

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA LOMLOE

## Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
32003643	CPI Virxe dos Remedios	Castro Caldelas	2023/2024

## Área/materia/ámbito

Ensinanza	Nome da área/materia/ámbito	Curso	Sesións semanais	Sesións anuais
Educación primaria	Educación física	3º Pri.	2	70

## Réxime

Réxime xeral-ordinario

<b>Contido</b>	<b>Páxina</b>
1. Introducción	3
2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias	4
3.1. Relación de unidades didácticas	5
3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas	7
4.1. Concrecións metodolóxicas	51
4.2. Materiais e recursos didácticos	52
5.1. Procedemento para a avaliación inicial	54
5.2. Criterios de cualificación e recuperación	55
6. Medidas de atención á diversidade	57
7.1. Concreción dos elementos transversais	59
7.2. Actividades complementarias	61
8.1. Procedemento para avaliar o proceso do ensino e a practica docente cos seus indicadores de logro	62
8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora	63
9. Outros apartados	63

## 1. Introducción

O presente documento desenvolve unha programación didáctica para a área de Educación Física en 3º curso de Educación Primaria, realizada en base á Concreción Curricular do centro e tendo en conta o Decreto vixente actual no que se establece o currículo de Educación Primaria.

A área de Educación Física debe fundamentarse na adquisición das capacidades que contribúan ao desenvolvemento persoal e a unha mellor calidade de vida. Ten que dirixirse cara ao coñecemento progresivo da conducta motora e á adquisición de actitudes, valores e normas referentes ao corpo e ao movemento.

É un área que contribuirá ao logro de diversos fins educativos na Etapa de Educación Primaria: socialización, autonomía, aprendizaxes básicas e mellora das posibilidades expresivas, cognitivas, comunicativas e lúdicas.

Pero a Educación Física non é unha simple aprendizaxe de movementos, senón un camiño cara á educación total que utiliza dito movemento como axente pedagóxico con diversas funcións: de coñecemento, de organización perceptiva, anatómico-funcional, estético-comunicativa, de relación persoal coas demais persoas, agonística, hixiénica, hedonista, de compensación e catártica.

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á Atención á Diversidade. Debe incidirse na Coeducación e na Igualdade de oportunidades para ambos sexos.

Nesta proposta teranse en conta os diferentes ritmos de maduración, preténdese desenvolver as capacidades e habilidades instrumentais que melloran e aumentan as posibilidades de movemento dos alumnos/as, a través de patróns motores básicos que constitúan unha sólida base para o futuro.

Un dos obxectivos principais debe ser fomentar a adquisición dun estilo de vida activo e saudable que lle permita ao alumnado chegar a consolidar hábitos e, posteriormente, perpetualos ao longo da súa vida. Esos hábitos de vida saudable son a clave para evitar o sedentarismo e a obesidade contribuindo a ter calidade de vida. Temos que inculcar ao noso alumnado que a actividade física ten que estar no presente e no futuro do seu día a día.

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

O alumnado tamén deberá recoñecer diferentes manifestacións da cultura motriz, como parte relevante do patrimonio cultural, expresivo e artístico, que poden converterse en obxecto de gozo e aprendizaxe. Para iso, será preciso desenvolver a súa identidade persoal e social integrando nela as manifestacións máis comúns da cultura motriz, a través dunha práctica vivenciada e creativa.

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

\* CARACTERÍSTICAS PSICOEVOLUTIVAS ALUMNADO DE 2º CICLO (8 a 10 anos).

- Ámbito cognitivo: atópase en plena etapa do período das operacións concretas, o que supón que razoan lóxicamente, xa non emiten xuízos intuitivos propios do período anterior. Agora ben, o seu razoamento está vencellado á manipulación dos obxectos aos que éste se refire.

- Ámbito motor: teñen cada vez máis relacións co mundo que os rodea. Neste período, mostran unha maior forza e unha gran progresión na coordinación motora.

- Ámbito afectivo-social: nesta idade, ábrese a persoas e costumes diferentes ás súas, na que actúan de modo cada vez máis autónomo, poñéndose eles mesmos os seus fins e organizando as súas accións por sí solos en función dos seus proxectos e obxectivos. Nesta etapa advírtese unha segregación entre sexos, producíndose unha clara

diverxencia entre os xogos dos nenos e das nenas. Neste período, o grupo organízase para converterse no verdadeiro centro da vida escolar.

#### CONTEXTUALIZACIÓN

- Centro: CPI Virxe dos Remedios
- Unidades: 5 (2 en EI e 3 en EP)
- Curso: 3º A
- Nº alumnos/as: (1 nena e 4 nenos)
- Contorna: O CPI Virxe dos Remedios está situado no mazizo ourensán, nun ámbito rural e situado a uns 50 km. da capital. Ao centro acuden nen@s de 5 concellos, Parada do Sil, Montederramo, Chandrexa de Queixa, A Teixeira e Castro Caldelas.
- No CPI Virxe dos Remedios este ano están matriculados 105 alumn@s, 43 de educación secundaria, 39 en educación primaria e 23 en educación infantil.
- Instalacións: ximnasio, polideportivo, patio exterior, zona verde no exterior
- Xornada escolar: continua (09:30 a 14:30)

## 2. Obxectivos e súa contribución ao desenvolvemento das competencias

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX1 - Adoptar un estilo de vida activo e saudable, practicando regularmente actividades físicas e deportivas e adoptando comportamentos que potencien a saúde física, mental e social, así como medidas de responsabilidade individual e colectiva durante a práctica motriz para interiorizar e integrar hábitos de actividade física sistemática que contribúan ao benestar.			2-5		2-5		3	
OBX2 - Adaptar os elementos propios do esquema corporal, as capacidades físicas, perceptivo-motrices e coordinativas, así como as habilidades e as destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión e execución adecuados á lóxica interna e aos obxectivos de diferentes situacións, para dar resposta ás demandas de proxectos motores e de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos da vida diaria.			1	3	4-5			
OBX3 - Desenvolver procesos de autorregulación e interacción no marco da práctica motriz, con actitude emprática e inclusiva, facendo uso de habilidades sociais e actitudes de cooperación, respecto, traballo en equipo e deportividade, con independencia das diferenzas etnoculturais, sociais, de xénero e de habilidade dos participantes, para contribuír á convivencia social e ao compromiso ético nos diferentes espazos en que se participa.	1-5				1-3-5	2-3		

Obxectivos	CCL	CP	STEM	CD	CPSAA	CC	CE	CCEC
OBX4 - Recoñecer e practicar diferentes manifestacións lúdicas, físico-deportivas e artístico-expresivas propias da cultura motriz, valorando a súa influencia e as súas achegas estéticas e creativas á cultura tradicional e contemporánea, para integralas nas situacións motrices que se utilizan regularmente na vida cotiá.		3				3		1-2-3-4
OBX5 - Valorar diferentes medios naturais e urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con eles, comprendendo a importancia da súa conservación desde un enfoque sustentable e adoptando medidas de responsabilidade individual durante a práctica de xogos e actividades físico-deportivas, para realizar unha práctica eficiente e respectuosa coa contorna e participar no seu coidado e mellora.			5			2-4	1-3	

#### Descrición:

### 3.1. Relación de unidades didácticas

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
1	Benvidos ao cole!	Unidade didáctica destinada á presentación de alumnado e profesorado, así como tamén para establecer unha serie de directrices que seguiremos ao longo de todas as sesións do curso en Educación Física. É importante que se teñan presentes unhas normas básicas, que farán que as clases transcorran con normalidade.	2	2	X		
2	Manteño o meu corpo san	Nesta unidade didáctica trataranse aspectos fundamentais que teñen que ver coa saúde, e que serán traballados noutras unidades ao longo do curso. É un tema moi importante, polo que a súa transversalidade é patente e necesaria para a concienciación do alumnado.	10	3	X		
3	O meu corpo fala	Esta unidade didáctica está destinada á toma de contacto por parte de alumnado coa expresión corporal. Aspecto pouco traballado normalmente, pero que axuda en gran medida a exteriorizar ideas, sentimentos, así como tamén a aceptación da súa realidade corporal diante dos demais, desterrando aspectos como a	5	4	X		

