



**Dr. Fleming**

**PROGRAMACIÓN ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA  
PARA O 6º CURSO**

**2022-2023**

## Características da área.

A área de Educación física ten como finalidade principal a competencia motriz do alumnado, 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 sesións 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 madurativo, 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.

Pero a educación física non é unha simple aprendizaxe de movementos, senón un camiño cara á educación total que utiliza o dito movemento como axente pedagóxico con diversas funcións:

- De coñecemento (de si mesmo/a, e do contorno)
- De organización perceptiva (desenvolvendo a percepción do propio corpo, do espazo e do tempo)
- Anatómico - funcional (incrementando as habilidades e mellorando a condición física)
- Estético/comunicativa (por medio de manifestacións artísticas e de comunicación)
- De relación social coas demais persoas (interaccionando co resto de participantes)
- Agonística (esforzándose e superando dificultades)
- Hixiénica (mellorando a saúde e previndo enfermidades)
- Hedonista (como fonte de gozo),
- De compensación (fronte á vida sedentaria)

- Catártica (para liberar tensións)

Especialmente importante é a relación que a educación física ten coa saúde. A actividade física ben practicada mellora o benestar e a calidade de vida. No que atinxe a esta área dentro da educación primaria, dáselle importancia á saúde ao dedicárselle un bloque de contidos. Preténdese que o alumnado adopte medidas de hixiene corporal na actividade física e na vida cotiá, que adquira pautas de alimentación correctas, que rexeite as substancias nocivas, que empregue as posturas corporais precisas nas súas accións, que mellore o coñecemento do seu corpo e do contorno que o rodea e mais que incremente o nivel de condición física e, por conseguinte, a súa saúde.

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á atención á diversidade. Por medio da educación física desenvólvense interaccións co resto de persoas, o que favorece as relacións construtivas, o respecto, a aceptación, a cooperación, a autonomía, a participación, o sentido crítico e o logro de obxectivos comúns, propiciados polas múltiples e variadas agrupacións que se poden formar.

Igualmente, en educación física débese incidir na coeducación e na igualdade de oportunidades entre ambos os sexos. As actividades propostas atenderán do mesmo xeito os nenos e as nenas, integrando todas as persoas participantes indistintamente para poder acadar os obxectivos. O profesorado deberá equilibrar as actividades e materiais de xeito que non predomine ningún estereotipo e seleccionar aqueles que contribúan á participación equilibrada e motivada de nenos e de nenas. Outro aspecto que hai que ter en conta para favorecer a igualdade entre os sexos son as expectativas que o profesorado ten con respecto ás nenas e aos nenos, así como as expresións que se utilicen para favorecer as súas execucións e os resultados.

Finalmente, a educación física responde á necesidade e á capacidade de moverse que teñen os nenos e as nenas.

Desde esta perspectiva, a área de educación física divídese en **seis bloques de contidos**:

No primeiro bloque, **Contidos comúns**, Os contidos deste bloque, pola súa natureza transversal, traballaránse 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.

No segundo bloque, **O corpo: imaxe e percepción**, trátanse as capacidades perceptivas. Veñen representadas polo esquema corporal, co coñecemento das partes do corpo e das súas posibilidades de movemento; pola percepción do espazo e pola do tempo. Tamén se inclúen neste bloque o equilibrio, debido á relación que ten coa percepción, o ton muscular (preciso para adoptar posturas cotiás) e a capacidade para relaxarse, así como a respiración.

A percepción do contorno comprende a do espazo e a do tempo, aspectos que evolucionan paralelamente ao desenvolvemento madurativo das nenas e dos nenos entre os 6 e os 12 anos (período de operacións concretas), idades de referencia da educación primaria.

O equilibrio, pola súa banda, está en estreita relación coa actividade tónica e postural, aspectos presentes no esquema corporal.

O terceiro bloque, **Habilidades motrices**, céntrase nos aspectos cuantitativos do movemento, nas habilidades e na coordinación, capacidades que lle permiten ao alumnado moverse con eficacia e con eficiencia, facilitando a adaptación a situacións motrices complexas. A coordinación mellórase con gran cantidade e variedade de movementos, polo que vai estar moi relacionada coa adquisición das habilidades.

O cuarto bloque, **Actividades físicas artístico expresivas**, abrangue aspectos relacionados coa

expresividade e coa comunicación utilizando o propio corpo a través do movemento. Aquí englóbanse o ritmo, os bailes e danzas, a expresión, a imitación, a representación e a dramatización.

O ritmo mellora a percepción temporal, polo que se relaciona co segundo bloque de contidos. Desenvolverase a través de actividades con música, bailes, danzas ou coreografías, en función da idade do alumnado.

Outro dos aspectos específicos da expresión corporal é a dramatización e a comunicación a través do corpo. Esta incentivarase coa utilización de obxectos e coa interacción con outras persoas para representar personaxes, ideas, emocións, sentimentos, situacións... Valorarase especialmente a superación do medo ao ridículo, o respecto polas execucións alleas, a participación e o gozo practicando estas actividades. Favorecerase a creatividade incentivando o alumnado para que se exprese por medio de accións de acordo cuns estímulos dados e para que elabore coreografías en grupo xa nos últimos cursos.

O quinto bloque, **Actividade física e saúde**, engloba todos aqueles contidos relacionados coa mellora da saúde e da calidade de vida en que a educación física pode influír. Algúns dos aspectos deste bloque son a hixiene (tanto corporal como postural), a alimentación, a condición física enfocada á saúde (que se relaciona co segundo bloque), a adopción de medidas de seguridade e a prevención de accidentes.

A hixiene corporal estará presente desde idades temperás. Fomentarase a hixiene do propio corpo, facendo fincapé no aseo e no cambio de roupa despois da sesión de educación física, buscando a perduración deste hábito ao longo da vida. En canto á hixiene postural, traballarase a aprendizaxe de posturas correctas, tanto relacionadas co exercicio físico coma coa vida cotiá. A alimentación ten especial relevancia na actualidade, xa que nos últimos anos se incrementaron os problemas relacionados cos hábitos alimenticios e coa falta de práctica de actividade física (anorexia, obesidade...); por iso ten que levarse a cabo un labor de concienciación en todos os cursos como base para unha aprendizaxe ao longo da vida. Finalmente, as nenas e os nenos destas idades deben ser responsables con respecto á práctica da educación física e o deporte e coñecer certos parámetros (quecemento, relaxación, dosificación...) que evitarán accidentes e riscos innecesarios.

O sexto bloque, **Os xogos e as actividades deportivas**, presenta contidos relacionados co xogo e coas actividades deportivas, entendidos como manifestacións culturais da motricidade humana. O xogo pode ser un recurso metodolóxico ou un contido con sentido propio, con fin en si mesmo. Neste caso priorízanse aspectos relativos á práctica de xogos e de deportes, á realización de xogos populares e tradicionais galegos e ao respecto polas normas e polas compañeiras e compañeiros.

O xogo está presente case desde o nacemento e vai evolucionando coa persoa. Antes, o xogo usábase cando non se estaba a traballar, como distensión, mais as correntes pedagóxicas actuais indican que é unha boa maneira de conseguir os obxectivos previstos (xogo como medio). Utilizaranse estratexias de cooperación, de oposición e de cooperación/oposición, experimentando a tensión intrínseca do xogo, aceptando a vitoria e a derrota, amosando respecto polo resto das persoas que xogan e polas normas e regras. Os xogos populares tradicionais de Galicia estarán presentes en todos os cursos desta etapa educativa, de maneira que a área contribúa á conservación da cultura galega.

Esta agrupación en bloques 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, construindo uns contidos sobre os outros, como unha estrutura de 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.

Para rematar, a actividade física debe ser enfocada de tal xeito que mellore as relacións afectivas e potencie as actitudes e valores dunha sociedade solidaria e respectuosa coas persoas, sen distincións por razón de sexo, de etnia, de relixión, de ideoloxía, de capacidade física ou sensorial...

## Competencias clave.

A área de educación física contribúe ao desenvolvemento das **competencias clave**:

Competencia en comunicación lingüística (CCL) A educación física desenvolve esta competencia desde varias perspectivas, pero, en todas elas, grazas á variedade de intercambios comunicativos que permite, á parte do vocabulario específico que achega.

Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT) Certas actividades que se realizan en educación física e contribúen ao desenvolvemento desta competencia son:

- Apreciación de distancias, de traxectorias ou de velocidades nos lanzamentos, nas recepcións, nos golpes e en calquera tarefa de manipulación que se faga con móbiles, desenvolvendo tamén a percepción espacial.
- A ocupación do espazo de acción, a dispersión, o agrupamento... Estes aspectos inflúen na boa adquisición das habilidades perceptivas e son importantes na maioría das actividades que se fan, especialmente nos deportes.
- A formación de figuras xeométricas co corpo, tanto individualmente como en grupo (xogos de roda, distribución en ringleiras...) ou con distintos materiais (cordas, ladrillos de psicomotricidade...)
- Interpretación de símbolos: por exemplo, ao traballar a orientación hai que entender a relación entre o que está representado no plano e a realidade, polo que resulta imprescindible interpretar os símbolos máis básicos.
- Aumento da percepción: búscase enriquecer a percepción e o control do propio corpo (esquema corporal), do espazo e do tempo, mellorando deste xeito o coñecemento do mundo que nos rodea e as relacións coas demais persoas e cos obxectos.
- Exploración e coñecemento doutros medios (acuático, natural, neve...): algunhas das actividades da área de educación física realízanse no medio natural ou incluso no medio acuático, o cal axudará o alumnado a coñecer as diferenzas, as súas características, os distintos espazos...
- Mellora da saúde e da calidade de vida: entendida como o estado de completo benestar físico, mental e social, e non só como ausencia de enfermidade. A mellora na condición física ten numerosas repercusións na saúde: diminución do peso corporal, aumento das cavidades do corazón, do ton muscular, da autoestima... Tamén contribúen á mellora da saúde e da calidade de vida o traballo da hixiene corporal, a adquisición de hábitos alimenticios axeitados, o rexeitamento da inxestión de substancias prexudiciais, así como a práctica de hixiene postural en accións cotiás e propias da actividade física.

