporte del voleibol.

4.1. Conoce y practica el minibasket.

5.1. Conoce y practica el fútbol infantil.

6.1. Conocer el valor de la actividad física frente a los peligros del tabaco y el alcohol.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A

DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Comprensión del lenguaje corporal como medio de comunicación.
- Análisis de las ilustraciones iniciales y creación de un debate en torno a ellas.
- Conocimiento del vocabulario específico del área.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Valoración de la actividad física como ocupación saludable del tiempo de ocio.
- Manipulación de aparatos para realizar actividades físicas.
- Adquisición de hábitos saludables de cuidado del cuerpo.

Aprender a aprender

- Favorecer la motivación, la confianza en uno mismo y el gusto por aprender.
- Adquisición de recursos de cooperación en actividades físicas comunes.

- Conocimiento de las propias posibilidades y carencias a través de las actividades físicas.

- Utilización de los conocimientos adquiridos en situaciones diferentes.

Competencias sociales y cívicas

- Utilización de la actividad física para facilitar la relación, la integración y el respeto.

- Aprendizaje de la convivencia aceptando las reglas.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Desarrollo de la iniciativa, la imaginación y la creatividad.

- Valoración de las iniciativas y las aportaciones de los demás.

- Desarrollo de las habilidades sociales del respeto a los demás, la cooperación y el trabajo en equipo.

- Visión estratégica de los retos para cumplir los objetivos de los juegos y motivarse para lograr el éxito.

- Desarrollo los valores personales de la responsabilidad y la perseverancia.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración de las manifestaciones culturales ligadas con la motricidad humana.

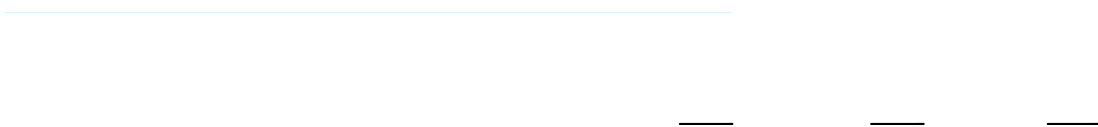
- Valoración de la riqueza cultural mediante la práctica de juegos populares tradicionales.

METODOLOGÍA

Segundo o modelo de sesión utilizado, nas fases de animación e volta á calma, como mínimo, utilizarase o **xogo como recurso metodolóxico**, apoiándonos nel para a consecución dos obxectivos na parte principal da sesión, de tódolos xeitos tamén utilizaremos distintos estilos de ensino.

En relación ao Xogo, pódese definir, seguindo a *J.M. Cagigal* (1957) como "unha acción libre, espontánea, desinteresada e intranscendente, que xorde da vida habitual, se efectúa nunha limitación espacial e temporal, conforme a unhas determinadas regras, establecidas ou improvisadas, e o elemento informativo da cal é a tensión"; as aprendizaxes que se poden conseguir na Educación Primaria, poden ser de carácter adaptativo, creativo, coeducativo, espontáneo, natural, significativo, integral e persoal. Desenvolveremos os **estilos de ensino**, seguindo a clasificación que nos ofrece *Muska Mosston*, representante da escola americana, e que fomos plasmando ao longo da programación no desenvolvemento das unidades didácticas. Seguidamente explicaremos con brevidade en que consiste cada un deles, ordenándoos dos máis aos menos directivos:

■ **Mando directo:** caracterízase porque o alumno/a responde a uns estímulos, que poden ser dados en varias canles (auditivo, visual, táctil). As características máis importantes son a resposta ao unísono, a disciplina, as disposicións xeométricas. O seu esquema é o seguinte:



Este estilo non o usaremos demasiado, xa que queremos potenciar a aprendizaxe significativa, e este non o consideramos como o máis adecuado, aínda que é aconsellado en actividades de risco ou naquelas que sexa necesaria a reprodución dun modelo, por iso nalgunha sesión da *UD 1 ¿Onde estamos?, utilizaremos este método, para ensinar determinadas posturas.*

■ Asignación de tarefas: diferénciase do mando directo en que o alumno/a elixe o momento de comezo e final da tarefa, o número de repeticións ou o tempo a dedicar. É un dos estilos que máis motiva, por iso en diferentes unidades didácticas utilizarémolo na realización de *circuítos*.