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
3	O meu corpo fala	vergoña, introversión e timidez.	5	4	X		
4	Son coordinado	Esta unidade didáctica está destinada a tratar aspectos como a percepción e estruturación espacio-temporal, moi importantes de cara ao posterior traballo das habilidades físicas básicas ao longo de todo o curso.	15	7	X		
5	Estou en forma	Esta unidade didáctica tratará máis aspectos relacionados coa saúde, en especial a respiración e relaxación, contidos moi a ter en conta á hora de realizar calquera tipo de actividade física. O alumnado aprenderá conceptos básicos que teñen que ver coa toma de pulsacións, xeito de respirar correctamente e técnicas básicas de relaxación despois de realizar o exercicio físico.	7	5	X		
6	Un, dous, tres... lanzo outra vez	Nesta unidade didáctica empezaranse a tratar as habilidades básicas, un dos obxectivos fundamentais da etapa. A adquisición progresiva destas farase mediante xogos e actividades xogadas, así como a introdución dalgúns exercicios específicos.	7	8		X	
7	Son áxil	Esta unidade didáctica serve de continuación á anterior, onde se traballaran habilidades básicas de saltos, xiros, transportes e conduction, afondando tamén nos contidos da unidade anterior.	7	8		X	
8	Practico actividades saudables	Esta unidade didáctica servirá como continuación para traballar aspectos relacionados coa saúde no segundo trimestre. Lembrando cousas que xa se interiorizaron nas primeiras unidades, agora estes coñecementos aplicáremoslos en diferentes actividades de xeito práctico, para que sexa o propio alumnado o que comprobe os beneficios directos destas prácticas.	7	6		X	
9	Xogamos a xogos de cancha dividida	Esta unidade didáctica servirá para traballar todo tipo de actividades en equipo, parellas ou individuais, pero sen ter contacto co adversario. Farase especial fincapé na importancia do traballo de varios para conquistar un obxectivo común. Os xogos serán en espazos cubertos, pero tamén ao aire libre se a climatoloxía o permite.	7	6		X	
10	Somos actores!!	Nesta unidade didáctica preténdese asentir e ampliar contidos referidos á expresión corporal, algúns deles xa traballados no primeiro trimestre. Tentaranse facer actividades e xogos que	7	4		X	

UD	Título	Descrición	% Peso materia	Nº sesións	1º trim.	2º trim.	3º trim.
10	Somos actores!!	axuden ao alumnado a explorar distintas maneiras de expresarse ante os demais, afondando na linguaxe xestual, para manifestar diversos estados de ánimo.	7	4		X	
11	Xogamos a xogos de invasión	Nesta unidade didáctica, xa no terceiro trimestre, afondarase no xogo como un dos eixos fundamentais da etapa. Traballarase os xogos en campo común ou de invasión, no que o alumnado asentará as habilidades traballadas en sesións anteriores, así como valores como compañeirismo e responsabilidade individual dentro dun grupo.	5	5			X
12	Perdemos a vergoña.	Esta unidade didáctica, cuxo obxectivo é traballar a expresión corporal, pretende ser unha continuidade das anteriores que se propuxeron nos dous primeiros trimestres de curso. Agora buscarase facer pequenas coreografías, tanto en gran grupo, como en pequeno grupo ou parellas.	5	3			X
13	A que xogaban os meus avós	Nesta unidade didáctica farase unha proposta por parte do mestre de diferentes xogos populares da provincia ou da comunidade autónoma. O alumnado, nalgún momento, proporá algún xogo popular, despois dun pequeno traballo de investigación entre os membros da súa familia. Esta unidade complementase coa visita ao centro dun monitor que explicará un par de xogos populares e poranos en práctica.	5	3			X
14	Xogos do mundo	Esta unidade didáctica servirá como plataforma para presentar ao alumnado xogos de diferentes partes do mundo. Cada unha das sesións irán destinadas a xogos por continentes.	5	4			X
15	Naturézate!!!	Esta unidade didáctica servirá para dar a coñecer ao alumnado outros espazos e situacións de xogo distintos aos que están afeitos a ver nas clases de Educación Física. Na primeira sesión farase unha ximcana de xogos nun espazo verde cercano, e na segunda sesión un circuito de orientación sinxelo nun pequeno bosque.	6	2			X

### 3.2. Distribución currículo nas unidades didácticas

UD	Título da UD	Duración
1	Benvidos ao cole!	2

Craterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.1 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respectar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respectar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		



Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Características dos alimentos naturais, procesados e ultraprocesados.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Factores básicos que inciden no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Respetto e aceptación do propio corpo.</li> <li>- Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).</li> <li>- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices: mecanismos de prevención e control corporal para a prevención de lesións.</li> <li>- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.</li> <li>- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
2	Mantemento o meu corpo san	3

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.1 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.3 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		
CA3.1 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Características dos alimentos naturais, procesados e ultraprocesados.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Factores básicos que inciden no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo.</li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoconhecimento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).</li> <li>- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices: mecanismos de prevención e control corporal para a prevención de lesións.</li> <li>- Esquema corporal:</li> <li>- Conciencia e control do ritmo respiratorio en diferentes actividades. Conciencia dos diferentes tipos de respiración.</li> <li>- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.</li> <li>- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
3	O meu corpo fala	4

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA3.4 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA4.5 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA5.3 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		

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

## Contidos

- Saúde física:
- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
- Hidratación na práctica da actividade física.
- Educación postural en accións motrices habituais.
- Saúde social:
- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
- Respecto e aceptación do propio corpo.
- Autoconecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).
- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.
- Toma de decisións:
- Distribución racional do esforzo en situacións motrices individuais.
- Esquema corporal:
- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.
- Creatividade motriz: variación e adecuación da acción motriz ante estímulos internos e externos.
- Xestión emocional: recoñecemento de emocións propias, pensamentos e sentimentos a partir de experiencias motrices.
- Autonomía persoal e confianza nas propias posibilidades: autoestima.
- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas simples.
- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter expresivo.
- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.

UD	Título da UD	Duración
4	Son coordinado	7

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.3 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.1 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA3.4 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA4.5 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA5.1 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA5.3 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		



Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA6.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo.</li> <li>- Autoconecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).</li> <li>- Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.</li> <li>- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.</li> <li>- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.</li> <li>- Toma de decisións:</li> <li>- Distribución racional do esforzo en situacións motrices individuais.</li> <li>- Posicionamento no espazo e recolocación tras cada acción en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.</li> <li>- Esquema corporal:</li> <li>- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.</li> <li>- Definición da lateralidade.</li> <li>- Equilibrio estático e dinámico en situacións a diversas alturas e sobre superficies estables e inestables.</li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinación dinámica xeral e segmentaria.</li> <li>- Habilidades e destrezas motrices básicas: locomotrices, non locomotrices e manipulativas.</li> <li>- Xestión emocional: recoñecemento de emocións propias, pensamentos e sentimentos a partir de experiencias motrices.</li> <li>- Autonomía persoal e confianza nas propias posibilidades: autoestima.</li> <li>- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.</li> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas simples.</li> <li>- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
5	Estou en forma	5

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias inindividuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.1 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.3 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		
CA3.1 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Características dos alimentos naturais, procesados e ultraprocesados.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Factores básicos que inciden no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo.</li> <li>- Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).</li> <li>- Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.</li> <li>- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.</li> <li>- Prevención de accidentes nas prácticas motrices: mecanismos de prevención e control corporal para a prevención de lesións.</li> <li>- Esquema corporal:</li> <li>- Conciencia e control do ritmo respiratorio en diferentes actividades. Conciencia dos diferentes tipos de respiración.</li> <li>- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.</li> <li>- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
6	Un, dous, tres... lanzo outra vez	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.3 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.1 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA5.1 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA6.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		

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

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

## Contidos

- Hidratación na práctica da actividade física.
- Educación postural en accións motrices habituais.
- Saúde social:
  - A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.
  - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Saúde mental:
  - Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
  - Respetto e aceptación do propio corpo.
  - Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).
  - Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.
- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.
- Toma de decisións:
  - Distribución racional do esforzo en situacións motrices individuais.
- Esquema corporal:
  - Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.
  - Definición da lateralidade.
  - Coordinación dinámica xeral e segmentaria.
- Habilidades e destrezas motrices básicas: locomotrices, non locomotrices e manipulativas.
- Autonomía persoal e confianza nas propias posibilidades: autoestima.
- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas simples.
- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.