Competencia dixital (CD) A área de educación física contribúe a esta competencia desde os seguintes puntos de vista:

- Por unha banda, as nenas e os nenos aprenden a valorar criticamente as mensaxes referidas ao corpo, procedentes dos medios de información e de comunicación, que poden danar a imaxe corporal. Ademais deben saber seleccionar a información importante.
- Por outra banda, o alumnado ten que ser quen de achar a información usando as TIC: bases de datos, procesadores de texto, tratamento da imaxe, utilización da internet como ferramenta de busca... Debe amosar un dominio básico de diferentes linguaxes (icónica, visual, sonora, gráfica...) e un coñecemento dos tipos de información, das súas fontes, das súas posibilidades e da súa localización.

Competencia para aprender a aprender (CAA). O logro desta competencia ten relación coa metodoloxía e coa maneira de presentar as tarefas na organización do proceso de ensino-aprendizaxe:

- Aprender a aprender por medio das actividades cooperativas, en que o grupo-clase ten que buscar a colaboración e as achegas de todas as persoas que o compoñen, favorecendo o diálogo, a busca, o consenso, o razoamento e a comprensión das ideas achegadas polas e polos demais.
- Axeitado coñecemento de si mesma e de si mesmo, do propio corpo, das posibilidades de acción, do contorno que nos rodea, das demais compañeiras e compañeiros así como a comprensión dos patróns de movemento realizados para transferir a outras accións que favoreza o coñecemento das propias capacidades e a autoestima.
- Do mesmo xeito, as estratexias que cada nena e neno desenvolven con respecto ao autocontrol e ao control da actividade, regulando os seus movementos e accións e respondendo aos obxectivos propostos, favorecerán o feito de aprender a aprender.

Competencias sociais e cívicas (CSC). As características da educación física, especialmente no que se refire á dinámica de relacións, presente nas sesións, fana axeitada para a educación en habilidades sociais:

- Cun axeitado enfoque metodolóxico e didáctico, faranse grandes achegas a esta competencia: a busca de obxectivos grupais comúns nun xogo cooperativo, o diálogo e a toma de decisións compartidas, as estratexias de cooperación ou oposición nos deportes, a comunicación... son un medio eficaz para facilitar a relación, a integración, o respecto, a cooperación e a solidariedade.
- A educación física conciencia e axuda a ter en conta ás demais persoas nas actividades propostas, a confiar nelas, a participar colectiva e grupalmente, a asumir os diferentes papeis e as regras do xogo, a compartir o éxito e o fracaso do equipo, a discutir e elixir representantes, normas, funcións... aceptando as posibilidades e limitacións propias e alleas, independentemente do sexo, da raza, das crenzas, das características físicas...
- Atenderase ao xogo limpo, responsabilizándose cadaquén da integridade do resto de participantes. No caso do xurdimento de conflitos, resolveranse por medio da negociación, baseada no diálogo.

Sentido da iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE). A educación física aborda a autonomía e a iniciativa persoal do alumnado desde varias perspectivas:

- Mellorando o coñecemento do seu propio corpo e do contorno ao estruturar o esquema corporal, así como a percepción do espazo e do tempo, de maneira que se gañe progresivamente autonomía e se fagan os movementos máis ricos e variados.
- Incrementando o nivel de habilidades e de capacidades e, en consecuencia, a autonomía e a iniciativa persoal.
- Utilizando unha metodoloxía que favoreza a exploración: os estilos de ensino que potencian a busca creando dúbidas nos coñecementos adquiridos ata o momento incrementan a capacidade do alumnado para realizar as accións con progresiva autonomía. A metodoloxía empregada tenderá á adquisición de aprendizaxes significativas, polo que é preciso que os contidos sexan coherentes desde un punto de vista obxectivo co nivel evolutivo e madurativo do alumnado. Desta maneira, conseguirase unha alta motivación, xa que as aprendizaxes terán conexión coas inquiredanzas, necesidades e capacidades de cada neno e de cada nena.

Conciencia e expresións culturais (CCEC). A educación física achégase a esta competencia:

- Apreciando a parte artística de certas execucións motrices. Potenciando o desenvolvemento estético, a creatividade, a imaxinación, a dramatización, a expresión. Deste xeito, as manifestacións artísticas significarán unha fonte de gozo e enriquecemento persoal, valorando criticamente as mensaxes difundidas.
- Entendendo algunhas manifestacións da motricidade humana como feitos culturais presentes en todas as culturas e civilizacións.

Na etapa de educación primaria preténdese que todas as áreas curriculares estean relacionadas entre si (interdisciplinabilidade). Os contidos impartidos nelas deben ter conexión e o profesorado das diferentes áreas deberá estar coordinado e programar globalmente, o que favorecerá que os nenos e nenas perciban as aprendizaxes transmitidas como parte dun todo, relacionadas, cohesionadas e con coherencia. Estructurar as aprendizaxes segundo a centros de interese pode ser unha boa alternativa para afianzar os coñecementos e garantir a calidade educativa. Partirase de estilos de ensino que favorezan a busca, a indagación e a investigación, implicando aspectos mentais nas execucións motrices. O descubrimento guiado ou a resolución de problemas baseándose en propostas motrices levará as alumnas e os alumnos a investigar, razoar e chegar a unha ou varias posibles solucións.

O xogo é un recurso metodolóxico que debe utilizarse para gran parte dos contidos que se traten. Está sobradamente demostrada polas correntes pedagóxicas actuais a idoneidade deste para acadar as aprendizaxes propostas. O xogo ten un carácter natural, está presente nas persoas case desde o nacemento e pode ser multidisciplinar. O desenvolvemento de xogos ou de actividades cooperativas favorecerá a adquisición de multitude de valores e de competencias.

Finalmente, é preciso prestar especial atención á eliminación das diferenzas sexistas, buscando a igualdade de oportunidades para os dous sexos co fin de chegar así a unha verdadeira «coeducación física».

## Educación en valores

A Educación en valores traballarase seguindo o principio de transversalidade. Non constitúe un bloque temático e non supón introducir contidos novos, senón organizar os xa establecidos ao redor dun eixo educativo concreto. Aconséllase que sexa un referente constante que impregne todo o labor educativo. Destacamos:

- 1. Educación ambiental:** promoveranse actividades que axuden a coñecer, gozar, respectar e coidar o contorno.
- 2. Educación para a paz:** empregaremos a práctica de actividades físicas e especialmente deportes de cooperación/oposición, onde se crearán situacións de tensión, enfrontamento, rivalidade..., que será necesario resolver cunha actitude de diálogo.
- 3. Educación do consumidor:** é importante desmitificar a carga consumista que teñen os artigos deportivos, e sobre todo, algunhas marcas e personaxes públicos.
- 4. Educación viaria:** fomentaranse hábitos encamiñados á creación do sentido viario, exploración da contorna urbana e desprazamentos por el de forma autónoma e segura.
- 5. Educación para a saúde e calidade de vida:** este é un dos bloques de contidos da área, polo que se traballa directamente.
- 6. Educación para a igualdade de oportunidades entre sexos:** ensinaremos ao noso alumnado a respectar as características de cada un deles, contribuíndo a eliminar os estereotipos sexistas, tanto da propia práctica deportiva como os da vida cotiá.
- 7. Educación sexual:** posibilitaremos o coñecemento da propia realidade corporal, evitando toda carga morbosa sobre a sexualidade. Da identificación dos aspectos sexuais, pasaremos a un coñecemento sobre aspectos biolóxicos e finalmente, a unha valoración dos aspectos sociais, de forma que o alumnado chegue a coñecer e apreciar os roles sexuais masculino e feminino, así como o exercicio da sexualidade en canto a actividades de comunicación plena entre persoas.
- 8. Educación moral e cívica:** a achega a este tema transversal será total. Basta con recordar algúns deles como: a autoestima, o respecto aos demais, a aceptación das propias posibilidades e limitacións corporais, a solidariedade e a cooperación, a aceptación da diversidade.
- 9. Educación para o lecer:** ensínase a gozar do tempo libre por medio da actividade física.

## Atención á diversidade

A diversidade é o reto que temos presente diariamente nas nosas aulas e ó que temos que dar resposta de forma óptima para asegurar unha educación con igualdade de oportunidades e de calidade para todo o alumnado.

Atender á diversidade implica tamén atender á diversidade do grupo clase, xa que calquera alumna ou alumno pode presentar algunha dificultade insuperable durante o proceso de ensino aprendizaxe que faga necesaria a atención individualizada. A diversidade engloba situacións, circunstancias persoais puntuais ou permanentes que necesitan ser resoltas para facilitar o acceso á aprendizaxe, a un ensino equitativo e de calidade.

Na área de Educación Física é moi importante centrar a actividade na coeducación, xa que é na actividade física e no deporte onde se pon máis claramente de manifesto a diferenza de sexos.

Diversidade non implica segregar, separar, educación diferente, implica igualdade de oportunidades para todas e todos.

Desde o punto de vista da escola normalizadora, debemos entender a educación como un conxunto de recursos materiais e persoais adaptados para atender adecuadamente ás necesidades que poida presentar o alumnado.

A atención á diversidade do alumnado fará referencia por tanto a tres grandes vías potenciais:

- O alumnado que presenta necesidades educativas especiais concretas como consecuencia dunha discapacidade, desvantaxe social ou destreza motriz.
- O alumnado que poida precisar en calquera momento dun reforzo ou adaptación concreta.
- A diversidade de xénero presente na aula.

O tratamento da diversidade na área pode ser abordado desde unha serie de estratexias xerais que poden seren resumidas nas seguintes:

### a. Distribución e organización dos tempos da sesión

É conveniente que, cando o precisen as sesións programadas, se inclúan xogos ou actividades para o individual e colectivo.

O traballo da autonomía e autoestima é moi importante cara a eliminar a diferenza na diversidade e reforzar o autoconceito e a autoestima.

	Tempo Individual	Tempo Colectivo
Alumnado con necesidades de atención educativa específica	Traballo relacionado coa saúde.	Traballo de inclusión no grupo.
Alumnado motrizmente avantaxado	Traballo individualizado	Traballo de colaboración e axuda a outros compañeiros e compañeiras.
Diversidade do grupo	Traballo para avanzar ao ritmo individual.	Traballo no ámbito social e comunicativo.
Diversidade de xénero	Traballo de autoestima e autonomía.	Traballo de valoración das capacidades e posibilidades dos demais.