■ Ensino recíproco: O alumno/a pasa a ser profesor/a. O alumno/a é observador e corrector, o docente unicamente avaliará e corraxirá ao alumno/a observador, este estilo debido á idade do alumnado non será moi utilizado, por exemplo utilizarémolona *UD 10 de saltos e xiros, onde se practicarán xiros e un alumno/a corraxirá ao outro.*

■ Descubrimento guiado: propónse unha tarefa para que o alumno/a descubra, irase guiando o alumnado por medio de preguntas, sempre sen dar la solución, para que cheguen á resposta, só haberá unha solución. Prodúcese unha Disonancia cognitiva, a continuación unha Investigación ata chegar ao Descubrimento, que, como di Piaget (1946), por descubrila el mesmo, internalizará especialmente os datos.

■ Resolución de problemas: fórmulanse problemas con varias solucións, e, igual que no descubrimento guiado, se utiliza a disonancia cognitiva, aínda que en este estilo haberá máis dunha solución. Este estilo ten un carácter moi motivador, así como é facilitador de aprendizaxes significativas. Será outro dos estilos presentes en case todas as unidades didáctica.

A continuación presentamos **principios metodológicos básicos** que tivemos en conta na elaboración das sesións das unidades didácticas:

<p>R eforz o positi vo</p>	<p>É importante que os alumnos/as estean motivados. Debe crearse un ambiente de confianza para que o alumno/a se sinta seguro/a.</p>
<p>P rogre sión</p>	<p>Hai que seguir unha progresión de exercicios; é dicir, ir do doado ao difícil, do sinxelo ao complexo, paulatinamente.</p>
<p>I ntens idade</p>	<p>Os estímulos dados serán o suficientemente intensos para que os exercicios sexan adecuados ao grupo de alumnos/as.</p>

<p>T ransf erenc ia</p>	<p>Cando se efectúa un novo movemento, este debe basearse no patrón doutros movementos aprendidos anteriormente.</p>
<p>I ntere ses</p>	<p>Os exercicios formulados aos alumnos/as deben estar de acordo cos seus intereses e necesidades, para lograr unha aprendizaxe significativa.</p>
<p>I ndivid ualiza ción</p>	<p>Hai que respectar as características de cada neno/a, tanto morfolóxicas, como fisiolóxicas e funcionais. Cada un/ha "é como é".</p>
<p>P artici pació n</p>	<p>Non haberá aprendizaxe se o neno/a non participa activamente.</p>

Como docentes tampouco nos poden esquecer unhas pautas de actuación, como son:

- Preparar sempre a clase para evitar rutina e improvisación.

- Dar explicacións breves, claras e concretas.
- Crear un clima de atención.
- Facer demostracións de tarefas, cando sexa necesario.
- Utilizar o vocabulario axeitado segundo o nivel do alumnado.
- Durante as explicacións e demostracións, colocarse en lugares visibles para que os alumnos/as o oian e vexan sen dificultade.

AVALIACIÓN

A avaliación educativa, definida por Lagardera (1999), como "o mecanismo de recollida de información continua ou formativa que unha vez valorada debe servir para tomar determinadas decisións", se realizará tanto do proceso de aprendizaxe dos alumnos/as, así como do proceso de ensino, referido a unha adecuación dos obxectivos, contidos e criterios ás características do alumnado, o deseño e posta en práctica da programación, ás medidas de atención á diversidade, ás relacións e interaccións que se dan na aula, así coma a coordinación existente co equipo de docentes.

Un dos aspectos que hai que ter en conta é o sistema de notas, que reflectirán os resultados da avaliación e que serán de Insuficiente (IN), Suficiente (SUF), Ben (BE), Notable (NOT) e Sobresaínte (SB).