UD	Título da UD	Duración
7	Son áxil	8

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.3 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.1 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		



<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA5.1 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA6.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		

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

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

## Contidos

- Hidratación na práctica da actividade física.
- Educación postural en accións motrices habituais.
- Saúde social:
  - A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.
  - Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Saúde mental:
  - Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
  - Respetto e aceptación do propio corpo.
    - Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).
    - Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.
- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.
- Toma de decisións:
  - Distribución racional do esforzo en situacións motrices individuais.
- Esquema corporal:
  - Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.
  - Equilibrio estático e dinámico en situacións a diversas alturas e sobre superficies estables e inestables.
  - Coordinación dinámica xeral e segmentaria.
- Habilidades e destrezas motrices básicas: locomotrices, non locomotrices e manipulativas.
- Autonomía persoal e confianza nas propias posibilidades: autoestima.
- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.
- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas simples.
- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.

UD	Título da UD	Duración
8	Practico actividades saudables	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.1 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.1 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Características dos alimentos naturais, procesados e ultraprocesados.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Factores básicos que inciden no coidado do corpo.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> </ul>

## Contidos

- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
- Respecto e aceptación do propio corpo.
- Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).
- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices: mecanismos de prevención e control corporal para a prevención de lesións.
- Toma de decisións:
- Distribución racional do esforzo en situacións motrices individuais.
- Esquema corporal:
- Conciencia e control do ritmo respiratorio en diferentes actividades. Conciencia dos diferentes tipos de respiración.
- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.
- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.

UD	Título da UD	Duración
9	Xogamos a xogos de cancha dividida	6

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias inidividuais.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA5.1 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA6.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Límites para evitar unha competitividade desmedida.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo.</li> <li>- Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).</li> <li>- Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.</li> <li>- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.</li> <li>- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.</li> <li>- Toma de decisións:</li> <li>- Localización no espazo en situacións cooperativas.</li> <li>- Posicionamento no espazo e recolocación tras cada acción en situacións motrices de persecución e de interacción</li> </ul>

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- cun móbil.</li> <li>- Esquema corporal:</li> <li>- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.</li> <li>- Coordinación dinámica xeral e segmentaria.</li> <li>- Habilidades e destrezas motrices básicas: locomotrices, non locomotrices e manipulativas.</li> <li>- Autonomía persoal e confianza nas propias posibilidades: autoestima.</li> <li>- Habilidades sociais: escoita activa e estratexias de negociación para a resolución de conflitos en contextos motrices.</li> <li>- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.</li> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas simples.</li> <li>- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
10	Somos actores!!	4

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias inindividuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		



Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.4 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA4.5 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.3 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo.</li> <li>- Autoconecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).</li> <li>- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.</li> <li>- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.</li> <li>- Esquema corporal:</li> <li>- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.</li> <li>- Conciencia e control do ritmo respiratorio en diferentes actividades. Conciencia dos diferentes tipos de respiración.</li> <li>- Equilibrio estático e dinámico en situacións a diversas alturas e sobre superficies estables e inestables.</li> </ul>

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Creatividade motriz: variación e adecuación da acción motriz ante estímulos internos e externos.</li> <li>- Xestión emocional: recoñecemento de emocións propias, pensamentos e sentimentos a partir de experiencias motrices.</li> <li>- Autonomía persoal e confianza nas propias posibilidades: autoestima.</li> <li>- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.</li> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas simples.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter expresivo.</li> <li>- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
11	Xogamos a xogos de invasión	5

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias inidividuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA5.1 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA6.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Límites para evitar unha competitividade desmedida.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo.</li> <li>- Autoconecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).</li> <li>- Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.</li> <li>- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.</li> <li>- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.</li> <li>- Toma de decisións:</li> <li>- Localización no espazo en situacións cooperativas.</li> <li>- Posicionamento no espazo e recolocación tras cada acción en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.</li> <li>- Anticipación ás decisións ofensivas do adversario en situacións de oposición de contacto.</li> <li>- Pase a compañeiros desmarcados ou en situación vantaxosa en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.</li> <li>- Esquema corporal:</li> </ul>

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.</li> <li>- Coordinación dinámica xeral e segmentaria.</li> <li>- Habilidades e destrezas motrices básicas: locomotrices, non locomotrices e manipulativas.</li> <li>- Habilidades sociais: escoita activa e estratexias de negociación para a resolución de conflitos en contextos motrices.</li> <li>- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.</li> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas simples.</li> <li>- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.</li> </ul>

UD	Título da UD	Duración
12	Perdemos a vergoña.	3

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.4 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA4.5 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA5.2 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, contextualizando a súa orixe, a súa aparición e a súa transmisión ao longo do tempo e valorando a súa importancia, repercusión e influencia nas sociedades pasadas e presentes.	Participar en xogos e actividades da nosa cultura e doutras, valorando a súa importancia e influencia na sociedade.		
CA5.3 - Reproducir distintas combinacións de movementos ou coreografías individuais e grupais con intención comunicativa e que transmitan sentimentos, emocións ou ideas a través do corpo, empregando os distintos recursos expresivos e rítmicos da corporalidade.	Reproducir diferentes coreografías sinxelas, que transmitan emocións ou ideas a través do corpo.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		

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

Contidos
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.</li> <li>- Saúde mental:</li> <li>- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Respecto e aceptación do propio corpo.</li> <li>- Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).</li> <li>- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.</li> </ul>



<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.</li> <li>- Esquema corporal:</li> <li>- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.</li> <li>- Equilibrio estático e dinámico en situacións a diversas alturas e sobre superficies estables e inestables.</li> <li>- Creatividade motriz: variación e adecuación da acción motriz ante estímulos internos e externos.</li> <li>- Xestión emocional: recoñecemento de emocións propias, pensamentos e sentimentos a partir de experiencias motrices.</li> <li>- Autonomía persoal e confianza nas propias posibilidades: autoestima.</li> <li>- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.</li> <li>- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os xogos e as danzas do mundo como manifestación da interculturalidade.</li> <li>- Usos comunicativos da corporalidade: comunicación de sensacións, sentimentos, emocións e ideas simples.</li> <li>- Práctica de actividades rítmico-musicais con carácter expresivo.</li> <li>- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.</li> </ul>

<b>UD</b>	<b>Título da UD</b>	<b>Duración</b>
13	A que xogaban os meus avós	3

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.1 - Realizar proxectos motores de carácter individual, cooperativo ou colaborativo empregando estratexias básicas de monitoraxe e seguimento que permitan analizar os resultados obtidos.	Levar a cabo proxectos motores, usando estratexias para analizar os resultados.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA4.4 - Adquirir unha visión aberta do deporte para partir do coñecemento de distintas ligas femininas, masculinas ou mixtas, achegándose ao deporte para partir do coñecemento de distintas ligas femininas, masculinas ou mixtas; coñecendo o deporte federado e identificando e rexeitando comportamentos contrarios á convivencia, independentemente do contexto no que teñan lugar.	Adquirir certos coñecementos de determinados deportes, das súas ligas, desterrando condutas contrarias ás normas de convivencia.		
CA5.1 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA5.2 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, contextualizando a súa orixe, a súa aparición e a súa transmisión ao longo do tempo e valorando a súa importancia, repercusión e influencia nas sociedades pasadas e presentes.	Participar en xogos e actividades da nosa cultura e doutras, valorando a súa importancia e influencia na sociedade.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA6.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> <li>- Límites para evitar unha competitividade desmedida.</li> </ul>

## Contidos

- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
- Respecto e aceptación do propio corpo.
- Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).
- Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.
- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.
- Toma de decisións:
- Localización no espazo en situacións cooperativas.
- Esquema corporal:
- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.
- Coordinación dinámica xeral e segmentaria.
- Habilidades e destrezas motrices básicas: locomotrices, non locomotrices e manipulativas.
- Habilidades sociais: escoita activa e estratexias de negociación para a resolución de conflitos en contextos motrices.
- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os xogos e as danzas do mundo como manifestación da interculturalidade.
- Coñecemento e práctica de bailes e xogos populares, tradicionais e autóctonos de Galicia.
- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.

UD	Título da UD	Duración
14	Xogos do mundo	4

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		

<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA4.4 - Adquirir unha visión aberta do deporte para partir do coñecemento de distintas ligas femininas, masculinas ou mixtas, achegándose ao deporte para partir do coñecemento de distintas ligas femininas, masculinas ou mixtas; coñecendo o deporte federado e identificando e rexeitando comportamentos contrarios á convivencia, independentemente do contexto no que teñan lugar.	Adquirir certos coñecementos de determinados deportes, das súas ligas, desterrando condutas contrarias ás normas de convivencia.		
CA5.2 - Participar activamente en xogos motores e noutras manifestacións artístico-expresivas con arraigamento na cultura propia, tradicional ou actual, así como noutros procedentes de diversas culturas, contextualizando a súa orixe, a súa aparición e a súa transmisión ao longo do tempo e valorando a súa importancia, repercusión e influencia nas sociedades pasadas e presentes.	Participar en xogos e actividades da nosa cultura e doutras, valorando a súa importancia e influencia na sociedade.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		

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

<b>Contidos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saúde física:</li> <li>- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.</li> <li>- Hidratación na práctica da actividade física.</li> <li>- Educación postural en accións motrices habituais.</li> <li>- Saúde social:</li> <li>- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.</li> </ul>

## Contidos

- Límites para evitar unha competitividade desmedida.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
- Respecto e aceptación do propio corpo.
- Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).
- Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.
- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.
- Toma de decisións:
- Posicionamento no espazo e recolocación tras cada acción en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Anticipación ás decisións ofensivas do adversario en situacións de oposición de contacto.
- Pase a compañeiros desmarcados ou en situación vantaxosa en situacións motrices de colaboración-oposición, de persecución e de interacción cun móbil.
- Esquema corporal:
- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.
- Coordinación dinámica xeral e segmentaria.
- Habilidades e destrezas motrices básicas: locomotrices, non locomotrices e manipulativas.
- Habilidades sociais: escoita activa e estratexias de negociación para a resolución de conflitos en contextos motrices.
- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.
- Achegas da cultura motriz á herdanza cultural. Os xogos e as danzas do mundo como manifestación da interculturalidade.
- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.

UD	Título da UD	Duración
15	Naturézate!!!	2

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
-------------------------	------------------------	----	---

Criterios de avaliación	Mínimos de consecución	IA	%
CA1.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.	TI	100
CA1.2 - Aplicar medidas de educación postural, alimentación saudable, hixiene corporal e preparación da práctica motriz, asumindo responsabilidades e xerando hábitos e rutinas en situacións cotiás.	Aplicar distintas medidas posturais e hixiénicas que xeren hábitos e rutinas saudables.		
CA1.3 - Recoñecer a propia imaxe corporal e a dos demais, aceptando e respectando as características individuais, superando e rexeitando as condutas discriminatorias que se poidan producir en contextos de práctica motriz.	Recoñecer o noso corpo e o dos demais, respectando as diferencias individuais.		
CA1.4 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA1.5 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA2.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e mantemento do material e cos espazos e instalacións no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA2.4 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición e de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		
CA2.5 - Desenvolver unha práctica motriz segura en contextos naturais e urbanos de carácter terrestre ou acuático, adecuando as accións á análise de cada situación e aplicando medidas de conservación ambiental.	Desenvolver prácticas motrices con seguridade, evitando riscos e conservando o medio que nos rodea.		
CA3.2 - Adoptar decisións en situacións lúdicas, xogos e actividades deportivas, axustándose ás demandas derivadas dos obxectivos motores, das características do grupo e da lóxica interna de situacións individuais, de cooperación e de oposición, en contextos simulados de actuación.	Adoitar decisións en diferentes contextos lúdicos, tendo en conta as distintas situacións que se poden xerar, tanto a nivel individual como grupal.		



<b>Criterios de avaliación</b>	<b>Mínimos de consecución</b>	<b>IA</b>	<b>%</b>
CA3.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA3.5 - Desenvolver unha práctica motriz segura en contextos naturais e urbanos de carácter terrestre ou acuático, adecuando as accións á análise de cada situación e aplicando medidas de conservación ambiental.	Desenvolver prácticas motrices con seguridade, evitando riscos e conservando o medio que nos rodea.		
CA4.1 - Mostrar unha disposición positiva cara á práctica física e cara ao esforzo, xestionando as emocións que xurdan en contextos de actividade motriz.	Mostrar boa disposición para o exercicio, controlando as emocións.		
CA4.2 - Respetar as normas consensuadas na clase, así como as regras de xogo, actuando desde os parámetros da deportividade e do xogo limpo e valorando as achegas dos participantes.	Respetar as normas e regras de todos os xogos, actuando con deportividade.		
CA4.3 - Desenvolver habilidades sociais de acollida, inclusión, axuda e cooperación ao participar en prácticas motrices variadas, resolvendo os conflitos individuais e colectivos de forma dialogada e xusta e mostrando un compromiso activo fronte aos estereotipos e ás actuacións discriminatorias e de violencia.	Desenvolver habilidades sociais para a resolución de conflitos que xurdan durante a práctica motriz.		
CA5.1 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA6.1 - Recoñecer a actividade física como alternativa de lecer saudable, identificando desprazamentos activos e sustentables e coñecendo os efectos beneficiosos desde o punto de vista físico, mental e social que supón adoptar un estilo de vida activo.	Recoñecer os beneficios da actividade física para a saúde en xeral.		
CA6.2 - Tomar medidas de precaución e prevención de lesións en relación coa conservación e co mantemento do material no marco das distintas prácticas físico-deportivas, coñecendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se poidan producir neste contexto.	Tomar medidas de prevención de lesións e coidar e conservar o material utilizado.		
CA6.3 - Empregar os compoñentes cualitativos e cuantitativos da motricidade en distintos contextos e situacións motrices, adquirindo un progresivo control e dominio corporal sobre eles.	Emplear a motricidade para adquirir un progresivo dominio corporal.		
CA6.4 - Desenvolver unha práctica motriz segura en contextos naturais e urbanos, adecuando as accións á análise de cada situación e aplicando medidas de conservación ambiental.	Desenvolver prácticas motrices con seguridade, evitando riscos e conservando o medio que nos rodea.		

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

## Contidos

## Contidos

- Saúde física:
- Efectos físicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
- Hidratación na práctica da actividade física.
- Educación postural en accións motrices habituais.
- Factores básicos que inciden no coidado do corpo.
- Saúde social:
- A actividade física como hábito e alternativa saudable fronte a formas de lecer nocivas.
- Límites para evitar unha competitividade desmedida.
- Aceptación de distintas tipoloxías corporais para practicar, en igualdade, diversidade de actividades físico-deportivas.
- Saúde mental:
- Efectos psicolóxicos beneficiosos dun estilo de vida activo.
- Respecto e aceptación do propio corpo.
- Autocoñecemento e identificación de fortalezas e debilidades ou posibilidades e limitacións en todos os ámbitos (social, físico e mental).
- Coidado e preparación do material, das instalacións e dos espazos que se vaian utilizar segundo a actividade que se pretenda desenvolver.
- Consolidación de pautas de hixiene persoal relacionadas coa actividade física.
- Planificación e autorregulación de proxectos motores: mecanismos básicos para executar o planificado.
- Prevención de accidentes nas prácticas motrices: mecanismos de prevención e control corporal para a prevención de lesións.
- Toma de decisións:
- Distribución racional do esforzo en situacións motrices individuais.
- Localización no espazo en situacións cooperativas.
- Posicionamento no espazo e recolocación tras cada acción en situacións motrices de persecución e de interacción cun móbil.
- Anticipación ás decisións ofensivas do adversario en situacións de oposición de contacto.
- Esquema corporal:
- Control tónico-postural e independencia segmentaria en situacións motrices.
- Conciencia e control do ritmo respiratorio en diferentes actividades. Consciencia dos diferentes tipos de respiración.
- Definición da lateralidade.
- Equilibrio estático e dinámico en situacións a diversas alturas e sobre superficies estables e inestables.
- Coordinación dinámica xeral e segmentaria.

## Contidos

- Habilidades e destrezas motrices básicas: locomotrices, non locomotrices e manipulativas.
- Creatividade motriz: variación e adecuación da acción motriz ante estímulos internos e externos.
- Autonomía persoal e confianza nas propias posibilidades: autoestima.
- Habilidades sociais: escoita activa e estratexias de negociación para a resolución de conflitos en contextos motrices.
- Condutas contrarias á convivencia, discriminatorias ou sexistas en situacións motrices (discriminación por cuestións de competencia motriz, etnia, xénero ou outras): estratexias para a súa identificación e efectos negativos que traen consigo.
- Coñecemento e práctica de bailes e xogos populares, tradicionais e autóctonos de Galicia.
- Normas de uso: educación viaria. Uso de medios de desprazamento con rodas. Mobilidade segura, saudable e sustentable.
- Espazos naturais no contexto urbano: uso, gozo e mantemento.
- Material para actividades no medio natural e urbano: valoración previa e actuación ante posibles danos.
- Prevención e sensibilización sobre a xeración de residuos, fomentando a construción e a reutilización de materiais para a práctica motriz.
- Realización de actividades físicas no medio natural e urbano.
- Coidado e conservación da contorna durante a práctica de actividade física no medio natural e urbano.

### 4.1. Concrecións metodolóxicas

A metodoloxía empregada nesta programación será:

- \* FLEXIBLE: adaptándose continuamente aos diferentes niveis de cada alumno/a.
- \* ACTIVA: fomentando alumnado autónomo e responsable das súas aprendizaxes.
- \* PARTICIPATIVA: potenciando a cooperación-colaboración entre iguais.
- \* INTEGRADORA: facilitando poder sentirse capaces coas súas propias respostas motrices e coas súas diferenzas, mellorando a autoestima.
- \* INDUCTIVA: tentando que o alumno/a poida comprender o que está a facer e cal é o obxectivo.
- \* LÚDICA: o xogo, elemento fundamental.
- \* CREATIVA: propoñendo a procura de solucións aos problemas que vaian aparecendo ao longo da aprendizaxe.

As metodoloxías activas contribuirán á adquisición das competencias clave, convertendo o xogo nun importante recurso metodolóxico, dado o carácter global e lúdico desta área ao longo de toda a etapa. Destacando especialmente as actividades cooperativas sen rexeitar o aspecto competitivo xa que contribúen a saber gañar e saber perder.

O xogo ten o valor extra de dar ás sesións un carácter divertido e de contribuír a fomentar aprendizaxes significativas. Na organización da clase intentaremos evitar, na medida do posible, os tempos mortos e de espera, para o cal debemos contar con material suficiente ou diversificar as actividades. Cando se desenvolvan actividades que requiran esforzos, distribuiremos axeitadamente o tempo de recuperación, variando o tipo de actividade.

Así mesmo, para favorecer unha adquisición eficaz das competencias deberán deseñarse actividades de aprendizaxe que lle permitan ao alumnado avanzar en máis dunha competencia ao mesmo tempo.

Os métodos e estilos de ensinanza a utilizar serán variados e dependerán da actividade para desenvolver; así utilizaremos estilos máis directivos (mando directo, asignación de tarefas) en actividades que esixan unha maior intervención do profesor. Da mesma maneira avogaremos por estilos menos directivos (resolución de problemas,

descubrimiento guiado,...) buscando unha maior autonomía no alumnado (desenvolvemento dos traballos e posta en escena deles).

Propoñer proxectos significativos para o alumnado utilizando metodoloxías non directivas (descubrimiento guiado, resolución de problemas e libre exploración), o traballo cooperativo e os retos motrices, reforzando a reflexión e a responsabilidade, minimizando os posibles riscos e extremando as medidas de precaución. A progresión irá desde tarefas sinxelas cara ás de maior dificultade.

O descubrimento guiado e a resolución de problemas son estilos que se basean en propostas motrices que crean unha dúbida nos coñecementos previos do alumnado, para que investigue e chegue a unha ou varias solucións, que polo feito de ser descubertas pola propia persoa afianzan a aprendizaxe na súa estrutura cognitiva, así como aumentan de xeito considerable a súa autonomía e autoestima.

Uso de distintas metodoloxías que teñan en conta os diferentes ritmos de aprendizaxe do alumnado, partindo das súas capacidades, valorando non só o resultado senón a progresión e o proceso da actividade motriz mesma favorecendo a capacidade de aprender por sí mesmos.

No transcurso de cada UD utilizaranse diferentes agrupamentos de alumnos (gran grupo, pequeno grupo, parellas, traballo individual). A labor do docente será a de aplicar a información inicial e ir polos diferentes grupos achegando o feedback necesario, unhas veces de forma individual e outras de maneira masiva.

A aplicación das TICs (tecnoloxías da información e a comunicación) vai favorecer o coñecemento dos resultados, debemos utilizalas como ferramenta ou instrumento na busca de información e tamén como reflexión e difusión.

Tamén se proporán situacións de ensino recíprocas, xa que o feito de que un alumno/a teña que corrixir ao seu compañeiro non só axuda ao que está a executar a acción, senón que tamén, o que fai as veces de ensinante, adquire unha idea máis clara da actividade que tamén él debe realizar, ao verse obrigado a analizar a execución do seu compañeiro e a detectar os erros que comete.

A acción educativa procurará a integración das distintas experiencias e aprendizaxes do alumnado, terá en conta os seus diferentes ritmos e preferencias de aprendizaxe. Tamén favorecerá a capacidade de aprender por si mesmo, fomentará o traballo colaborativo e en equipo, e potenciará a aprendizaxe significativa que promova a autonomía, a reflexión e á súa aplicación na vida cotiá, fóra da contorna do centro.

## 4.2. Materiais e recursos didácticos

Denominación	
CLASIFICACIÓN MATERIAL E RECURSOS:	
A)	Convencional pequeno tamaño: aros, cordas, picas, conos, pelotas,...
B)	Convencional gran tamaño: porterías, canastras, bancos, colchonetas, pelotas grandes,...
C)	Non convencional: globos, toallas, sacos, teas, panos,...
D)	Non convencional refutable: xornais, botellas e bolsas de plástico, botes suavizante, vasos iogur,...
E)	Informático e audiovisual: proxector, pizarra dixital, ordenador, altofalantes, equipo de música,...
F)	Instalacións: patio exterior, gimnasio, pavillón,...

Poderíamos definir os recursos e materiais didácticos como os instrumentos e medios que suministran información ao docente sobre futuras pautas ou decisións acerca de todo o proceso ensino - aprendizaxe. Os diferentes materiais e recursos didácticos que utilizaremos deberán cumprir as seguintes funcións:

1. Función de apoio á aprendizaxe: os materiais favorecen a interiorización dos contidos dunha maneira eficaz e

significativa dentro do proceso de adquisición de aprendizaxe. Os materiais xogan un papel esencial ao ser os canalizadores na selección e almacenamento da información.

2. Función estruturadora: axudan á hora de ordenar e estruturar toda a información que reciben, de maneira que o abstracto verase transformado en coñecementos máis concretos e accesibles, conseguindo con iso, que os alumnos obteñan unhas aprendizaxes máis específicas e concretos.

3. Función motivadora: todo recurso material ten que ser chamativo, fonte de interacción e favorecedora da aprendizaxe de forma agradable, divertida e pracenteira, onde o neno non conciba en si mesmo o obxectivo principal que persegue, que é a aprendizaxe, senón que considere toda actividade educativa como unha ampliación máis da súa vida diaria.

Con base no sinalado, Bautista (2010) establece unha serie de características que deben ter os materiais en relación á función complementaria que realiza na actividade educativa, como:

- Carácter motivador; xa que, segundo a forma, textura, cor e características particulares do material, espertase o interese e curiosidade para a súa utilización.
- Carácter polivalente; os materiais poden ser utilizados como elementos en varias actividades escolares e como elementos de diferentes xogos.
- Carácter colectividade; a súa utilización pode ser individual ou colectiva.
- Carácter de accesibilidade; estar organizado e dispoñible para a libre elección dos alumnos.

A importancia do material, os recursos e estímulo aplicados como xogo na Actividade Física son fundamentais xa que permiten realizar experiencias múltiples, mediante os cales se vai acadando a comprensión concreta e precisa dos obxectivos nas metas propostas, así como tamén o proporcionar a capacidade de poder crear, relacionar, e transformar o que se quere alcanzar en coñecemento, cun ambiente cheo de emocións, sensacións e experiencias propias do ser humano mediante actividades lúdicas.

Á hora de falar sobre os recursos e materiais de Educación Física é necesario establecer as diferenzas que existen entre un e outro. Para moitos autores sinónimos, pero para outros hai unha diferenza entre os materiais e os recursos.

Trujillo (2010), menciona que por materiais defínense aqueles materiais curriculares que foron elaborados cunha finalidade explícita, mentres que os recursos didácticos toman o seu verdadeiro valor pedagóxico no momento no que os docentes deciden, desde a metodoloxía, integralos no currículo.

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

- Son un medio entre a teoría impartida e a práctica deportiva.
- Motivan ao alumnado á hora de realizar as tarefas.
- Favorecer a comunicación e comprensión entre o alumnado.
- Son un elemento auxiliar eficaz.
- Posibilita a autoinstrucción.
- Son unha guía para as aprendizaxes.
- Permiten avaliar ao alumnado.

En función da unidade didáctica e sesión a impartir, empregaranse uns materiais e recursos diferentes. Deben estar acordados ás actividades para realizar. O material dependerá do propósito co cal se vai a traballar, polo que será preciso analizar: a idade, as capacidades, a contorna, entre outras.

Tamén teremos en conta para a impartición da área os recursos que nos ofrece a comunidade e o entorno (parques, ríos, praias fluviais, bosques, camiños, piscinas e outras instalacións) e que igualmente serán empregados cando así se considere.

## 5.1. Procedemento para a avaliación inicial

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

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

En Educación Física a avaliación posúe unha serie de peculiaridades que se deben ter en conta:

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

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

A avaliación inicial serve para coñecer o nivel, non exacto, pero si unha aproximación, do grupo clase con respecto a algúns contidos. A través desta avaliación inicial en educación física, non se pretende coñecer todos os aspectos que se poidan avaliar na área (se fose así poderíamos estar todo o ano avaliando), senón só aqueles que sexan máis relevantes para o obxectivo educativo que cada un pretenda conseguir, e así poder realizarse unha idea rápida e global de onde pode partir.

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

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

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

Tamén ao inicio do curso realizaremos unha avaliación inicial para coñecer o nivel de competencia motriz dos nosos alumnos/as. Esta primeira avaliación do curso que se levara a cabo durante as sesións do mes de setembro e que nos permitirá obter un diagnóstico inicial estará composta por:

- Ficha médica de cada alumno e alumna
- Circuitos e actividades que comprendan os seguintes contidos:
  - Estructuración espazo-temporal: Correr por unha sucesión de aros, desprazarse en función dun ritmo marcado.
  - Coordinación e equilibrio: Manter a posición sobre un só apoio un tempo determinado, alternar saltos sobre un

banco (pernas abertas, pes xuntos), botar un balón.

- Habilidades básicas: Lanzamento e recepción dun balón, salto en altura e lonxitude.
- Habilidades xenéricas: condución e botes cun balón nun recorrido establecido.
- Capacidades físicas: Resistencia (5 min), Velocidade (30 m), axilidade (circuito), Forza tren inferior (salto horizontal), flexibilidade (flexión de tronco). Probas DAFIS.
- Expresión e comunicación corporal: Axustar movementos a un ritmo dado, xogos de mímica.

Estas tarefas e actividades poden ser rexistradas en video para unha posterior análise e valoración por parte do mestre, co obxectivo de ter un punto de partida co que comezar a traballar cos contidos. A diversidade é unha realidade facilmente observable, e a súa axeitada atención é un dos alicerces básicos no que se fundamenta o sistema educativo. Cada alumno e cada alumna teñen unha ampla gama de necesidades educativas, debidas á presenza de múltiples factores persoais e sociais (xénero, idade, etapa de desenvolvemento madurativo, motivación, intereses, estilos de aprendizaxe, expectativas, procedencia socioeconómica e cultural, orixe étnica, etc.), que deben ser satisfeitas.

En consecuencia, todo centro ten que estar en condicións de:

- 1.º Adaptarse ás características individuais e sociais de cada alumno ou alumna.
- 2.º Ofrecer unha cultura común, respectando as peculiaridades de cada cultura propia.
- 3.º Adoptar unha metodoloxía que favoreza a aprendizaxe de todo o alumnado na súa diversidade.
- 4.º Partir dunha avaliación inicial do alumnado en cada núcleo de aprendizaxe que permita detectar os seus coñecementos previos, para facilitar a significatividade dos novos contidos que se deben aprender.

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

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

- 1.ª Adoitar organizacións flexibles dentro do aula, con respecto cara aos principios básicos de organización e funcionamento dos grupos, practicando estratexias inter e intragrupoais, para potenciar o traballo con grupos heteroxéneos de alumnos e alumnas.
- 2.ª Realizar as adaptacións curriculares necesarias para asegurar que se poida manter unha escola na que teñan cabida todos, sexan cales sexan as súas necesidades educativas ou intereses persoais específicos.

## 5.2. Criterios de cualificación e recuperación

### Pesos dos instrumentos de avaliación por UD:

Unidade didáctica	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8	UD 9	UD 10
<b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>	2	10	5	15	7	7	7	7	7	7
<b>Táboa de indicadores</b>	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Unidade didáctica	UD 11	UD 12	UD 13	UD 14	UD 15	Total
<b>Peso UD/ Tipo Ins.</b>	5	5	5	5	6	100
<b>Táboa de indicadores</b>	100	100	100	100	100	100

## **Criterios de cualificación:**

Para determinar a nota do alumnado, débense establecer uns criterios de cualificación que se relacionen directamente cos criterios de avaliación. Estes criterios permitirán identificar se o alumnado progresa adecuadamente, é dicir, se desenvolven as capacidades de diferentes ámbitos ou se necesita mellorar nalgúns aspectos.

Todo alumnado ten dereito a unha avaliación o máis obxectiva posible e debe coñecer claramente o sistema de avaliación de forma que o/a alumno/a teña control sobre a aprendizaxe e a avaliación.

Débense variar os instrumentos de avaliación para obter información desde diferentes fontes, e desta forma orientar o proceso e realizar axustes sempre que sexa necesario.

A avaliación ideal debe estar centrada no alumnado. E isto significa que non vale a mesma avaliación para todos porque non todos aprenden da mesma forma. Algúns poden pensar que temos que facer unha avaliación para cada neno/a, pero se traballas por niveis poderemos identificar o nivel do alumnado e a partir de aí preparar a avaliación.

### **COMO AVALIAR AO NOSO ALUMNADO?**

A avaliación será Criterial, interpretando os resultados en función do alumno/a e avaliando o seu propio progreso, é dicir, o resultado obtido do individuo comparárase con outros resultados obtidos polo mesmo nas mesmas actividades ou probas.

Ao ser unha programación didáctica para 2º Ciclo empregaremos Instrumentos Cualitativos, sendo polo tanto unha avaliación baseada en técnicas de observación.

Rexistraremos diariamente o que acontece nas sesións, empregando diferentes Instrumentos de Avaliación:

- ESCALAS DE VALORACIÓN: cada U.D. inclúe a escala que se aplicará nela.
- REXISTRO ANECDÓTICO: reflectiranse acontecementos que sexan significativos a efectos de avaliación do alumnado, así como calquera feito ou incidencia da sesión que nos poida servir como autoavaliación.
- LISTAS DE CONTROL: consiste nunha serie de ítems referidos a características, accións e actividades, nas que se indicará simplemente se se realizan ou non.
- RÚBRICAS: instrumento de medición no que a través dos CA prescritos se establecen uns estándares por niveis, mediante a disposición de escalas, que permiten determinar a calidade da execución en tarefas específicas.
- COAVALIACIÓN: o alumnado será o responsable de avaliar aos seus compañeiros en aspectos e accións definidas polo docente.
- TEST MOTORES: miden as cualidades físicas básicas que posúe o alumnado para realizar unha actividade física.
- LUDOGRAMAS: permite observar e representar o rol dos xogadores; e contabilizar accións (por exemplo, o número de pases que fai).
- SOCIOGRAMA: permitiranos coñecer as relacións sociais que existen dentro dos membros do grupo.

### **CANDO SE AVALÍA?**

#### **1- AVALIACIÓN DAS UNIDADES DIDÁCTICAS:**

Avaliarase cada unha das Unidades Didácticas sobre 10, empregando diversos instrumentos de avaliación. Para isto, tomaremos de referencia os criterios de avaliación xunto cos seus mínimos de consecución establecidos para cada unha das UD do apartado 3.3. Avaliación das Unidades Didácticas desta programación.

#### **2- AVALIACIÓN DO TRIMESTRE:**

Para avaliar cada trimestre teremos en conta as Unidades Didácticas levadas a cabo en cada un dos trimestres.

A nota do trimestre será o resultado da nota ponderada acadada polo alumno/a en cada UD, sempre tendo en conta a % de peso que ten esa UD no punto 3.1. Relación das Unidades Didácticas desta programación.

Curso 2023/2024:

#### **1º TRIMESTRE (5 UD - 39%):**

- UD. 1: 5,3 % = equivalente a un 0,53 da nota 1º trimestre.
- UD. 2: 25,6 % = equivalente a un 2,56 da nota 1º trimestre.
- UD. 3: 12,8 % = equivalente a un 1,28 da nota 1º trimestre.



- UD. 4: 38,4 % = equivalente a un 3,84 da nota 1º trimestre.
- UD. 5: 17,9 % = equivalente a un 1,79 da nota 1º trimestre.

Nota do 1º trimestre (suma das UD da 1 á 5)= 10

2º TRIMESTRE (5 UD - 35%):

- UD. 6: 20 % = equivalente a un 2 da nota 2º trimestre.
- UD. 7: 20 % = equivalente a un 2 da nota 2º trimestre.
- UD. 8: 20 % = equivalente a un 2 da nota 2º trimestre.
- UD. 9: 20 % = equivalente a un 2 da nota 2º trimestre.
- UD. 10: 20 % = equivalente a un 2 da nota 2º trimestre.

Nota do 2º trimestre (suma das UD da 6 á 10)= 10

3º TRIMESTRE (5 UD - 26%):

- UD. 11: 19,2 % = equivalente a un 1,92 da nota 3º trimestre.
- UD. 12: 19,2 % = equivalente a un 1,92 da nota 3º trimestre.
- UD. 13: 19,2 % = equivalente a un 1,92 da nota 3º trimestre.
- UD. 14: 19,2 % = equivalente a un 1,92 da nota 3º trimestre.
- UD. 15: 23,2 % = equivalente a un 2,32 da nota 3º trimestre.

Nota do 3º trimestre (suma das UD da 11 á 15)= 10

3. AVALIACIÓN FINAL DO CURSO (NOTA ORDINARIA) :

A nota da avaliación final ou ordinaria será o resultado da % de peso da UD marcada no apartado 3.1 Desenvolvemento das Ud. desta programación didáctica. Onde cada unha das Unidades Didácticas ten marcado a % de peso que supón o seu contido neste curso.

Baseándonos nisto as notas que o alumnado tivo en cada un dos trimestres suporán a seguinte porcentaxe da nota final.

Curso 2023/2024: - 1º TRIMESTRE (5 UD): 39 % equivalente a un 3,9 da nota final

- 2º TRIMESTRE (5 UD): 35 % equivalente a un 3,5 da nota final

- 3º TRIMESTRE (5 UD): 26 % equivalente a un 2,6 da nota final

- ORDINARIA (suma das 15 UD): 100% equivalente a 10.

### **Criterios de recuperación:**

Para o alumnado que non superen o grao de consecución mínima dos CA estableceremos as seguintes premisas:

- 1.- Os criterios de avaliación plantexados de xeito progresivo quedarán superados cando na seguinte avaliación sexan acadados.
- 2.- Os criterios de avaliación plantexados de xeito non progresivo proporánselle actividades ao longo do curso nas distintas UD para que o alumnado supere ditos Criterios de Avaliación.

### **6. Medidas de atención á diversidade**

Medidas de atención a diversidade:

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

A nosa intervención educativa cos alumnos e alumnas asume como un dos seus principios básicos, ter en conta os seus diferentes ritmos de aprendizaxe, as aptitudes e capacidades individuais así como os seus distintos intereses e motivacións.

As medidas de atención á diversidade poderán ser tanto organizativas como curriculares, e permitirán unha organización flexible das ensinanzas e dos recursos humanos e materiais para unha atención personalizada ao alumnado en función das súas necesidades. Deberán poñerse en práctica tan pronto como se detecten no alumnado dificultades de aprendizaxe e estarán orientadas a responder ás necesidades educativas concretas que presenten.

Irán dirixidas á consecución dos seguintes obxectivos:

- Facilitar ao alumnado o máximo desenvolvemento posible das súas capacidades persoais e a adquisición das competencias básicas e dos obxectivos da área.
- Establecer os mecanismos axeitados de apoio e reforzo precisos, que permitan detectar e superar as dificultades de aprendizaxe que presente o alumnado.
- Coordinar coa titoría e orientación educativa do alumnado para apoiar o seu proceso educativo.

Realizaranse as adaptacións necesarias, articulándose medidas correctoras ou vías alternativas, mediante actividades de reforzo, ampliación, etc., segundo as circunstancias concretas de cada alumno/a.

Esta programación pretende adaptarse ás necesidades individuais por iso deseñouse cun carácter aberto e flexible que permite que unha mesma actividade se realice de diferentes formas segundo as diferenzas individuais de cada neno/a.

#### ALUMN@S CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOIO EDUCATIVO

Algúns alumnos/as presentan desvantaxes ou incapacidades que lles dificultan a aprendizaxe a través dos recursos máis xerais e ordinarios dos que dispoñen os centros educativos.

A complexidade radica en que cada alumno/a con N.E.A.E. ten un problema particular e concreto e que todo o profesorado, incluídos nós, teremos que adaptar o currículo ás súas necesidades e posibilidades.

Pódense contemplar distintas situacións:

- \* Alumnos/as con diferentes ritmos de aprendizaxe. Hai algúns nenos/as que levan un ritmo de aprendizaxe máis lento na aula pero non lles afecta á práctica de actividade física. Tamén hai algúns/algunhas que presentan distinto ritmo de aprendizaxe na nosa área polo que lles ofreceremos o reforzo educativo necesario cando o precisen.
- \* Alumnos/as de incorporación tardía ao sistema educativo español. Non temos no centro ningún alumn@ diagnosticado con estas características.
- \* Alumnos/as con altas capacidades intelectuais. Non temos no centro ningún alumn@ diagnosticado con estas características.
- \* Alumnos/as con n.e.e. motivadas por algunha deficiencia. Temos este ano no centro dous alumn@s diagnosticado con TEA e cunha minusvalía recoñecida.
- \* Alumnos/as con TDAH. Repartidos por varias clases.
- \* Alumnos con trastornos de conduta. Non temos no centro ningún alumn@ diagnosticado con estas características.

No CPI Virxe dos Remedios:

Quero destacar a presenza de dous nen@s diagnosticados con TEA e un nen@ con hidrocefalia (aínda sen valorar polo equipo de orientación específica) nas distintas aulas de educación infantil, cos cales debemos ter especial atención na área de educación física.

Un alumno de quinto curso de educación primaria ten epilepsia, pero debido as características da súa variante da enfermidade non dispomos por prescripción médica de ningún tipo de medicina para administrar no caso dunha crisis. (O alumno porta na súa mochila un broncodilatador).

Gustaríame destacar varios casos en alumn@s de asma, unha enfermidade respiratoria, que dadas as situacións de actividade física das sesións puidesen aparecer. Faremos fincapé en que ante o caso de dificultade respiratoria durante a sesións, os alumn@s retiraranse a un lugar apartado do resto de compañeir@s, ata recuperar unha respiración normal.

SITUACIÓN ACTUAL DO GRUPO - AULA DE 3º NIVEL DO 2º CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.

No grupo ao que está dirixida esta programación non atopamos ningún alumn@ con n.e.a.e na área de educación física.

### 7.1. Concreción dos elementos transversais

	UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6	UD 7	UD 8
ET.1 - Comprensión Lectora	X							
ET.2 - Expresión Oral e Escrita	X							
ET.3 - Educación emocional e en Valores	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.4 - Igualdade entre Homes e Mulleres	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.5 - Educación Vial								
ET.6 - Educación Ambiental								
ET.7 - Educación Para a Saúde	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - Aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico	X	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - Aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito... e de calquera tipo de violencia.	X	X	X	X	X	X	X	X

	UD 9	UD 10	UD 11	UD 12	UD 13	UD 14	UD 15
ET.1 - Comprensión Lectora							X
ET.2 - Expresión Oral e Escrita							X

	UD 9	UD 10	UD 11	UD 12	UD 13	UD 14	UD 15
ET.3 - Educación emocional e en Valores	X	X	X	X	X	X	X
ET.4 - Igualdade entre Homes e Mulleres	X	X	X	X	X	X	X
ET.5 - Educación Vial							X
ET.6 - Educación Ambiental							X
ET.7 - Educación Para a Saúde	X	X	X	X	X	X	X
ET.8 - Aptitudes como a creatividade, a autonomía, a iniciativa, o traballo en equipo, a confianza nun mesmo e o sentido crítico	X	X	X	X	X	X	X
ET.9 - Aprendizaxe da prevención e resolución pacífica de conflitos en todos os ámbitos da vida persoal, familiar e social, así como dos valores que sustentan a liberdade, a xustiza, a igualdade, o pluralismo político, a paz, a democracia, o respecto polos dereitos humanos e o rexeitamento da violencia terrorista, a pluralidade, o respecto polo Estado de dereito... e de calquera tipo de violencia.	X	X	X	X	X	X	X

### Observacións:

A Educación Primaria, pretende proporcionar ao alumnado unha educación que lle permita afianzar o seu desenvolvemento persoal e o seu propio benestar; desenvolver as habilidades sociais, a creatividade e a afectividade; lograr que adquiran os elementos básicos da cultura, e formalo para o exercicio dos seus dereitos e das súas obrigacións na vida como cidadáns.

Desta forma, tanto en Educación Infantil como en Educación Primaria, a actuación do profesor e a relación que se establece entre el e o alumno reviste unha gran relevancia; por iso, os principios nos que se fundamentan os temas transversais deben inspirar en toda a actividade docente e, do mesmo xeito deben ser traballados conxuntamente coas familias para que os nenos e nenas non vivan actuacións contraditorias entre o ámbito escolar e familiar. Para conseguir o anteriormente exposto, faise necesaria a presenza dos temas transversais no currículo.

Hai que sinalar, que os temas transversais impregnan gran parte dos contidos das áreas. Son prescritivos e non aparecen no currículo como disciplinas separadas senón impregnado todo o labor educativo na que todo o profesorado de todos os niveis e etapas educativos está involucrado.

Ditos temas poden definirse como contidos basicamente actitudinais, que exercen influencia no comportamento conductual do noso alumnado. Son valores importantes tanto para o desenvolvemento integral e persoal dos alumnos, como para o desenvolvemento dunha sociedade democrática, respectuosa co medio e tolerante.

## 7.2. Actividades complementarias

Actividade	Descrición	1º trim.	2º trim.	3º trim.
Ruta de sendeirismo	Saída a percorrer a ruta dos Muiños, situada a un kilómetro do centro			X
Orientación nun parque próximo coa temática de traballar as Letras Galegas	Nunha area recreativa cercana faremos unha actividade de orientación donde os alumn@s terán que atopar pistas e resolver preguntas relacionadas co agasallado.			X
O Magosto	Saída ao entorno natural do centro, onde coa escusa de celebrar a conmemoración do magosto realizaremos unha xornada multideporte na natureza.	X		
Patiñaxe Pista de Xeo	Aproveitando que nos meses de decembro e xaneiro en moitas localidades montan unha pista de xeo, é boa excusa para pasar unha xornada que favoreza as habilidades de deslizamento e aumenten as experiencias do noso alumnado.	X		
Día da Paz	Realizase unha xornada de xogos cooperativos.		X	
Obradoiro Xogos Tradicionais	Xornada de presentación e goce de diversos xogos tradicionais como: Rá, Chave, Aro, Trompo, Tabas, Zancos, Xogos Cantados..		X	
Saída ESQUIOU	Saída a Manzaneda a realizar diversas actividades deportivas e tomar contacto co esquí		X	
Día Mundial do Medio Ambiente	Realizase unha saída ao entorno natural próximo ao centro para realizar unha pequena ruta de sendeirismo.		X	
Plan Proxecta+: Proxectos de Vida Activa e Saudable	Participaremos no DAFIS (valoración da condición física do alumn@) no Xogade, participando en distintas modalidades deportivas ao longo do ano: baloncesto, balonmán, volei, atletismo, campo a través, escalada))	X	X	X
Contratos Programas CPIInnova: Edusaúde	Os centros educativos son institucións vitais para contribuír ao benestar físico e alimentario, polo que fai falta impulsar tanto a actividade física como os hábitos alimentarios ligados a unha vida saudable para que poidan ser mantidos ao longo da vida. Con este programa o centro pretende proporcionar ao noso alumnado unha información fundada sobre a saúde que lles permite, ademais, contar cun xuízo válido para tomar decisións responsables sobre o coidado da propia saúde, a prevención de enfermidades ou a mellora da calidade de vida.	X	X	X
CPIInlúe	Actividades que fomenten a inclusión, as emocións e a convivencia	X	X	X
Parque multiaventura	Saída a un parque multiaventura			X

### Observacións:

Entendemos como actividades complementarias aquelas actividades didácticas que se realizan co alumnado en horario lectivo e que, formando parte da programación, teñen carácter diferenciado polo momento, espazo ou recursos que se utilizan.

Dende a Educación Física temos múltiples exemplos de actividades complementarias: visitas, traballos de campo, viaxes de estudos, conmemoracións e outras semellantes.

Ao longo do curso levaranse a cabo as actividades complementarias aprobadas na PXA e quedando abertas a posibles actividades complementarias e extraescolares que xurdan ao longo do curso. Estas novas actividades serán aprobadas seguindo a normativa vixente.

As actividades Complementarias e Extraescolares que se presentan na listaxe son un exemplo de actividades que se poderán levar a cabo, polo que serán adaptadas a cada centro docente.

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

<b>Indicadores de logro</b>
Adecuación da programación didáctica e da súa propia planificación ao longo do curso académico
Planificación: axeitada en número e duración das actividades, nivel de dificultade, interese para o alumnado, significatividade no proceso de ensino-aprendizaxe, obxectivos ben definidos,...
Contidos: secuenciación, estruturación e organización dando unha visión xeral de cada tema (que teñen que aprender, que é importante, etc.).
Elementos Transversais: as sesións traballan implicitamente temas transversais ( comprensión lectora; resolución de problemas; igualdade; educación ambiental, para a saúde, para a paz, cívica e moral,...)
Metodoloxía empregada
Alumnado: conseguíuse motivalo, espertar a súa curiosidade, participación activa,...
Metodoloxía: aberta e flexible; agrupamentos; métodos e estilos de aprendizaxe, adaptarda ás características do alumnado e as circunstancias que xordan durante a práctica educativa.
Organización xeral da aula e o aproveitamento dos recursos
Materiais: foron atractivos, suficientes, accesibles para todo o alumnado,...
Medidas de atención á diversidade
Atención á diversidade: pártese do nivel de desenvolvemento do alumnado e respéctanse as súas características individuais.
Coordinación co resto do equipo docente e coas familias ou as persoas titoras legais
Interdisciplinariedade: Planificación da propia área de forma coordinada co resto do profesorado (xa sexa por nivel, ciclo, equipos educativos e profesorado de apoio).

#### Descrición:

Farase unha valoración do proceso para ir realizando axustes, se fose preciso. Trimestralmente usaranse indicadores de logro, para comprobar se o noso proceso docente está a seguir as directrices programadas e se é necesario facer modificacións no mesmo para mellorar a nosa actuación e conseguir unha maior coherencia co contexto educativo concreto no que a levamos a cabo, atendendo ás necesidades e intereses do alumnado.

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

## 8.2. Procedemento de seguimento, avaliación e propostas de mellora

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

Estas propostas de mellora tamén serán recollidas na memoria final, así como os contidos que foi preciso engadir, eliminar ou modificar con respecto á programación prevista. A programación é un documento co que guiarse día a día na realidade da aula polo que continuamente hay que reflexionar sobre a súa adecuación a cada grupo-clase ou a cada alumno ou alumna e se é necesario modificala en función dos feed-back recibidos e dos resultados obtidos. Será revisada trimestralmente xunto ca avaliación do alumno, avaliación do docente e avaliación do ensino/aprendizaxe.

Aspectos susceptibles de analizar como parte da revisión, avaliación e modificación da programación didáctica.

- Adecuación do deseño das unidades didácticas a partir dos elementos do currículo.
- Adecuación da secuenciación e temporalización das unidades didácticas.
- O desenvolvemento da programación respondeu a secuenciación e temporalización previstas.
- Aplicación metodoloxía didáctica acordada.
- Adecuación da secuencia de traballo na aula.
- Adecuación dos materiais didácticos utilizados.
- Adecuación do plan de avaliación inicial deseñado.
- Adecuación das pautas xerais establecidas para a avaliación continua.
- Adecuación dos programas de apoio, recuperación...
- Adecuación das medidas específicas de atención ao alumnado con NEAE.
- Grao de desenvolvemento das actividades extraescolares e complementarias previstas.
- Adecuación dos mecanismos para informar as familias sobre criterios de avaliación.
- Adecuación do seguimento e da revisión da programación ao longo do curso.
- Contribución desde a materia ao plan de lectura do centro.
- Grao de integración das TICs no desenvolvemento da materia.

## 9. Outros apartados

### 1. Ficha de control médico de comenzo do curso

Solicitud por parte do mestre as familias para saber se existe algunha afectación que poida ter relevancia para as clases de E.F.

### 2. Folla informativa de hábitos de hixiene e vestimenta apropiadas para as sesións de EF.

Información as familias para o respecto duns mínimos hábitos de hixiene o remate das sesións así como a vestimenta apropiada para a realización das sesións.