### b. Obxectivos

Procuraremos propor os mesmos obxectivos para todos, adaptándoos nos casos que sexa necesario, en consonancia cos criterios de avaliación propostos.

### c. Contidos a traballar

Centrarémonos en aqueles contidos nos que o alumnado poida integrarse e participar facilmente sen que sexan necesarias demasiadas adaptacións nin modificacións. A adaptación nesta área non se concreta en ofertar actividades nin contidos diferentes, senón en dar a posibilidade de diferentes opcións, aceptar diferentes solucións, propoñer o mesmo para todos; a mellor adaptación é a que non é percibida polo alumnado. Canta máis diversidade de opcións propoñamos nas sesións máis fácil resultará atender á diversidade de intereses e capacidades de alumnado.



A diferenza fundamental está en conseguir tratar os contidos mediante enfoques comprensivos e participativos, non buscar o rendemento físico nin o resultado nas actividades e xogos propostos.

#### **d. A metodoloxía**

Debemos esforzarnos por atender á diversidade do grupo, canto menos debamos adaptar mellor se producirá a integración. Metodoloxicamente é máis positivo propor actividades que requiran o mínimo nivel de adaptación, utilizar propostas abertas e con baixo nivel de estruturación.

#### **e. A avaliación**

A avaliación debe adecuarse fundamentalmente ás características do alumnado y do contexto. Será ética, ao servizo do alumnado e respectuosa co mesmo, cunha orientación claramente formativa e continua, que sexa unha axuda para o profesor e non unha carga.

A conveniencia de adaptacións curriculares individualizadas serán valoradas, consonte á normativa vixente, coa persoa responsable do departamento de orientación e da titoría.

### **Relación con outras disciplinas**

A área de educación física non está á marxe das demais disciplinas curriculares, polo tanto relaciónase constantemente con elas (principio de interdisciplinidade)

**1. Matemáticas:** xa que traballamos algúns aspectos en común como son os puntos e sistemas de referencia (situación dun obxecto no espazo, distancias, desprazamentos, xiros), representación elemental do espazo (planos, mapas e maquetas) agrupacións e operacións básicas, disposicións xeométricas...

**2. Educación artística:** A Música a relacionamos cos aspectos temporais (ritmo, duración, secuencia, velocidade...), o corpo como instrumento de expresión e comunicación (recursos expresivos, xestos, movemento), danzas e bailes... Respecto da Plástica, coa imaxe como elemento de comunicación, a construción de xoguetes con material de desfeito, a utilización de diversos materiais e recursos...

**3. Ciencias da natureza, ciencias sociais, valores sociais e cívicos:** traballaremos a percepción do propio corpo (identificación e localización dos principais órganos), percepción espacial (orientación, puntos cardinais, distancias), identificación das situacións de colaboración en conflitos sociais e culturais, participación na toma de decisións do grupo...

**4. Lingua castelá, galega e estranxeira:** vincúlase principalmente con sistemas e elementos de comunicación verbal e non verbal (imaxe, son, xesto, movemento...)

### **Relación coas Tics**

Nas sesións correspondentes á unidade didáctica “Complemento abalar” que se poderá desenvolver ao longo dos tres trimestres do curso, o alumnado empregará o equipamento abalar da súa aula (tecnoloxías da información e a comunicación) para elaborar un traballo sobre unha actividade deportiva que preferentemente será algunha das desenvolvidas no seu nivel ao longo do curso.

### **Relación co proxecto lector**

O Decreto 105/2014 do 4 de setembro, polo que se establece o currículo de educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia, no seu título III, establece o Proxecto Lector do Centro.

Polo mesmo motivo que podemos empregar o equipamento abalar para levar a cabo algunha das nosas sesións, a nosa área levará a cabo a aplicación do Plan Anual de Lectura empregando actividades en soporte papel onde o alumnado realizará actividades relacionadas coa unidade didáctica que esteamos a traballar nese intre.

## Accións de contribución ao Plan de Convivencia

Tal como se recolle no Plan de Convivencia as accións son:

- Actividades para integración e participación do alumnado.
- Actividades que favorezan a relación da familia e centro.
- Actuacións do profesor tutor para a integración do alumnado de novo ingreso.
- Posibilitar que o alumnado aprenda a responsabilizarse da súas accións, actuacións e comunicacións cos outros.
- Contribuír a desenvolver actitudes cooperativas, solidarias e de respecto.
- Resolver situacións conflitivas dende a reflexión e o dialogo.

En definitiva, mellorar o clima da aula e do centro en todos os espazos escolares.

## Metodoloxía

A metodoloxía respectará dúas condicións básicas:

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

A nivel global empregaremos unha metodoloxía construtiva, achegándonos á realidade do alumnado e ás súas diferenzas individuais, tentando que a través das actividades superen as súas limitacións.

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

Dependendo dos obxectivos a acadar empregaremos un método conducido (intervención máxima do mestre. Aprendizaxe por mando directo), semiconducido (intervención media do mestre. Aprendizaxe por descubrimento guiado) ou non conducido (mínima intervención do mestre. Aprendizaxe mediante a busca).

O alumnado asume e asimila de xeito práctico os coñecementos sobre o seu corpo e sobre o seu funcionamento, así como as súas posibilidades motrices e experimenta con elas. Nós teremos unha función dinamizadora e integradora, entendida en sentido positivo de ánimo e guía para descubrir novas opcións e posibilidades. Esta información basearase no desenvolvemento da actividade motriz máis que no resultado da mesma. Por iso centraremos no **xogo** as súas aprendizaxes motrices, xa que é unha actividade querida e constante. Por iso o aspecto lúdico xogará un papel importante en todo o noso proceso de ensino - aprendizaxe.

Propomos actividades que supoñen un esforzo e un reto, adecuándoas sempre ás capacidades do alumnado. Estimularemos, suxeriremos, orientaremos, controlaremos o risco, achegaremos ideas e posibilidades, pero o alumnado será e saberá ser o protagonista da súa propia acción motriz. Serviranos de motivación que aprendan a aplicar as súas aprendizaxes motrices a unha actividade tan querida e constante como é o xogo. Utilizarase como recurso metodolóxico en todas as sesións ou na maioría delas (como mínimo na animación e a volta á calma), aínda que se recorrerá igualmente a diversos estilos de ensino.

Na organización da clase evitaremos, na medida do posible, os tempos mortos e de espera, para o que contaremos co material suficiente ou diversificaremos as actividades, precisando dun menor número de elementos de cada tipo de material pero maior variedade de materiais a empregar. Propóranse actividades que requiran esforzos, habilitando convenientemente os tempos de recuperación mediante a diversidade no tipo de actividades.

A metodoloxía a utilizar será:

- **Aberta:** empregando diferentes estilos de aprendizaxe, en función dos obxectivos que pretendemos conseguir e das características do alumnado.
- **Flexible:** permitindo axustar as propostas ao ritmo individual do alumnado. Non nos basearemos en propostas de traballo que fixen unha meta ou unha marca igual para todos/as. As

propostas que fagamos coñecerán a realidade individual de cada alumno/a, permitindo que sexa desenvolvida en función das súas posibilidades.

- **Activa:** o alumnado será o protagonista da súa propia acción. Partiremos da necesidade de actividade do alumnado desta idade para ir canalizándoa ata obter os obxectivos pretendidos. Non basearemos as propostas de traballo en repeticións de modelos, non deixaremos que fagan o que queiran, senón que mediante as propostas activas faremos que o alumnado se senta protagonista da súa propia conduta motriz.

- **Participativa:** favoreceremos o traballo en equipo para fomentar o compañeirismo e a cooperación. O que evitaremos é a competitividade, esta debemos intentar que a entendan como a superación dunha dificultade, como unha forma lúdica de relación con outros, non como rivais a quen haxa que gañar. Só se a entenden así, a competición estará desenvolvendo a sociabilización a través do xogo e da práctica deportiva.

- **Indutiva:** favoreceremos o autoaprendizaxe, de forma que sexan quen de resolver problemas motrices, organizando o seu propio traballo, constatando e comprobando a súa mellora, tanto en actitudes como en habilidades e destrezas.

- **Integradora:** aglutinaremos nun só proceso a técnica, habilidades e destrezas propias da educación física. Teremos unha formulación cualitativa, non cuantitativa. Non haberá unha resposta motriz única, senón que haberá unha mellora da actividade motriz en relación ao momento de partida.

- **Lúdica:** o xogo ocupará a maior parte da actividade do alumnado nesta idade. Presentaremos na medida do posible as tarefas en forma de xogos nos que todo o alumnado participará de xeito espontáneo. Teremos coidado tanto co contido da proposta de traballo como a forma de presentala, de modo que sexa atractiva e divertida, estimulando a participación.

- **Creativa:** as nosas propostas estimularán a creatividade no alumnado, fuxiremos de modelos fixos, estereotipados ou repetitivos.

En canto ás **técnicas de ensino**, basearanse na forma de dar a información inicial e na forma de ofrecer o coñecemento dos resultados ou feed back. Sobre a información inicial dicir que se refire á presentación da sesión e de cada unha das tarefas que a compoñen (está comunicación será verbal ou non verbal). Doutra banda no coñecemento dos resultados proporcionaremos, segundo o grao de desenvolvemento das actividades, os resultados das mesmas xa que o feito dunha comunicación positiva entre o profesor e o alumnado fai que aumente o rendemento na aprendizaxe, tamén podémola facer ao concluír a volta á calma (fase de análise dos resultados segundo o modelo de sesión de Santos Berrocal).

Referente ás **canles de comunicación** faremos uso dos tres que dispomos: visual, auditivo e kinestásico ou táctil, nalgúns momentos utilizaranse de forma simultánea.

Respecto dos **estilos de ensino**, cabe destacar que seguindo a Escola Americana (Muska Mosston) utilizaremos diversos estilos propostos por este, xa que dependendo da unidade didáctica que esteamos realizando necesitaremos uns ou outros:

- **Instrución directa:** utilizaremos este tipo de estilo cando nos interese unha organización estrita do alumnado. O profesor toma as decisións explicará o xesto e realizará unha demostración de como se realiza. O alumno é pasivo e receptivo. O control do profesor é constante e realizará unha valoración global ao finalizar a sesión

- **Asignación de tarefas:** neste tipo de estilo o alumnado poden opinar, o profesor conversará con eles, dará as ordes ao comezo e ao final. Interésanos este tipo de estilo cando queiramos que o alumnado realice o exercicio ao seu ritmo ou nivel sen que isto supoña individualizar xa que o traballo é o mesmo para todos.

- **Descubrimiento guiado:** formularase un problema motor dando a información necesaria. O profesor nunca dará a resposta motora, servirá de guía ao alumnado quen tomará as decisións de execución e autoavalíase. Esperárase sempre á resposta do alumnado e reforzaranse as correctas (a resposta adoita ser única).

- **Resolución de problemas:** formularase un problema motor e o alumnado debe atopar a resposta por si mesmo, con total liberdade. As alternativas de solución son maiores, as respostas son

varias, a solución debe ser coñecida con anterioridade pero o problema debe supoñer un reto. O profesor non debe rexeitar as respostas dos alumnos.

Doutra banda seguindo á Escola Francesa en relación co anterior, nesta programación utilizaremos **tarefas semidefinidas**, nas que lles explicaremos o obxectivo a conseguir pero non lles daremos as operacións a realizar ou o modelo a seguir para conseguir o devandito obxectivo, e **tarefas definidas**, nas que daremos o modelo a imitar e reproducir.

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

Temos en conta tamén a organización do grupo/clase, esta estará supeditada á sesión que realicemos, polo que nas unidades didácticas daremos información de como levará a cabo esta realización.

Algúns principios básicos que se terán en conta ao longo de todas as sesións son os seguintes:

- **Reforzo positivo:** é importante que o alumnado estea continuamente motivado, o que propiciará unha sensación de éxito e confianza mediante o coñecemento dos seus progresos e os eloxios por parte do profesor. Desta forma, crearase un ambiente de confianza no que o alumnado se sinta seguro.

- **Progresión:** Hai que seguir unha progresión de exercicios; é dicir, ir do doado ao difícil, do sinxelo ao complexo, paulatinamente.

- **Intensidade:** os estímulos dados serán o suficientemente intensos para que os exercicios sexan asimilados axeitadamente.

- **Transferencia:** cando se efectúa un novo movemento, este debe basearse no patrón doutros movementos aprendidos anteriormente.

- **Intereses:** os exercicios formulados ao alumnado deben estar de acordo cos intereses e necesidades destes, para lograr unha aprendizaxe significativa.

- **Individualización:** hai que respectar as características morfolóxicas, fisiolóxicas e funcionais de cada neno. Cada un "é como é". De aí que á hora de avaliar se teña en conta a actitude e a aptitude.

- **Participación:** non haberá aprendizaxe se o neno non participa activamente.

Ademais, o docente non debe esquecer as seguintes pautas de actuación:

- Preparará sempre a clase para evitar rutina e improvisación.
- Dará explicacións breves, claras e concretas.
- Creará un clima de atención.
- Cando se necesite, fará demostracións dos exercicios.
- Utilizará vocabulario axeitado segundo o nivel do alumnado.
- Durante as explicacións e demostracións, colocarse en lugares visibles para que o alumnado o escoite e vexa sen dificultade.

## **Obxectivos xerais da educación primaria**

A educación primaria contribuirá a desenvolver nos nenos e nas nenas as capacidades que lles permitan:

- a) Coñecer e apreciar os valores e as normas de convivencia, aprender a obrar de acordo con elas, preparárense para o exercicio activo da cidadanía e respectar os dereitos humanos, así como o pluralismo propio dunha sociedade democrática.
- b) Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo, de esforzo e de responsabilidade no estudo, así como actitudes de confianza en si mesmo/a, sentido crítico, iniciativa persoal, curiosidade, interese e creatividade na aprendizaxe, e espírito emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para a prevención e para a resolución pacífica de conflitos que lles permitan desenvolverse con autonomía no ámbito familiar e doméstico, así como nos grupos sociais cos que se relacionan.
- d) Coñecer, comprender e respectar as culturas e as diferenzas entre as persoas, a igualdade de dereitos e oportunidades de homes e mulleres, e a non-discriminación de persoas con discapacidade nin por outros motivos.
- e) Coñecer e utilizar de xeito apropiado a lingua galega e a lingua castelá, e desenvolver hábitos de lectura en ambas as linguas.
- f) Adquirir en, polo menos, unha lingua estranxeira a competencia comunicativa básica que lles permita expresar e comprender mensaxes sinxelas e desenvolverse en situacións cotiás.
- g) Desenvolver as competencias matemáticas básicas e iniciarse na resolución de problemas que requiran a realización de operacións elementais de cálculo, coñecementos xeométricos e estimacións, así como ser quen de aplicarlos ás situacións da súa vida cotiá.
- h) Coñecer os aspectos fundamentais das ciencias da natureza, as ciencias sociais, a xeografía, a historia e a cultura, con especial atención aos relacionados e vinculados con Galicia.
- i) Iniciarse no uso das tecnoloxías da información e da comunicación, para a aprendizaxe, desenvolvendo un espírito crítico ante as mensaxes que reciban e elaboren.
- j) Utilizar diferentes representacións e expresións artísticas e iniciarse na construción de propostas visuais e audiovisuais.
- k) Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.
- l) Coñecer e valorar os animais máis próximos ao ser humano e adoptar modos de comportamento que favorezan o seu coidado.
- m) Desenvolver as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como unha actitude contraria á violencia, aos prexuízos de calquera tipo e aos estereotipos sexistas e de discriminación por cuestións de diversidade afectivo-sexual.
- n) Fomentar a educación viaria e actitudes de respecto que incidan na prevención dos accidentes de tráfico.
- o) Coñecer, apreciar e valorar as singularidades culturais, lingüísticas, físicas e sociais de Galicia, salientando as mulleres e os homes que realizaron achegas importantes á cultura e á sociedade galegas.

# RELACIÓN ENTRE OS CRITERIOS DE AVALIACIÓN, OS OBXECTIVOS DE ETAPA E AS COMPETENCIAS CLAVE

## BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

### OBXECTIVOS

**A-** Coñecer e apreciar os valores e as normas de convivencia, aprender a obrar de acordo con elas, preparárense para o exercicio activo da cidadanía e respectar os dereitos humanos, así como o pluralismo propio dunha sociedade democrática.

**C-** Adquirir habilidades para a prevención e para a resolución pacífica de conflitos que lles permitan desenvolverse con autonomía no ámbito familiar e doméstico, así como nos grupos sociais cos que se relacionan.

**D-** Coñecer, comprender e respectar as culturas e as diferenzas entre as persoas, a igualdade de dereitos e oportunidades de homes e mulleres, e a non-discriminación de persoas con discapacidade nin por outros motivos. Coñecer, comprender e respectar as culturas e as diferenzas entre as persoas, a igualdade de dereitos e oportunidades de homes e mulleres, e a non-discriminación de persoas con discapacidade nin por outros motivos.

**I-** Iniciarse no uso das tecnoloxías da información e da comunicación, para a aprendizaxe, desenvolvendo un espírito crítico ante as mensaxes que reciban e elaboren.

**K-** Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.

**L-** Coñecer e valorar os animais máis próximos ao ser humano e adoptar modos de comportamento que favorezan o seu coidado.

**M-** Desenvolver as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como unha actitude contraria á violencia, aos prexuízos de calquera tipo e aos estereotipos sexistas e de discriminación por cuestións de diversidade afectivo-sexual.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**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 dos e das demais.**

**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.**

**B1.3. Demostrar un comportamento persoal e social responsable, respectándose a un mesmo e ás 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.**

### COMPETENCIAS CLAVE

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)

Competencia dixital (CD)

Competencia para aprender a aprender (CAA)

Competencias sociais e cívicas (CSC)

Sentido da iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)

Conciencia e expresións culturais (CCEC)

## BLOQUE 2. O CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN

### OBXECTIVOS

**B-** Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo, de esforzo e de responsabilidade no estudo, así como actitudes de confianza en si mesmo/a, sentido crítico, iniciativa persoal, curiosidade, interese e creatividade na aprendizaxe, e espírito emprendedor.

**K-** Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.

**M-** Desenvolver as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como unha actitude contraria á violencia, aos prexuízos de calquera tipo e aos estereotipos sexistas e de discriminación por cuestións de diversidade afectivo-sexual.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**B2.1. Valorar, aceptar e respectar a propia realidade corporal e a dos e das demais, mostrando unha actitude reflexiva e crítica.**

### COMPETENCIAS CLAVE

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)

Competencia dixital (CD)

Competencia para aprender a aprender (CAA)

Competencias sociais e cívicas (CSC)

Sentido da iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)

Conciencia e expresións culturais (CCEC)

## BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES

### OBXECTIVOS

**B-** Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo, de esforzo e de responsabilidade no estudo, así como actitudes de confianza en si mesmo/a, sentido crítico, iniciativa persoal, curiosidade, interese e creatividade na aprendizaxe, e espírito emprendedor.

**J-** Utilizar diferentes representacións e expresións artísticas e iniciarse na construción de propostas visuais e audiovisuais.

**K-** Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**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.**

### COMPETENCIAS CLAVE

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)

Competencia dixital (CD)

Competencia para aprender a aprender (CAA)

Competencias sociais e cívicas (CSC)

Sentido da iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)

Conciencia e expresións culturais (CCEC)



## BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS

### OBXECTIVOS

**B-** Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo, de esforzo e de responsabilidade no estudo, así como actitudes de confianza en si mesmo/a, sentido crítico, iniciativa persoal, curiosidade, interese e creatividade na aprendizaxe, e espírito emprendedor.

**D-** Coñecer, comprender e respectar as culturas e as diferenzas entre as persoas, a igualdade de dereitos e oportunidades de homes e mulleres, e a non-discriminación de persoas con discapacidade nin por outros motivos. Coñecer, comprender e respectar as culturas e as diferenzas entre as persoas, a igualdade de dereitos e oportunidades de homes e mulleres, e a non-discriminación de persoas con discapacidade nin por outros motivos.

**J-** Utilizar diferentes representacións e expresións artísticas e iniciarse na construción de propostas visuais e audiovisuais.

**K-** Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.

**M-** Desenvolver as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como unha actitude contraria á violencia, aos prexuízos de calquera tipo e aos estereotipos sexistas e de discriminación por cuestións de diversidade afectivo-sexual.

**O-** Coñecer, apreciar e valorar as singularidades culturais, lingüísticas, físicas e sociais de Galicia, salientando as mulleres e os homes que realizaron achegas importantes á cultura e á sociedade galegas.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**B4.1. Utilizar os recursos expresivos do corpo e o movemento, de forma estética e creativa, comunicando sensacións, emocións e ideas.**

**B4.2. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades artístico - expresivas.**

### COMPETENCIAS CLAVE

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)

Competencia dixital (CD)

Competencia para aprender a aprender (CAA)

Competencias sociais e cívicas (CSC)

Sentido da iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)

Conciencia e expresións culturais (CCEC)

## BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

### OBXECTIVOS

**A-** Coñecer e apreciar os valores e as normas de convivencia, aprender a obrar de acordo con elas, preparárense para o exercicio activo da cidadanía e respectar os dereitos humanos, así como o pluralismo propio dunha sociedade democrática.

**B-** Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo, de esforzo e de responsabilidade no estudo, así como actitudes de confianza en si mesmo/a, sentido crítico, iniciativa persoal, curiosidade, interese e creatividade na aprendizaxe, e espírito emprendedor.

**K-** Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**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.**

**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.**

**B5.3. Identificar e interiorizar a importancia da prevención, a recuperación e as medidas de seguridade na realización da práctica da actividade física.**

### COMPETENCIAS CLAVE

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)

Competencia dixital (CD)

Competencia para aprender a aprender (CAA)

Competencias sociais e cívicas (CSC)

Sentido da iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)

Conciencia e expresións culturais (CCEC)

## BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

### OBXECTIVOS

**A-** Coñecer e apreciar os valores e as normas de convivencia, aprender a obrar de acordo con elas, preparárense para o exercicio activo da cidadanía e respectar os dereitos humanos, así como o pluralismo propio dunha sociedade democrática.

**B-** Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo, de esforzo e de responsabilidade no estudo, así como actitudes de confianza en si mesmo/a, sentido crítico, iniciativa persoal, curiosidade, interese e creatividade na aprendizaxe, e espírito emprendedor.

**D-** Coñecer, comprender e respectar as culturas e as diferenzas entre as persoas, a igualdade de dereitos e oportunidades de homes e mulleres, e a non-discriminación de persoas con discapacidade nin por outros motivos. Coñecer, comprender e respectar as culturas e as diferenzas entre as persoas, a igualdade de dereitos e oportunidades de homes e mulleres, e a non-discriminación de persoas con discapacidade nin por outros motivos.

**K-** Valorar a hixiene e a saúde, aceptar o propio corpo e o das demais persoas, respectar as diferenzas e utilizar a educación física e o deporte como medios para favorecer o desenvolvemento persoal e social.

**L-** Coñecer e valorar os animais máis próximos ao ser humano e adoptar modos de comportamento

**M-** Desenvolver as súas capacidades afectivas en todos os ámbitos da personalidade e nas súas relacións coas demais persoas, así como unha actitude contraria á violencia, aos prexuízos de calquera tipo e aos estereotipos sexistas e de discriminación por cuestións de diversidade afectivo-sexual.

**O-** Coñecer, apreciar e valorar as singularidades culturais, lingüísticas, físicas e sociais de Galicia, salientando as mulleres e os homes que realizaron achegas importantes á cultura e á sociedade galegas.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**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.**

**B6.2. Coñecer e poñer en práctica a diversidade de actividades físicas, lúdicas, deportivas, en especial as de Galicia.**

**B6.3. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades físico - deportivas.**

**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.**

### COMPETENCIAS CLAVE

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)

Competencia dixital (CD)

Competencia para aprender a aprender (CAA)

Competencias sociais e cívicas (CSC)

Sentido da iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)

Conciencia e expresións culturais (CCEC)

# RELACIÓN ENTRE OS CRITERIOS DE AVALIACIÓN, OS CONTIDOS E OS ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

## BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

### CONTIDOS

B1.1. Valoración e aceptación da propia realidade corporal e a dos e das demais.  
B1.2. Adopción de actitudes de colaboración, tolerancia, respecto e resolución pacífica dos conflitos na práctica de xogos e outras actividades físicas.  
B1.3. Confiianza nas propias capacidades para desenvolver actitudes apropiadas e afrontar as dificultades propias da práctica da actividade física.  
B1.4. Actitudes de aceptación, respecto e valoración cara a un mesmo, aos compañeiros e compañeiras e ao medio.

B1.5. Utilización de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe para obter información, relacionada coa área.  
B1.6. Integración nas tecnoloxías da información e a comunicación no proceso de aprendizaxe.

B1.7. Implicación activa en actividades motrices diversas, recoñecendo e aceptando as diferenzas individuais no nivel de habilidade.  
B1.8. Uso correcto de materiais e espazos na práctica da Educación física.  
B1.9. O coidado do corpo e a consolidación de hábitos de hixiene corporal.  
B1.10. Coñecemento da normativa básica de circulación en rúas e estradas.  
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.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**B1.1. Opinar coherentemente con actitude crítica, tanto desde a perspectiva de participante como de espectador ou espectadora, ante as posibles situacións conflictivas xurdidas, participando en debates, e aceptando as opinións dos e das demais.**

**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.**

**B1.3. Demostrar un comportamento persoal e social responsable, respectándose a un mesmo e ás 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.**

### ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

B1.1.1. Adopta unha actitude crítica ante as modas e a imaxe corporal dos modelos publicitarios.  
B1.1.2. Explica aos seus compañeiros e compañeiras as características dun xogo practicado na clase e o seu desenvolvemento.  
B1.1.3. Mostra boa disposición para solucionar os conflitos de xeito razoable.  
B1.1.4. Recoñece e cualifica negativamente as condutas inapropiadas que se producen na práctica ou nos espectáculos deportivos.  
B1.1.5. Demostra un nivel de autoconfianza axeitada ás súas capacidades.

B1.2.1. Utiliza as novas tecnoloxías para localizar e extraer a información que se lle solicita.  
B1.2.2. Presenta os seus traballos atendendo ás pautas proporcionadas, con orde, estrutura e limpeza e utilizando programas de presentación.  
B1.2.3. Expón as súas ideas de forma coherente e exprésase de forma correcta en diferentes situacións e respecta as opinións dos e das demais.

B1.3.1. Participa activamente nas actividades propostas buscando unha mellora da competencia motriz.  
B1.3.2. Demostra autonomía e confianza en diferentes situacións, resolvendo problemas motores con espontaneidade e creatividade.  
B1.3.3. Incorpora nas súas rutinas o coidado e hixiene do corpo.  
B1.3.4. Participa na recollida e organización de material utilizado nas clases.  
B1.3.5. Acepta formar parte do grupo que lle corresponda e o resultado das competicións con deportividade.  
B1.3.6. Recoñece e respecta as normas de educación variara en contornos habituais e non habituais.

## BLOQUE 2. O CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN

### CONTIDOS

B2.1. Valoración e aceptación da propia realidade corporal e a das demais persoas mostrando unha actitude crítica cara ao modelo estético-corporal socialmente vixente.  
B2.2. Seguridade, confianza nun mesmo e nas demais persoas.  
B2.3. Autonomía persoal: autoestima, expectativas realistas de éxito.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**B2.1. Valorar, aceptar e respectar a propia realidade corporal e a dos e das demais, mostrando unha actitude reflexiva e crítica.**

### ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

B2.1.1. Respecta a diversidade de realidades corporais e de niveis de competencia motriz entre os nenos e nenas da clase.  
B2.1.2. Toma de conciencia das esixencias e valoración do esforzo que comportan as aprendizaxes de novas habilidades.

## BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES

### CONTIDOS

- B3.1. Adaptación da execución das habilidades motrices a situacións de práctica de complexidade crecente, con eficiencia, seguridade e creatividade.
- B3.2. Realización combinada de desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.
- B3.3. Adaptación das habilidades motrices a contornos de práctica non habituais que favorezan toma de decisións, con seguridade e autonomía: o medio natural.
- B3.4. Control e dominio motor e corporal desde unha formulación previa á acción.
- 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.
- B3.6. Autonomía e confianza nas propias habilidades motrices en situacións e contornos non habituais.
- B3.7. Valoración do esforzo e o traballo ben executado desde o punto de vista motor como base para a propia superación.
- B3.8. Disposición favorable a participar en actividades físicas diversas aceptando as propias posibilidades e limitacións, así como a existencia de diferenzas no nivel de habilidade..

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**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.**

### ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

- B3.1.1. 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.
- B3.1.2. 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 equilibrio postural.
- B3.1.3. 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.
- B3.1.4. 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.
- B3.1.5. Mantén o equilibrio en diferentes posicións e superficies.
- B3.1.6. Realiza e propón actividades físicas e xogos no medio natural ou en contornos non habituais, adaptando as habilidades motrices á diversidade e incerteza procedente do contorno e ás súas posibilidades.

## BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS

### CONTIDOS

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.

B4.4. 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.

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.

B4.6. Desenvolvemento das habilidades motrices básicas, xenéricas e específicas e da condición física, participando en actividades artístico-expresivas.

B4.7. Recoñecer e valorar a posibilidade de cambiar as montaxes ou coreografías de actividades artístico-expresivas (espazos, materiais, tempos...) para adaptalas ás necesidades do grupo.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**B4.1. Utilizar os recursos expresivos do corpo e o movemento, de forma estética e creativa, comunicando sensacións, emocións e ideas.**

**B4.2. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades artístico - expresivas.**

### ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

B4.1.1. Representa personaxes, situacións, ideas, sentimentos utilizando os recursos expresivos do corpo individualmente, en parellas ou en grupos.

B4.1.2. Representa ou expresa movementos a partir de estímulos rítmicos ou musicais, individualmente, en parellas ou grupos.

B4.1.3. Coñece e leva a cabo bailes e danzas representativas da cultura galega e doutras culturas, seguindo unha coreografía básica.

B4.1.4. Constrúe e leva a cabo composicións grupais en interacción cos compañeiros e compañeiras utilizando os recursos expresivos do corpo e partindo de estímulos musicais ou plásticos.

B4.2.1. Identifica a capacidade física básica implicada de forma máis significativa nas actividades expresivas.

B4.2.2. Recoñece a importancia do desenvolvemento das capacidades físicas para a mellora das habilidades motrices implicadas nas actividades artístico- expresivas.

## BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

### CONTIDOS

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).

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, adición ás novas tecnoloxías, consumo de tabaco ou alcohol...). Valoración do xogo e o deporte como alternativas aos hábitos nocivos para a saúde.

B5.3. Adquisición de hábitos de quecemento (global e específico), de dosificación do esforzo e recuperación, necesarios para previr lesións.

B5.4. Mellora da condición física orientada á saúde en función do desenvolvemento psicobiolóxico.

B5.5. Recoñecemento e aplicación das medidas básicas de prevención e seguridade na práctica de actividade física en relación coa execución motriz e co uso de materiais e espazos.

B5.6 Valoración da actividade física como factor esencial no mantemento e mellora da saúde. Aprecio, gusto e interese polo coidado do corpo.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**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.**

**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.**

**B5.3. Identificar e interiorizar a importancia da prevención, a recuperación e as medidas de seguridade na realización da práctica da actividade física.**

### ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

B5.1.1. Ten interese por mellorar as capacidades físicas.

B5.1.2. Relaciona os principais hábitos de alimentación coa actividade física (horarios de comidas, calidade/cantidade dos alimentos ingeridos etc.)

B5.1.3. 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.

B5.1.4. Adopta e promove hábitos posturais axeitados na súa vida cotiá e na práctica da actividade física, recoñecendo a súa importancia para saúde.

B5.1.5. Realiza os quecementos de forma autónoma e sistemática valorando a súa función preventiva.

B5.2.1. Mostra unha mellora global con respecto ao seu nivel de partida das capacidades físicas orientadas á saúde.

B5.2.2. Relaciona a frecuencia cardíaca e respiratoria, con distintas intensidades de esforzo.

B5.2.3. Comeza a adaptar a intensidade do seu esforzo ao tempo de duración da actividade.

B5.2.4. Identifica o seu nivel comparando os resultados obtidos en probas de valoración das capacidades físicas e coordinativas cos valores correspondentes á súa idade.

B5.3.1. Explica as lesións e enfermidades deportivas máis comúns, así como as accións preventivas e os primeiros auxilios básicos.



## BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

### CONTIDOS

B6.1. Uso adecuado das estratexias básicas dos xogos relacionadas coa cooperación, a oposición e a cooperación- oposición.

B6.2. Aceptación e respecto cara ás normas, regras e persoas que participan no xogo. Elaboración e cumprimento dun código de xogo limpo.

B6.3. O xogo e o deporte como fenómenos sociais e culturais. Práctica de xogos e actividades deportivas de diferentes modalidades con dificultade crecente.

B6.4. Coñecemento, práctica e valoración dos xogos e deportes tradicionais de Galicia. Coñecemento e práctica de xogos doutras culturas.

B6.5. Desenvolvemento das habilidades motrices básicas, xenéricas e específicas e da condición física, participando en xogos predeportivos e en predeportes. Recoñecer e valorar a posibilidade de cambiar as regras de xogo (espazos, materiais, tempos...) para adaptalas ás necesidades do grupo.

B6.6. Uso adecuado das estratexias básicas dos xogos relacionadas coa cooperación, a oposición e a cooperación- oposición.

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.

B6.8. Práctica responsable de actividades físicas lúdicas e deportivas nas saídas á contorno natural de Galicia.

B6.9. Coñecemento, goce, coidado e valoración da natureza.

### CRITERIOS DE AVALIACIÓN

**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.**

**B6.2. Coñecer e poñer en práctica a diversidade de actividades físicas, lúdicas, deportivas, en especial as de Galicia.**

**B6.3. Relacionar os conceptos específicos de Educación física e os introducidos noutras áreas coa práctica de actividades físico - deportivas.**

**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.**

### ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

B6.1.1. Utiliza os recursos adecuados para resolver situacións básicas de táctica individual e colectiva en diferentes situacións motrices

B6.1.2. Realiza combinacións de habilidades motrices básicas axustándose a un obxectivo e a uns parámetros espazo- temporais.

B6.2.1. Expón as diferenzas, características e/ou relacións entre xogos populares, deportes colectivos, deportes individuais e actividades natureza.

B6.2.2. Recoñece a riqueza cultural, a historia e a orixe dos xogos e os deportes tradicionais de Galicia.

B6.2.3. Realiza e pon en valor distintos xogos e deportes tradicionais de Galicia respectando os principios e regras específicas destes.

B6.3.1. Identifica a capacidade física básica implicada de forma máis significativa nos exercicios.

B6.3.2. Recoñece a importancia do desenvolvemento das capacidades físicas para a mellora das habilidades motrices.

B6.3.3. Distingue na práctica de xogos e deportes individuais e colectivos estratexias de cooperación e de oposición.

B6.3.4. Describe os exercicios realizados, usando os termos e coñecementos que sobre o aparello locomotor se desenvolven na área de Ciencias da natureza.

B6.4.1. Faise responsable da eliminación dos residuos que se xeran as actividades no medio natural.

B6.4.2. Utiliza os espazos naturais respectando a flora e a fauna do lugar.

## Temporización PRIMEIRO TRIMESTRE

SEMANAS	Unidade Didáctica	BLOQUES DE CONTIDOS					SESIÓNS
		O corpo: imaxe e percepción.	Habilidades motrices.	Actividades físicas artístico-expresivas.	Actividade física e saúde.	Os xogos e actividades deportivas.	
08-09/09/22	Comezamos o curso	Presentación / normas Talla – peso. Avaliación inicial.					1ª
12-16/09/22							2ª - 3ª
19-23/09/22							4ª - 5ª
26-30/09/22	“A miña forma física IV”	X	X		X		1ª
03-07/10/22		X	X		X	X	2ª
10-14/10/22	“Aproximación ao atletismo II”	X	X		X	X	3ª
17-21/10/22		X	X		X	X	4ª
24-28/10/22	“Habilidades acrobáticas: Ximnasia II”	X	X		X	X	1ª --- 5ª
02-04/11/22		X	X		X	X	2ª --- 6ª
07-11/11/22		X	X		X	X	3ª --- 7ª
14-18/11/22		X	X		X	X	5ª --- 8ª
21-25/11/22		X	X		X	X	6ª --- 9ª
28-02/12/22	“Aproximación ao atletismo II”	X	X		X	X	7ª --- 10ª
05-09/12/22	Xogo libre					1ª	
12-16/12/22	Recuperación sesións e Avaliación					1ª – 2ª	
16-22/12/22	Xogo libre					2ª	

## SEGUNDO TRIMESTRE

SEMANAS	Unidade Didáctica	BLOQUES DE CONTIDOS					SESIÓNS
		O corpo: imaxe e percepción.	Habilidades motrices.	Actividades físicas artístico-expresivas.	Actividade física e saúde.	Os xogos e actividades deportivas.	
09-13/01/23	“Iniciación ao balonmán”	X	X	X	X	X	1ª
16-20/01/23		X	X	X	X	X	2ª
23-27/01/23		X	X	X	X	X	3ª
30-03/02/23		X	X	X	X	X	4ª
06-10/02/23		X	X	X	X	X	5ª
13-17/02/23	“Aproximación ao aerobio”	X	X	X	X	X	6ª
23-24/02/23		X	X	X	X	X	7ª
27-03/03/23		X	X	X	X	X	8ª
06-10/03/23		X	X	X	X	X	9ª
13-17/03/23	Recuperación sesións e Avaliación					1ª - 2ª	
20-24/03/23	Xogo libre					3ª - 4ª	




## TERCEIRO TRIMESTRE

SEMANAS	Unidade Didáctica	BLOQUES DE CONTIDOS					SESIÓNS
		O corpo: imaxe e percepción.	Habilidades motrices.	Actividades físicas artístico-expresivas.	Actividade física e saúde.	Os xogos e actividades deportivas.	
27-31/03/23	“Complemento ABALAR” *						1ª - 2ª
11-14/04/23							3 - 4ª
17-21/04/23	“Iniciación ao bádminton”	X	X		X	X	1ª
24-28/04/23		X	X		X	X	2ª
02-05/05/23		X	X		X	X	3ª
08-12/05/23		X	X		X	X	4ª
15-19/05/23		X	X		X	X	5ª
22-26/05/23	“Aproximación ao voleibol”	X	X		X	X	6ª
29-02/06/23		X	X		X	X	7ª
05-09/06/23		X	X		X	X	8ª
12-16/06/23	Recuperación sesións e Avaliación						1ª - 2ª
19-21/06/23	Xogo libre						5ª

NOTA: Os obxectivos do Bloque nº 5 (Actividade física e saúde) e do Bloque nº 6 (Os xogos e actividades deportivas) non se desenvolven en sesións específicas, senón dentro das sesións doutros bloques.

\* As sesións da unidade didáctica “Complemento ABALAR” poderase distribuír entre o 1º, 2º e 3º trimestre en función das limitacións de espazos por razóns diversas (inclemencias meteorolóxicas, obras...) e serán avaliadas no 3º trimestre.

### Materiais e recursos didácticos

-  Espaciais: ximnasio, patios de recreo, aula da titoría, aula de informática,...
-  Materiais: aros, cordas, colchóns, pelotas,...
-  Humanos: alumnado, e mestre/a de Educación Física.

Como punto de referencia das Unidades Didácticas empregamos as propostas na seguinte bibliografía:

- Bravo Marín, E., Herrera Rodríguez, J.A., López López, M., Martín Infante, M.A. (2008): “Programación Anual de Educación Física para 6º de Primaria”. INDE. Barcelona.

- OUTRA BIBLIOGRAFÍA que axuda a completar as sesións:

- AA VV. “Juegos cooperativos y competitivos para Ed. Física.” Cadernos técnicos pedagógicos de INEF- Galicia.
- AA VV. “Ejercicios de Ed. Física para Ed. Primaria.” Fichero de juegos no competitivos. ESCUELA ESPAÑOLA.

A unidade didáctica “iniciación ao aerobio” desenvolverase do seguinte xeito:

- O alumnado de cada aula distribuirase en 4 grupos co mesmo número de alumnos sempre que sexa posible. No caso de que o alumnado non sexa capaz de formar os grupos, será o profesor o encargado de facelo.

- Cada grupo escollerá unha canción que non conteña expresións pouco axeitadas para ser escoitadas na escola.
- Na parte principal da clase (estrutura da clase: quecemento, parte principal e volta á calma), empregando unha metodoloxía non conducida, cunha intervención mínima do profesor, cada grupo, de xeito libre, elaborará una coreografía (movementos) que repetirán de xeito coordinado ao son da música (canción) escollida.

#### - PÁXINAS WEB CON RECURSOS INTERACTIVOS

<https://www.edu.xunta.es/espazoAbalar/espazo/repositorio/cont/aprendemos-educacion-fisica-xogando>

<http://www.educacionfisicaenprimaria.es/juegos-interactivos.html>

[ares.cnice.mec.es/edufisica](http://ares.cnice.mec.es/edufisica)

<http://www.tudiscoverykids.com/juegos/>

[http://roble.pntic.mec.es/arum0010/#e\\_fisica](http://roble.pntic.mec.es/arum0010/#e_fisica)

[http://ntic.educacion.es/w3/eos/MaterialesEducativos/mem2008/ejercicio\\_fisico/index.html](http://ntic.educacion.es/w3/eos/MaterialesEducativos/mem2008/ejercicio_fisico/index.html)

<http://www.genmagic.net/repositorio>

<http://docentes.educacion.navarra.es/jmaeztu1>

#### - PÁXINAS WEB CON RECURSOS DOCENTES (XOGOS)

<http://recursostic.educacion.es/primaria/ludos/web/profes.html>

<http://www.educacionfisicaenprimaria.es/>

[http://www.kipediciones.es/descargas/juegos\\_calentamiento.pdf](http://www.kipediciones.es/descargas/juegos_calentamiento.pdf)

<https://maixua.files.wordpress.com/2009/11/215-juegos-para-educacion-fisica-en-primaria2.pdf>

<http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/>

<http://edufisrd.weebly.com/juegos-cooperativos.html>

<http://www.efdeportes.com/>

<http://mauroalonzoblogspot.com.es/2008/07/que-hacer-los-dias-de-lluvia.html>

<http://www.scoop.it/t/fichas-para-trabajar-en-el-aula-de-educacion-fisica>

<http://www.educ.ar/sitios/educar/recursos/>

<http://teleformacion.edu.aytolacoruna.es/EDUFISICA/document/juegos.htm>

<http://xtec.gencat.cat/ca/>

<http://efedublog.blogspot.com.es/2012/12/actividades-y-juegos-deportivos.html>

<http://jorgegarciajomez.org>

## Deseño de avaliación inicial

A Avaliación inicial é o punto de partida para a planificación e organización do proceso de ensino aprendizaxe.

A avaliación inicial servirá para:

- Descubrir as dificultades de aprendizaxe do alumnado e prever estratexias para a súa superación.
- Valorar o aprendizaxe do alumnado apreciando o grao de desenvolvemento das capacidades previstas e de asimilación dos contidos.
- Realizar, se é o caso, modificacións na programación didáctica.

Nas sesións de avaliación inicial empregaremos preferentemente actividades cun carácter lúdico e semellantes a aquelas que o alumnado esta afeito a realizar.

Será unha avaliación máis cualitativa que cuantitativa onde empregaremos a observación e o rexistro como instrumentos fundamentais para recoller información sobre os seguintes aspectos:

- *Datos de saúde e antropométricos:* Enfermidades que impidan realizar algunha das actividades, altura, peso,.....

- *Competencia motriz*: Valoraremos o grao de desenvolvemento das capacidades perceptivo - motrices (esquema corporal, lateralidade, percepción espacial, percepción temporal, ritmo, coordinación,.....)
- *Nivel de execución das habilidades básicas*: Valoraremos o grao de execución de diferentes tipos de desprazamentos: velocidade, resistencia, flexibilidade, saltos, lanzamentos, .....

Os datos recollidos servirán para revisar, analizar e se é o caso modificar a programación do curso (obxectivos, metodoloxía,....) que loxicamente está elaborada antes de coñecer ao alumnado.

## Sistemática de cualificacións: criterios de corrección.

### Avaliacións trimestrais

Sobre un total de dez puntos valoraranse:

#### 1.- Contidos comúns en educación física máximo de 6 puntos

- Inclúense os estándares de aprendizaxe correspondentes ao 1º bloque de contidos da área (B1.1.1 ao B1.3.6), ao 2º bloque (B2.1.1 ao B2.1.2); e algúns do 5º bloque (B5.1.3, B5.1.4; B5.2.3)

Valórase:

- a) A asistencia á clase coa indumentaria axeitada (roupa e calzado deportivo, material de hixiene e aseo)
- b) O esforzo como forma de superación; saber perder e gañar; aceptar as limitacións; colaborar cos compañeiros; respectar as diferenzas de sexo, raza, crenzas; coidar o material e as instalacións do centro.....
- c) As faltas de conduta cara ao profesor e compañeiros (comportamentos disruptivos: interromper a clase, insultos, agresións, groserías...)

A puntuación correspondente a este apartado é algo co que parte o alumnado; rexistraranse as incidencias negativas.

Por cada rexistro de incidencia nos apartados “a” e “b” o alumnado perderá 0,5 puntos.

Por cada un dos rexistros de incidencia no apartado “c” o alumnado perderá 1 ou 2 puntos, dependendo da gravidade da mesma.

#### 2.- Contidos específicos de cada trimestre máximo de 4 puntos

Neste apartado valoraranse os estándares de aprendizaxe que sexan definidos segundo a distribución trimestral dos obxectivos da área. Defininanse as probas específicas nas que o alumnado pode gañar nota.

- Os resultados da avaliación expresaranse nos termos de insuficiente (IN) para as cualificacións negativas, suficiente (SU), ben (BE), notable (NT) ou sobresaliente (SB) para as cualificacións positivas. A estes termos engadiráselles unha cualificación numérica, sen empregar decimais, nunha escala de un a dez, coas seguintes correspondencias

IN (Insuficiente).	1, 2, 3, 4.
SU (Suficiente).	5
BE (Ben).	6.
NT (Notable).	7, 8.
SB (Sobresaliente).	9, 10.

- A nota en cada trimestre, no caso de aparecer parte decimal, será redondeada ao número enteiro superior desde as 75 centésimas.

## **Alumnado imposibilitado para seguir a sistemática de avaliación trimestral.**

Nesta casuística inclúese ao alumnado que, por prescrición médica ou calquera outra causa debidamente documentada, non poida desenvolver as actividades correspondentes á programación da área de Educación Física por un período de tempo igual ou superior a oito sesións consecutivas de clase ou non poder ser valorado no 50% dos contidos específicos de cada trimestre. En ningún caso será unha alternativa voluntaria de avaliación.

O profesorado tamén poderá flexibilizar a sistemática de avaliación para aquel alumnado que, por razóns obxectivas, non poida realizar a totalidade ou parte das probas determinadas na presente programación.

Para realizar esta avaliación excepcional deseñaranse traballos teóricos individuais que o alumnado poderá realizar na aula ou fóra dela segundo o criterio e directrices do profesorado. O citado traballo terá a seguinte sistemática de avaliación:

- |                                                 |     |
|-------------------------------------------------|-----|
| ▪ Presentación (formato papel, dixital...)      | 20% |
| ▪ Contido (coherente e axustado as indicacións) | 70% |
| ▪ Fontes (bibliografía, webgrafía...)           | 10% |

## **Avaliación final de curso (Ordinaria)**

Con carácter xeral, a cualificación da avaliación ordinaria será a media aritmética, redondeada á alza, das cualificacións trimestrais do curso. En función das características individuais do alumnado, as cualificacións positivas poderán verse modificada nun máximo dun rango de nota.

- Particularidades:
  - A avaliación positiva no último trimestre do curso implica unha nota final positiva aínda que non necesariamente do mesmo rango, logo da aplicación do criterio xeral.
  - A avaliación negativa en dous trimestres, e sempre que un deles sexa o último, implica unha nota final negativa.



- Golpes altos e baixos.
- Colocación en campo.

U.D.: “Iniciación ao voleibol” (ata 1,25 punto)

- Saque.
- Golpeo dedos.
- Golpeo antebrazos.
- Remate.
- Rotación en campo.

U.D.: “Complemento Abalar” (ata 1,5 puntos)

Consistirá na elaboración dun traballo, empregando o equipamento abalar, sobre actividades deportivas do nivel: atletismo, ximnasia, balonmán, aerobio, bádminton, algunha outra actividade deportiva previo acordo co profesor.

O citado traballo, como se recolle no apartado correspondente á temporalización das sesións, realízase ao longo dos tres trimestres do curso e avalíase no terceiro trimestre.

O traballo deberá conter os seguintes apartados:

- Presentación.
- Historia.
- Regras.
- Equipos / atletas representativos.
- Webgrafía e outros recursos.

## Indicadores para a avaliación por competencias

### **Competencia en comunicación lingüística (CCL)**

- Exprésase con claridade nas diversas situacións comunicativas.
- Utiliza correctamente o vocabulario específico da área.
- escoita con atención e interese, controlando e adaptando a súa resposta aos requisitos da situación.
- Recoñece o diálogo como ferramenta básica para a convivencia.
- Ten interese pola interacción cos demais.

### **Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)**

- Aprecia as distancias, traxectorias ou velocidades nos lanzamentos, recepcións, golpes ou en calquera outra tarefa de manipulación que se faga con móbiles.
- Controla a ocupación do espazo de acción, a dispersión, o agrupamento nas actividades que realiza.
- É quen de formar figuras xeométricas co corpo, tanto individualmente como en grupo (xogos de roda, distribución en ringleiras...) ou con distintos materiais (cordas, ladrillos de psicomotricidade...)
- Interpreta símbolos básicos.
- Controla o seu propio corpo (esquema corporal), o espazo e o tempo, mellorando deste xeito o coñecemento do mundo que nos rodea e as relacións coas demais persoas e cos obxectos.
- Practica hábitos de hixiene corporal e postural en accións cotiás e propias da actividade física.

### **Competencia dixital (CD)**

- Valora criticamente as mensaxes referidas ao corpo, procedentes dos medios de información e de comunicación, que poden danar a imaxe corporal.
- Selecciona información usando a internet como ferramenta de busca.
- Manifesta curiosidade e motivación pola aprendizaxe e mellora no uso das TICs.



### **Competencia para aprender a aprender (CAA)**

- Participa nas actividades cooperativas, en que o grupo-clase ten que buscar a colaboración e as achegas de todas as persoas que o compoñen, favorecendo o diálogo, a busca, o consenso, o razoamento e a comprensión das ideas achegadas polas e polos demais.
- Ten un axeitado coñecemento de si mesma e de si mesmo, do propio corpo, das posibilidades de acción, do contorno que nos rodea, das demais compañeiras e compañeiros así como a comprensión dos patróns de movemento realizados para transferir a outras accións que favoreza o coñecemento das propias capacidades e a autoestima.
- Desenvolve estratexias con respecto ao autocontrol e ao control da actividade, regulando os seus movementos e accións e respondendo aos obxectivos propostos.

### **Competencias sociais e cívicas (CSC)**

- Participa de xeito colectivo nas actividades propostas, ten en conta ás demais persoas nas tomas de decisión e manifesta confianza nelas.
- Asume os diferentes papeis e as regras do xogo, comparte o éxito e o fracaso do equipo, aceptando as posibilidades e limitacións propias e alleas, independentemente do sexo, da raza, das crenzas, das características físicas...
- Practica o xogo limpo e a resolución de conflitos mediante a negociación, baseada no diálogo.

### **Sentido da iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)**

- Mellora a estrutura do seu esquema corporal, así como a percepción do espazo e do tempo, aumentando progresivamente a súa autonomía e a elaboración de movementos máis ricos e variados.
- Incrementa o nivel de habilidades e de capacidades e, en consecuencia, a autonomía e a iniciativa persoal.
- Actúa de forma imaxinativa e creativa diante dos retos aos que se enfrenta.

### **Conciencia e expresións culturais (CCEC)**

- Aprecia a parte artística de certas execucións motrices (dramatizacións, expresión corporal) como fonte de gozo e de enriquecemento persoal.
- Valora a diversidade das manifestacións culturais derivadas da práctica dos xogos.
- Interpreta algunhas manifestacións da motricidade humana como feitos culturais presentes en todas as culturas e civilizacións.

## **Grao mínimo de consecución para superar a materia**

Conforme á sistemática de cualificación establecida respecto a porcentaxe de nota dos contidos comúns e os específicos en cada trimestre, considérase superada a materia cando a cualificación da avaliación ordinaria sexa maior ou igual a 5 puntos sobre 10

## **Organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes.**

### **Instrumentos de avaliación e criterios de cualificación das materias pendentes.**

### **Plan de actividades de reforzo/recuperación para o alumnado que repite.**

Unha vez analizado o alumnado matriculado para este curso 2022/2023 confirmamos que ningún dos alumnos ou alumnas ten avaliación negativa na área de educación física polo que entendemos que non procede a concreción e desenvolvemento destes apartados nesta programación

## Actividades complementarias e extraescolares programadas

As actividades complementarias previstas teñen relación coa promoción deportiva.

Ao longo do curso iranse actualizado en función da oferta e ao final de curso recollerase unha realización das realizadas na memoria final.

En canto ás actividades extraescolares non existe programación das mesmas.

## Mecanismos de revisión, avaliación e modificación da programación didáctica e procesos de mellora.

A avaliación non só afecta aos procesos de aprendizaxe do alumnado senón tamén ao resto dos elementos implicados no proceso de ensino – aprendizaxe: o profesorado, o deseño curricular e o propio sistema de avaliación. Neste senso, aos datos achegados pola avaliación continua do alumnado, débese incorporar a información sobre a idoneidade dos distintos compoñentes da programación.

A avaliación da programación docente concrétese:

- Na comprobación dunha correcta temporalización e concreción das unidades da programación.
- Na reorientación continua derivada da aplicación da programación didáctica na aula e da análise do seu grao de adecuación ao contexto específico de cada grupo. A partir de dita análise estableceranse as medidas de mellora que se consideren máis axeitadas.
- Nos resultados das diversas avaliacións do alumnado logo da aplicación total da programación.

## Indicadores de logro nos procesos de ensino e práctica docente

No desenvolvemento da súa actividade docente, o profesorado deberá controlar:

- O grao de execución das actividades programadas.

Establécese un grao de execución mínimo do 80% dos bloques de contidos e/ou unidades didácticas programadas en cada trimestre. Para a conformidade na execución global da programación do curso acadarase o 80% da mesma.

- A relación entre as sesións lectivas previstas en cada grupo e as realmente impartidas.

O criterio de aceptación para cada trimestre establécese no 85% do horario previsto. Aínda non acadando esta porcentaxe poden acadarse os estándares de programación xa que esta contempla sesións de recuperación.

- A asistencia do alumnado.

Controlarase mediante o programa de xestión XADE e o seu seguimento aterase ao “Protocolo para a prevención e control do absentismo escolar en Galicia”

- O alumnado que acade avaliación negativa en cada grupo.

Considérase grupo conforme cando a porcentaxe de alumnado con avaliación negativa en cada trimestre é inferior ao 10%

Considérase que un curso é conforme cando a porcentaxe de alumnado con avaliación negativa na avaliación ordinaria é inferior ao 7,5%

Cando sexa posible, os resultados das avaliacións rexistraranse mediante gráficas comparativas de todos os grupos do mesmo curso.

- As reunións de tutoría realizadas coa familia de cada alumno ou alumna.

As reunións realizadas polo profesorado coas familias do alumnado, relacionadas coa área de educación física, serán rexistradas en documentos individuais nos que, cando menos, quede recollida a data da reunión, asistentes á mesma, temas tratados e decisións adoptadas.

## ANEXO 1. ENSINO A DISTANCIA

Este anexo recolle como se desenvolverá a actividade educativa no caso de que o alumnado non poida seguir o ensino de xeito presencial no centro por motivo do COVID-19

### SISTEMÁTICA DE TRABALLO

O ensino non presencial será impartido polo profesorado da área preferentemente a través da aula virtual do centro.

Crearé un curso na aula virtual para impartir os coñecementos da área.

Igualmente, a través da aula virtual, poderá poñer tarefas que reforcen os contidos da área, facer seguimento ao alumnado ou finalmente, se procede, realizar a avaliación continua.

O alumnado terá a súa inscrición na aula virtual e accederá á mesma co usuario e contrasinal facilitado para, de ser o caso, seguir o ensino de xeito non presencial.

### SISTEMÁTICA DE AVALIACIÓN

#### **Avaliación trimestral**

Aos efectos de realizar a avaliación o alumnado realizará, preferentemente na aula virtual, as tarefas ou probas que o profesorado lle indique.

O profesorado realizará unha valoración do traballo que consistirá nunha cualificación numérica, nunha escala de un a dez.

#### **Recuperación dalgún trimestre**

No caso de que o profesorado considere que un alumno ou alumna debe recuperar un ou máis trimestres por ter avaliación negativa neles, deberá realizar, preferentemente na aula virtual, as tarefas e/ou probas solicitadas polo profesorado para tal finalidade.

Para obter a nota da recuperación o profesorado realizará unha valoración que consistirá nunha cualificación numérica, nunha escala de un a dez, do achegado para este fin.

#### **Avaliación final de todos os niveis (Ordinaria)**

Con carácter xeral, a cualificación da avaliación ordinaria será a media aritmética, redondeada á alza, das cualificacións trimestrais do curso.

A cualificación final que se obteña dese xeito, no caso de conter parte decimal, será redondeada á alza ao número enteiro superior.

- A avaliación positiva no último trimestre do curso (terceiro trimestre) implica unha nota final positiva aínda que non necesariamente do mesmo rango, logo da aplicación do criterio xeral.

- A avaliación negativa en dous trimestres, e sempre que un deles sexa o último, implica unha nota final negativa.

# TÁBOA DE CONTIDOS

PROGRAMACIÓN ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA O 6º CURSO.....	1
Características da área.....	2
Competencias clave.....	5
Educación en valores .....	7
Atención á diversidade.....	8
Relación con outras disciplinas.....	9
Relación coas Tics .....	9
Relación co proxecto lector.....	9
Accións de contribución ao Plan de Convivencia.....	10
En definitiva, mellorar o clima da aula e do centro en todos os espazos escolares.....	10
Metodoloxía .....	10
Obxectivos xerais da educación primaria .....	13
RELACIÓN ENTRE OS CRITERIOS DE AVALIACIÓN, OS OBXECTIVOS DE ETAPA E AS COMPETENCIAS CLAVE .....	14
RELACIÓN ENTRE OS CRITERIOS DE AVALIACIÓN, OS CONTIDOS E OS ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE.....	20
Temporización .....	26
PRIMEIRO TRIMESTRE .....	26
SEGUNDO TRIMESTRE .....	26
TERCEIRO TRIMESTRE.....	27
Materiais e recursos didácticos .....	27
Deseño de avaliación inicial .....	28
Sistemática de cualificacións: criterios de corrección.....	29
Avaliacións trimestrais.....	29
Alumnado imposibilitado para seguir a sistemática de avaliación trimestral.....	30
Avaliación final de curso (Ordinaria) .....	30
Sistemática de avaliación (contidos específicos).....	31
Indicadores para a avaliación por competencias.....	32
Grao mínimo de consecución para superar a materia .....	33
Organización das actividades de seguimento, recuperación e avaliación das materias pendentes.....	33
Instrumentos de avaliación e criterios de cualificación das materias pendentes.....	33
Plan de actividades de reforzo/recuperación para o alumnado que repite.....	33
Actividades complementarias e extraescolares programadas .....	34
Mecanismos de revisión, avaliación e modificación da programación didáctica e procesos de mellora.....	34
Indicadores de logro nos procesos de ensino e práctica docente .....	34
ANEXO 1. ENSINO A DISTANCIA.....	35
SISTEMÁTICA DE TRABALLO.....	35
SISTEMÁTICA DE AVALIACIÓN.....	35
TÁBOA DE CONTIDOS .....	36