¿QUE AVALIAR?

Serán os aspectos reflectidos nos criterios de avaliación sinalados en cada unha das unidades didácticas, ademais aspectos actitudinais como o compañeirismo, a atención ás explicacións do docente, a actitude, tanto cara aos seus compañeiros/as coma cara ao docente

e o material, así como aspectos relacionados coa saúde e a hixiene, e **realizaremos un seguimento da evolución das competencias básicas, a través de cada criterio das unidades didácticas.**

¿CANDO AVALIAR?

- **Ao principio da unidade didáctica**, tratarase de coñecer a situación de partida, os coñecementos previos e o estado no que se atopan os nosos alumnos/as, co fin de adecuar as condicións ao alumnado. Realizaremos esta avaliación inicial na primeira sesión de cada unidade didáctica, que será unha sesión ordinaria, na que rexistraremos a valoración dos diferentes ítems na nosa escala.

- **Ao longo da unidade didáctica** realizaremos unha valoración continua da aprendizaxe e o ensino, unha análise de todo o proceso e unha toma de decisións para mellorar a situación. Así observaremos nesta avaliación formativa (ou continua) se os obxectivos están claros, se a selección de contidos é correcta, se as actividades son atractivas e motivadoras, se o enfoque metodolóxico é o axeitado.

- **Ao final do proceso** realizarase unha análise e reflexión sobre os datos recollidos, na última sesión de cada unidade didáctica rexistrarse na escala de valoración o grao de aprendizaxe dos contidos por parte do alumnado. Esta avaliación sumativa (ou final) comprobará a consecución dos criterios de avaliación sinalados.

¿COMO AVALIAR?

A avaliación que realizaremos será criterial, adaptándose ás características e necesidades de todos e cada un dos alumnos/as. Para obter as cualificacións baseándose nos criterios establecidos, utilizaranse como instrumentos **escalas de valoración**, que nos facilitarán información cualitativa (subxectiva) da evolución alcanzada polo alumnado. Estas escalas de valoración, posúen uns ítems que estarán valorados do 1 ao 5 en función da súa consecución.

O docente utilizará tamén un **registro anecdótico**, onde se reflectirán os acontecementos que sexan máis significativos, para os efectos de avaliación do alumnado, así como calquera feito ou incidencia da sesión que poida servir para a autoavaliación. O labor docente será avaliado mediante a realización dunhas preguntas que se farán aos alumnos/as de forma oral ao finalizar cada trimestre, as preguntas que se farían poden consultarse nos ANEXOS, tamén se procederá a unha autoavaliación por parte do docente ao finalizar cada unidade didáctica, seguindo o cuestionario de autoavaliación dos ANEXOS.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

CAPACIDADES	ITEMS	1º-2º CURSO	3º-4º CURSO	5º-6º CURSO
COGNITIVO	Comprensión y asimilación de conceptos.	10%	10%	20%
		Realización y ejecución de la actividad física.		
MOTRIZ	Esfuerzo e interés.	20%	35%	40%
		40%	35%	30%
AFFECTIVO	Cumplimiento de las normas	30%	20%	10%

BIBLIOGRAFÍA

- Blázquez, D. (1999). *Avaliar en Educación Física*. Barcelona: INDE.
- Cagigal, J. M. (1996). *Obras selectas*. Cádiz: C.O.E., A.E.D.pT.
- Castañer, M.; Camerino, O. (1996). *A educación física no ensino primario*.

Barcelona: INDE.

- Cortizas, A. (2001). *Chirlosmirlos. Enciclopedia dos xogos populares*. Vigo. Xerais.
- Delgado Noguera, M. (1991). *Os estilos de ensino en Educación Física. Proposta para unha reforma do ensino*. Granada: ICE da Universidade de Granada.
- Famose, J. (1992). *Aprendizaxe motora e dificultade da tarefa*. Barcelona: Paidotribo.
- González, M.E. (1998). *Educación Física en Primaria. Unidades Didácticas. 1º*

ciclo.

Barcelona. Paidotribo.

- Lawther, J. (1983). *Aprendizaxe das habilidades motoras*. Bos Aires: Paidós.

- Mosston, M. (1993). *O ensino de la Educación Física*. Barcelona: Hispano Europea.

- Motos Teruel, T. (1985). *Xogos e experiencias de expresión corporal*.

Tarragona: Humanitas.

- Pazos, J (1995). *Xogos motores*. Santiago de Compostela: Lea.

- Pieron, M. (1988). *Didáctica das actividades físicas e deportivas*. Madrid: Gymnos.

- Sánchez Bañuelos, F. (1989). *Bases para unha didáctica da educación física e o deporte*. Madrid: Gymnos.

- Toro, S.; Zarco, J (1995). *Educación Física para nenos e nenas con necesidades educativas especiais*. Málaga: Alxibe.

- Viciano, J. (2002). *Planificar en Educación Física*. Barcelona: INDE.

- VV.AA. (1995). *Aspectos básicos da EF en Primaria*. Sevilla. Wanceulen.

- VV.AA. (1996). *A Educación Física na Primaria. Proxecto curricular e sesións de traballo (1º ciclo)*. Muros. Toxosoutos.

ANEXOS

ANEXO I: FICHA DE AVALIACIÓN

ANEXO I: REXISTRO ANECDÓTICO

ANEXO II: CUESTIONARIO AVALIACIÓN DO MESTRE

ANEXO III: CUESTIONARIO AUTOAVALIACIÓN DO MESTRE

U D 3										
-------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

2ª AVALIACIÓN

U D 6					U D 8					
-------------	--	--	--	--	-------------	--	--	--	--	--

U D 7					U D 9					
-------------	--	--	--	--	-------------	--	--	--	--	--

3ª AVALIACIÓN

U D 1 0					U D 1 2					
------------------	--	--	--	--	------------------	--	--	--	--	--

U D 1 1					U D 1 3					
------------------	--	--	--	--	------------------	--	--	--	--	--

OBSERVACIONES:

REGISTRO ANECDÓTICO

Curso:		Unidade didáctica:
Alumno/a:	Feito observado:	Comentario:

CUESTIONARIO AVALIACIÓN DO MESTRE

NOME _____

CURSO _____ DATA _____

Contesta as seguintes preguntas	M O D O	N O R M A L	P O U C O
¿Cres que as actividades son divertidas?			
¿Divertícheste nas clases de EF?			
¿Cres que a forma de traballo foi boa?			
¿Coñeces mellor os teus compañeiros/as coa			

EF?			
¿O mestre foi divertido nas clases?			
¿Explica con claridade todos os xogos?			
¿Escoita a todos os nenos/as?			
¿Utilizou materiais atractivos?			
¿Aprendiches cos contidos traballados?			

CUESTIONARIO AUTOVALIACIÓN DO MESTRE

	M O D O	S U F I C I E N T E	P O U C O
¿Os obxectivos planificados eran realistas?			
¿Os alumnos/as acadaron os obxectivos?			
¿Os contidos estaban relacionados cos obxectivos?			
¿As actividades planeadas eran as axeitadas para acadar os obxectivos?			

<p>¿As tarefas e xogos foron motivadores?</p>			
<p>Os recursos utilizados ¿favoreceron a motivación e a aprendizaxe?</p>			
<p>¿A metodoloxía aplicada favoreceu o proceso de ensino – aprendizaxe?</p>			
<p>¿Propicio o traballo en equipo?</p>			
<p>Os criterios de avaliación específicos ¿son avaliáveis?</p>			
<p>¿Os alumnos/as participaron nas tarefas?</p>			
<p>¿Motivo e estímulo o traballo cos alumnos/as?</p>			
<p>Evito a ameaza e a sanción</p>			
<p>¿O tempo dedicado á unidade didáctica foi o</p>			

axeitado?			
-----------	--	--	--

Aspectos do rexistro anecdótico:
