

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

ÁREA de EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO 2021 – 2022

CEIP DE CURTIS

1º CURSO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Área de Educación Física

- 1.- Introducción
2. Obxectivos de etapa
3. Contidos
4. Temporalización
- 5.- Unidades didácticas que se traballarán neste curso.
6. Criterios de avaliación
7. estándares de aprendizaxe
8. Instrumentos de avaliación
9. Criterios de cualificación
10. Metodoloxía
11. Materiais e recursos
12. Medidas de atención á diversidade
13. Competencias traballadas neste curso.
- 14.- Criterios de promoción.
15. adenda para a actividade lectiva non presencial.

1. INTRODUCCION

A área de Educación Física está orientada ao desenvolvemento das capacidades e habilidades do corpo, co obxectivo de aumentar e perfeccionar as súas posibilidades de movemento, afondando no coñecemento e dominio da conduta motora, como axente activo do comportamento humano; conduta que depende de tres variables fundamentais: o propio corpo, o espazo e o tempo.

De maneira que o corpo e o movemento, no espazo e o tempo, constitúen os eixes básicos da acción educativa nesta área. O corpo, como posibilitador de vivencias lúdicas e de comunicación dirixidas á aceptación do propio corpo, a melloralo e a utilizalo convenientemente. O movemento, como instrumento de relación e participación, posibilita e desenvolve o coñecemento, mellora e incrementa a funcionalidade anatómica, facilita a comunicación, conserva e mellora a saúde, o estado físico e psíquico, potencia a autoestima e o interese pola superación, e compensa o sedentarismo e as restricións habituais do medio.

Desde esta perspectiva, a Educación Física educa o corpo, pero tamén forma o carácter, fortifica a personalidade, contribúe ao desenvolvemento de actitudes de solidariedade, etc.

En función diso, convén ter presente que os alumnos e as alumnas, na etapa de Educación Primaria, teñen unha visión totalizadora da realidade, polo que as actividades e os contidos deben estar contextualizados na súa propia experiencia de maneira que poidan establecer relacións significativas entre o que saben e o que van aprendendo.

2-OBXECTIVOS

Contribuiremos dende o 1º curso de educación primaria a acadar os obxectivos de etapa dende a área de educación física; tales como:

- a.- Aprender e respectar as normas de convivencia.
- b.- Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo.
- c.- Adquirir hábitos para resolver conflitos.
- d.- Comprender a non discriminación de persoas.
- e.-- Desenvolver un espírito crítico.

- f.- Utilizar diferentes expresions artísticas.
- g.- Valorar a hixiene e a saude e aceptar o propio corpo.
- h.- Desenvolver as capacidades afectivas.
- i.- Fomentar a educación viaria.
- j.- Valorar a cultura propia de Galicia.

3.-CONTIDOS

BLOQUE 1: CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

- . Aceptación da propia imaxe corporal.
- . Respecto das persoas que participan no xogo.
- . Confianza nas capacidades propias de cada un.
- . Utilización guiada de medios tecnolóxicos.
- . Uso correcto de materiais e espazos na práctica da ed. F.
- . Coidado da hixiene e hábitos de hixiene corporal.
- . Adopción de condutas seguras nas entradas e saídas ao colexio.

BLOQUE 2: O CORPO IMAXE E PERCEPCIÓN

- .-Aceptación da propia realidade corporal.
- .- Confianza nun mesmo. Aumento da autoestima.
- .- Estrutura corporal.
- .- Experimentación das diferentes posturas corporais.
- .-Relaxación e toma de conciencia da respiración.
- .- Situacións de equilibrio estático sobre bases estables.
- .- Nocións topolóxicas básicas.
- .- Recoñecemento da lateralidade e da dominancia lateral.
- .- Experimentación, exploración e discriminación das sensacións.

BLOQUE 3: HABILIDADES MOTRICES

- .- Formas e posibilidades de movemento.
- .- Desenvolvemento da motricidade fina e da coordinación visomotora.
- .-Resolución de problemas motores sinxelos.
- .- Acondicionamento físico xeral en situación de xogo.
- .- Disposición favorable a participar en actividades físicas con diferente nivel de habilidade.
- .-Autonomía e confianza nas propias habilidades.

BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS ARTISTICO EXPRESIVAS

- .- Exploración das posibilidades expresivas e de movemento.
- .- Execución de bailes e danzas sinxelas.
- .- Imitación de personaxes, imaxes e situación.
- .- Comunicación corporal.
- .- Desinhibición para exteriorizar emocións e sentimentos a través do corpo.

BLOQUE 5: ACTIVIDADE FISICA E SAÚDE

- .- Práctica de hábitos básicos de hixiene corporal.
- .- Relación da actividade física co benestar da persoa.
- .- Movilidade corporal orientada á saúde.
- .- Respecto das normas para evitar accidentes.
- .- Respecto ás persoas que participan no xogo.

BLOQUE 6: OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- .- Cooperación e oposición no xogo.
- .- Recoñecemento e aceptación das persoas que pasrticipan no xogo.
- .- Reto sen rivalidade ou menosprezo.
- .- Comprensión e aceptación das normas do xogo.
- .- Confianza nas propias posibilidades na práctica dos xogos.
- .- O xogo como actividade común a todas as culturas.
- .-Coñecemento e práctica dalgúns xogos de Galicia.
- .-Práctica de xogos libres e organizados.
- .- Xogos ao aire libre en entornos naturais.
- .- Xogos ao aire libre respectando a natureza.

4- TEMPORALIZACIÓN

1º trimestre

Na primeira semana de setembro, faremos a avaliación inicial.

O resto de setembro, outubro, novembro e decembro estudiaremos a educación física de base, onde traballaremos o esquema corporal, a lateralidade, a estruturación espacio-temporal, a relajación e a respiración.

Por último, faremos a avaliación do primeiro trimestre.

2º trimestre

En xaneiro, estudiaremos a coordinación e equilibrio.

En febreiro e marzo, veremos as habilidades básicas: desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.

Finalmente, avaliación do 2º trimestre.

3º trimestre

En abril, maio e xuño, traballaremos o xogo, practicando xogos

populares e tradicionais, xogos sensoriais e expresivos e xogos na natureza.

Tamén practicaremos a expresión corporal, centrándonos no xogo simbólico, o mimo, o ritmo, o xogo dramático e as danzas e bailes.

Finalmente, avaliación do 3º trimestre, e avaliación final.

5- RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS A TRABALLAR NESTE CURSO

- Unidade 1: **Empezamos o cole:** nº de sesións 6
- Unidade 2: **Esquema corporal:** nº de sesións 12
- Unidade 3: **Lateralidade:** nº de sesións 12
- Unidade 4: **Desarrollo sensorial:** nº de sesións 6
- Unidade 5: **Respiración e relaxación:** nº de sesións 6
- Unidade 6: **Equilibrio:** nº de sesións 6
- Unidade 7: **Coordinación óculo-manual:** nº de sesións 9
- Unidade 8: **Coordinación dinámica general:** nº de sesións 12
- Unidade 9: **Expresión corporal:** nº de sesións 9
- Unidade 10: **Xogos populares:** nº de sesións 9
- Unidade 11: **Actividades na natureza:** nº de sesións 9

6.-CRITERIOS DE AVALIACION

- . Aceptar a realidade corporal propia e a dos demais.
- . Coñecer a estrutura e funcionamento do corpo para realizar movementos axeitados.
- . Recoñecer a diversidade de actividades físicas ,lúdicas e deportivas.
- . Manifestar respecto cara o entorno e o medio natural nos xogos e actividades ao aire Libre.
- . Opinar tanto como espectador como participante ante situacións conflictivas.
- . Buscar e presentar información facendo uso das tecnoloxías da información.

7.- ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

- . Practica xogos libres e xogos organizados.
- . Recoñece xogos tradicionais de Galicia.
- . Realiza xogos tradicionais de Galicia seguindo regras básicas.
- . Realiza actividades no medio natural.
- . Coñece o coidado e respecto do medio ao facer alguna actividade fóra do centro.
 - Recoñece o seu corpo e as diferentes partes que o conforman.

8.- INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Como instrumento de avaliación utilizarei fundamentalmente a observación directa, cuxo resultado anotarei diariamente nunha lista de control ou nunha escala de estimación.

9.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

O 55% da nota estará referida aos contidos.

O 45% estará referida á actitude na aula, bo comportamento e interés pola Materia.

10.- METODOLOXÍA

Debido á situación sanitaria que estamos a padecer durante este curso, realizaremos actividades de tipo individual e nas que non sexa moi necesaria a interacción entre o alumnado.

Tamén nas actividades a realizar, procuraremos non ter que utilizar material ou utilizar o menos posible, para así minimizar as posibilidades de contaxio da COVID-19.

Procuraremos reducir o nivel de esforzo, xa que o alumnado esta traballando con máscara.

11.- 9 MATERIAIS E RECURSOS

O mínimo posible e a ser posible fabricado por cada un deles con material de refugallo.

12.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

A clase de educación física estará adaptada ao ritmo e estilo de aprendizaxe dos alumnos/as. Se se detectasen dificultades de aprendizaxe, tomaranse as medidas oportunas; ben un reforzo educativo ou unha adaptación curricular.

Neste ciclo, polo momento, tódolos alumnos/as seguen o desenvolvemento normal da aula.

13.- COMPETENCIAS TRABALLADAS

A competencia motriz é o que pretendemos conseguir na área de Educación Física. E é fundamental para conseguir as demais capacidades. Especialmente traballaremos:

- .- A competencia social e cívica.
- .- A competencia de aprender a aprender.
- .- O sentido de iniciativa e espírito emprendedor.
- .- A conciencia e expresións culturais e matemáticas.
- .- A competencia científico tecnolóxico.
- .- A competencia en comunicación lingüística e
- .- A competencia dixital.

14.- CRITERIOS DE PROMOCIÓN

Promocionará aquel alumnado que non suspenda 3 materias ou máis e tamén os alumnos/as que non teñan suspensa lingua galega ou lingua castelá e matemáticas.

15.- ADENDA PARA A ACTIVIDADE LECTIVA NON PRESENCIAL:

De producirse algún tipo de confinamento e ter que realizar a actividade lectiva de xeito non presencial, traballaremos na medida do posible os mesmos contidos cos mesmos obxectivos e competencias en cada un dos trimestres, tal como está temporalizado.

Para isto, neste curso, empregaremos a páxina web do centro.

Propoñeremos actividades suficientes para que traballen durante dúas sesións semanais, tal e como viñan facendo no ensino presencial.

Valoraremos a adquisición dos contidos un 45% e a realización das tarefas, presentación das mesmas no tempo adecuado etc un 55%.

Se fose necesario realizar un ensino mixto, valoraremos un 70% o ensino presencial e un 30% o ensino telemático.

2º CURSO

Contribuímos dende o 2º curso de educación primaria a acadar os seguintes obxectivos de etapa:

- a.- Aprender e respectar as normas de convivencia.
- b.- Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo.
- c.- Adquirir hábitos para resolver conflitos.
- d.- Comprender a non discriminación de persoas.
- e.-- Desenvolver un espírito crítico.
- f.- Utilizar diferentes expresións artísticas.
- g.- Valorar a hixiene e a saúde e aceptar o propio corpo.
- h.- Desenvolver as capacidades afectivas.
- i.- Fomentar a educación viaria.
- j.- Valorar a cultura propia de Galicia.

2.- CONTIDOS

BLOQUE 1: CONTIDOS COMÚNS

- Aceptación da propia realidade.
- Participación no xogo sen discriminación.
- Confianza nas propias posibilidades.
- Utilización adecuada de medios tecnolóxicos relacionados coa educación física.
- Uso correcto de materiais e espazos.
- Coidado do corpo e hábitos de hixiene corporal.
- Conductas seguras como peóns.

BLOQUE 2: O CORPO IMAXE E PERCEPCIÓN

- Autoestima e autonomía corporal.
- Estructura corporal.
- Posturas corporais.
- Relaxación e respiración.
- Equilibrio estático e dinámico.
- Percepción espazo temporal.
- Lateralidade.
- As sensacións. Posibilidades sensoriais.

BLOQUE 3: HABILIDADES MOTRICES.

- Posibilidades de movemento.
- Motricidade fina e coordinación visomotora.
- Resolución de problemas motrices sinxelos.
- Condición física xeral utilizando o xogo.
- Habilidades motrices básicas.

BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS

- Posibilidades expresivas do corpo.
- Bailes e danzas sinxelas.
- Comunicación corporal.
- Expresión de emocións, sentimentos a través do corpo.

BLOQUE 5: ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

- Hábitos básicos de higiene corporal.
- Actividade física e benestar corporal.
- Respecto no uso de espazos e materiais.
- Respecto ás persoas que participan nos xogos.

BLOQUE 6: OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS.

- O xogo nas diferentes culturas.
- Xogos de Galicia.
- O xogo libre.
- O Xogo no medio natural.

3.- TEMPORALIZACIÓN

1º trimestre

Na primeira semana de setembro, faremos a avaliación inicial.

O resto de setembro, outubro, novembro e decembro estudiaremos a educación física de base, onde traballaremos o esquema corporal, a lateralidade, a estruturación espacio-temporal, a relaxación e a respiración.

Por último, faremos a avaliación do primeiro trimestre.

2º trimestre

En xaneiro, estudiaremos a coordinación e equilibrio.

En febreiro e marzo, veremos as habilidades básicas: desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.

Finalmente, avaliación do 2º trimestre.

3º trimestre

En abril, maio e xuño, traballaremos o xogo, practicando xogos

populares e tradicionais, xogos sensoriais e expresivos e xogos na natureza.

Realizaremos dúyas sesión de educación vial.

Tamén practicaremos a expresión corporal, centrándonos no xogo simbólico, o mimo, o ritmo, o xogo dramático e as danzas e bailes.

Finalmente, avaliación do 3º trimestre, e avaliación final.

4.- RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS A TRABALLAR NESTE CICLO

- Unidade 1: **Empezamos o cole:** nº de sesións 6
- Unidade 2: **Esquema corporal:** nº de sesións 12
- Unidade 3: **Lateralidade:** nº de sesións 12
- Unidade 4: **Desarrollo sensorial:** nº de sesións 6
- Unidade 5: **Respiración e relaxación:** nº de sesións 6
- Unidade 6: **Equilibrio:** nº de sesións 6
- Unidade 7: **Coordinación óculo-manual:** nº de sesións 9
- Unidade 8: **Coordinación dinámica general:** nº de sesións 12
- Unidade 9: **Expresión corporal:** nº de sesións 9
- Unidade 10: **Xogos populares:** nº de sesións 9
- Unidade 11: **Actividades na natureza:** nº de sesións 9
- Unidade 12: **Educación vial;** nº de sesión 2.

5.- CRITERIOS DE AVALIACIÓN

- Dar cada un a súa opinión.
- Buscar información e compartila.
- Demostrar un comportamento sociable e responsable.
- Coñecer o funcionamento do corpo.
- Resolver situación motrices espacio temporais.
- Utilizar os recursos expresivos do corpo.
- Coñecer os efectos do exercicio físico, alimentación, hixiene etc.
- Coñecer medidas de seguridade na práctica da actividade física.
- Coñecer tácticas elementais dos xogos.
- Manifestar respecto polo medio natural.

6.—ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

- Identifica as partes do corpo en si mesmo e nos demais.
- Domina o equilibrio estático.
- Inicíase no equilibrio dinámico.
- Reacciona a destímulo sensoriais.
- Expresa correctamente as súas ideas.
- Mellora a competencia motriz.
- Incorpora rutinas de hixiene corporal.

- Recolle o material utilizado.
- Participa nas actividades con deportividade.
- Mostra boa disposición para solucionar conflitos.
- Utiliza novas tecnoloxías para buscar información.
- Presenta os seus traballos con orde, estrutura e limpeza.
- Utiliza axeitadamente as regras dos xogos.
- Practica xogos libres e xogos organizados.
- Adopta hábitos alimentarios saudables.
- Incorpora á rutina diaria a actividade física como axente de saúde.
- Representa personaxes utilizando o corpo.
- Reproduce corporalmente unha estrutura rítmica sinxela.
- Realiza bailes e danzas sinxelas propias da cultura galega.
- Coñece xogos tradicionais de Galicia.
- Fai actividades no medio natural.
- Respecta e coida o medio ambiente ao facer algunha actividade fora do centro.

7.-INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Como instrumento de avaliación utilizarei fundamentalmente a observación directa, cuxo resultado anotarei diariamente nunha lista de control ou nunha escala de estimación. Poderanse realizar algúns materiais relacionados coa área.

8.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

O 55% da nota estará referida aos contidos.

O 45% estará referida á actitude na aula, bo comportamento e interés pola materia,

9.- METODOLOXÍA

Debido á situación sanitaria que estamos a padecer durante este curso, realizaremos actividades de tipo individual e nas que non sexa moi necesaria a interacción entre o alumnado.

Tamén nas actividades a realizar, procuraremos non ter que utilizar material ou utilizar o menos posible, para así minimizar as posibilidades de contaxio da COVID-19.

Procuraremos reducir o nivel de esforzo, xa que o alumnado esta traballando con máscara.

10.- MATERIAIS E RECURSOS

Pelotas, cordas, aros, mazas, colchonetas, raquetas, material de psicomotricidade etc.

11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

A clase de educación física estará adaptada ao ritmo e estilo de aprendizaxe dos alumnos/as. Se se detectasen dificultades de aprendizaxe, tomaranse as medidas oportunas; ben un reforzo educativo ou unha adaptación curricular.

Neste curso, polo momento, tódolos alumnos/as seguen o desenvolvemento normal da aula.

12.- COMPETENCIAS TRABALLADAS

A competencia motriz é o que pretendemos conseguir na área de Educación Física. E é fundamental para conseguir as demais capacidades. Especialmente traballaremos:

- .- A competencia social e cívica.
- .- A competencia de aprender a aprender.
- .- O sentido de iniciativa e espírito emprendedor.
- .- A conciencia e expresións culturais e matemáticas.
- .- A competencia científico tecnolóxico.
- .- A competencia en comunicación lingüística e
- .- A competencia dixital.

13.-CRITERIOS DE PROMOCIÓN

Promocionará aquel alumnado que non suspenda 3 materias ou máis e tamén os alumnos/as que non teñan suspensa lingua galega ou lingua castelá e matemáticas

14.- ADENDA PARA A ACTIVIDADE LECTIVA NON PRESENCIAL:

De producirse algún tipo de confinamento e ter que realizar a actividade lectiva de xeito non presencial, traballaremos na medida do posible os mesmos contidos cos mesmos obxectivos e competencias en cada un dos trimestres, tal como está temporalizado.

Para isto, neste curso, empregaremos a páxina web do centro.

Propoñeremos actividades suficientes para que traballen durante dúas sesións semanais, tal e como viñan facendo no ensino presencial.

Valoraremos a adquisición dos contidos un 45% e a realización das tarefas, presentación das mesmas no tempo adecuado etc un 55%.

Se fose necesario realizar un ensino mixto, valoraremos un 70% o ensino presencial e un 30% o ensino telemático.

TERCEIRO CURSO

1.- OBXECTIVOS

No 3º curso de educación primaria enna área de educación física contribuiremos a alcanzar os seguintes obxectivos de etapa:

- a.- Aprender e respectar as normas de convivencia.
- b.- Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo.
- c.- Adquirir hábitos para resolver conflitos.
- d.- Comprender a non discriminación de persoas.
- e.-- Desenvolver un espírito crítico.
- f.- Utilizar diferentes expresións artísticas.
- g.- Valorar a hixiene e a saúde e aceptar o propio corpo.
- h.- Desenvolver as capacidades afectivas.
- i.- Fomentar a educación viaria.
- j.- Valorar a cultura propia de Galicia.

2.-CONTIDOS

BLOQUE 1: CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

- .- Valoración da propia realidade corporal e da dos demais.
- .- Aceptación e respecto ás normas e regras.
- .- Estratexias e persoas que participan no xogo.
- .- Confianza nas propias capacidades para afrontar as dificultades da educación física.
- .- Utilización de medios tecnolóxicos para recadar información relacionada coa área.
- .- Integración das tecnoloxías no proceso de aprendizaxe.
- .- Implicación activa en actividades motrices diversas.
- .- Uso correcto de materiais e espazos na práctica da educación física.
- .- Coidado do corpo e hábitos de hixiene corporal.
- .- Adopción de condutas seguras ao actuar como peóns polo contorno do colexio.

BLOQUE 2: O CORPO IMAXE E PERCEPCIÓN

- .- Valoración e aceptación da propia realidade corporal.
- .- Seguridade e confianza nun mesmo.
- .- Autonomía persoal, autoestima.
- .- Elementos orgánico-funcionais relacionados co movemento.
- .- Control do ritmo respiratorio.
- .- Equilibrio estático e dinámico en superficies estables e inestables e en alturas variables.
- .- Organización espacial e espazo-temporal.
- .- Recoñecemento da lateralidade dos demais.

BLOQUE 3: HABILIDADES MOTRICES

- .- Formas e posibilidades de movemento.
- .- Utilización das habilidades motrices básicas.
- .- Mecanismos de decisión.
- .- Mellora das capacidades físicas básicas.
- .- Disposición favorable a participar en actividades físicas.

BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS

- .- O corpo e o movemento como instrumentos de expresión e comunicación.
- .- Coñecemento de diversas manifestacións expresivas.
- .- Estructuras espazo-temporales, bailes, coreografías...
- .- Expresións de emocións e sentimentos a través do corpo.
- .- Desinhibición e espontaneidade na práctica de danzas e bailes.
- .- Desenvolvemento de habilidades motrices básicas en contextos expresivos.
- .- Recoñecer a posibilidade de cambiar montaxes ou coreografías.

BLOQUE 5: ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

- .- Consolidación de hábitos de hixiene corporal.
- .- Recoñecemento dos beneficios da actividade física.
- .- Práctica segura da actividade física.
- .- Mellora da condición física orientada a saúde.

BLOQUE 6: OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- .- Descubrimento e aplicación das estratexias de xogo.
- .- Respecto cara as persoas que participan no xogo.

- .- Cumprimento e aceptación das normas do xogo.
- .- O xogo e o deporte como elementos da realidade social.
- .- Achegamento ao xogo doutras comunidades e países.
- .- Aplicación das habilidades básicas en situación de xogo.
- .- Iniciación á práctica de actividades deportivas a través do xogo.
- .- Iniciación á orientación deportiva a través do xogo.
- .- Xogos de campo, de exploración, de aventura.
- .- Coñecemento e coidado da contorna natural.

3- TEMPORALIZACIÓN

1º trimestre

Na primeira semana de setembro, faremos a avaliación inicial.

O resto de setembro, outubro, novembro e decembro estudiaremos a educación física de base, onde traballaremos o esquema corporal, a lateralidade, a estruturación espacio-temporal, a relaxación e a respiración.

Por último, faremos a avaliación do primeiro trimestre.

2º trimestre

En xaneiro, estudiaremos a coordinación e equilibrio.

En febreiro e marzo, veremos as habilidades básicas: desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.

Finalmente, avaliación do 2º trimestre.

3º trimestre

En abril, maio e xuño, traballaremos o xogo, practicando xogos populares e tradicionais, xogos sensoriais e expresivos e xogos na natureza.

Tamén practicaremos a expresión corporal, centrándonos no xogo simbólico, o mimo, o ritmo, o xogo dramático e as danzas e bailes.

Finalmente, avaliación do 3º trimestre, e avaliación final.

4.-RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS A TRABALLAR NESTE CURSO

Unidade 1: **Empezamos o cole:** nº de sesións 6

Unidade 2: **Esquema corporal:** nº de sesións 12

Unidade 3: **Lateralidade:** nº de sesións 12

Unidade 4: **Desarrollo sensorial:** nº de sesións 6

- Unidade 5: **Respiración e relaxación:** nº de sesións 6
- Unidade 6: **Equilibrio:** nº de sesións 6
- Unidade 7: **Coordinación óculo-manual:** nº de sesións 9
- Unidade 8: **Coordinación dinámica general:** nº de sesións 12
- Unidade 9: **Expresión corporal:** nº de sesións 9
- Unidade 10: **Xogos populares:** nº de sesións 9
- Unidade 11: **Actividades na natureza:** nº de sesións 9

5.- CRITERIOS DE AVALIACION

- .- Opinar ante as posibles situación conflictivas xurdidas.
- .- Participar en debates aceptando as opinión dos demais.
- .-Buscar e compartir información.
- .- Demostrar un comportamento responsable.
- .- Aceptar e respectar a propia realidade corporal e a dos demais.
- .- Coñecer a estrutura e funcionamento do corpo.
- .- Utilizar os recursos expresivos do corpo e do movemento.
- .- Relacionar conceptos de educación física e os de outras áreas.
- .-Manifestar respecto cara o entorno e o medio natural.

6.- ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

- .- Investiga e reflexiona sobre aspectos da moda e a imaxe corporal.
- .- Explica as características dun xogo practicado na clase.
- .-Boa disposición para solucionar conflitos.
- .-Recoñece condutas inapropiadas na actividade física.
- .-Utiliza novas tecnoloxías para buscar información
- .-Presenta os traballos con orde, estrutura e limpeza.
- .- Expón as súas ideas de forma correcta.
- .-Demuestra autonomía resolvendo problemas motores.
- .- Respecta as normas de educación viaria.
- .- Recolle e organiza o material utilizado nas clases.
- .- Acepta formar parte do grupo que lle corresponde.
- .- Incorpora rutinas ao coidado e hixiene do corpo.
- .- Respecta a diversidade de realidades corporais e de competencia motriz.
- .- Recoñece os dous tipos de respiración.
- .- Mantense en equilibrio sobre distintas bases de sustentación.
- .- Coñece os músculos e articulacións principais.
- .-Colócase á esquerda e dereita dos diferentes obxectos.

- Reacciona ante estímulos visuais, auditivos e táctiles.
- Mantén o equilibrio en diferentes posición e superficies.
- Realiza xogos no entorno natural.
- Representa personaxes e situación utilizando o corpo e o movemento.
- Realiza movementos a partir de estímulos rítmicos.
- Practica bailes e danzas sinxelas.
- Leva a cabo manifestacións artísticas sinxelas.
- Recoñece xogos e deportes tradicionais de Galicia.
- Distingue xogos individuais e colectivos e estratexias de oposición e cooperación.
- Utiliza axeitadamente espazos naturais.
- Utiliza habilidades motrices básicas en situación de xogo.
- Recoñece xogos populares, deportes individuais e colectivos.
- Coñece os efectos beneficiosos da actividade física.
- Percibe diferentes niveis de esforzo.
- Identifica a frecuencia cardíaca en repouso e facendo actividade física.
- Mellora das actividades físicas.
- Busca información para comprender a importancia duns bos hábitos de alimentación.
- Ten en conta a seguridade na práctica da actividade física.
- Iniciación da táctica individual e colectiva en situación motrices habituais.
- Utiliza habilidades motrices básicas en distintos xogos e actividades físicas.
- Recoñece xogos e deportes tradicionais de Galicia.
- Comeza a recoñecer alguna capacidade física básica implicada en xogos e deportes.
- Distingue nos deportes estratexias de cooperación e oposición.
- Coida o medio natural.

7.- INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Como instrumento de avaliación utilizarei fundamentalmente a observación directa, cuxo resultado anotarei diariamente nunha lista de control ou nunha escala de estimación. Tamén se poderán realizar probas orais e/ou escritas, traballos e realización de materiais que garden relación coa área.

8.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

O 55% da nota estará referida aos contidos.

O 45% estará referida á actitude na aula, bo comportamento e interés pola Materia.

9.- METODOLOXÍA

Debido á situación sanitaria que estamos a padecer durante este curso, realizaremos actividades de tipo individual e nas que non sexa moi necesaria a interacción entre o alumnado.

Tamén nas actividades a realizar, procuraremos non ter que utilizar material ou utilizar o menos posible, para así minimizar as posibilidades de contaxio da COVID-19.

Procuraremos reducir o nivel de esforzo, xa que o alumnado está traballando con máscara.

10.- MATERIAIS E RECURSOS

Utilizaremos o menor número de material posible e de utilizar algún desinfectarémolo antes e despois de empregalo.,

11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

A clase de educación física estará adaptada ao ritmo e estilo de aprendizaxe dos alumnos/as. Se se detectasen dificultades de aprendizaxe, tomaranse as medidas oportunas; ben un reforzo educativo ou unha adaptación curricular.

Neste ciclo, polo momento, tódolos alumnos/as seguen o desenvolvemento normal da aula.

12.- COMPETENCIAS TRABALLADAS

A competencia motriz é o que pretendemos conseguir na área de Educación Física. E é fundamental para conseguir as demais capacidades. Especialmente traballaremos:

- .- A competencia social e cívica.
- .- A competencia de aprender a aprender.
- .- O sentido de iniciativa e espírito emprendedor.
- .- A conciencia e expresións culturais e matemáticas.
- .- A competencia científico tecnolóxico.
- .- A competencia en comunicación lingüística e
- .- A competencia dixital.

13.- CRITERIOS DE PROMOCIÓN

Promocionará aquel alumnado que non suspenda 3 materias ou máis e tamén os alumnos/as que non teñan suspensa lingua galega ou lingua castelá e matemáticas

14. ADENDA PARA A ACTIVIDADE LECTIVA NON PRESENCIAL:

De producirse algún tipo de confinamento e ter que realizar a actividade lectiva de xeito non presencial, traballaremos na medida do posible os mesmos contidos cos mesmos obxectivos e competencias en cada un dos trimestres, tal como está temporalizado.

Para isto, neste curso, empregaremos a páxina web do centro.

Propoñeremos actividades suficientes para que traballen durante dúas sesións semanais, tal e como viñan facendo no ensino presencial.

Valoraremos a adquisición dos contidos un 45% e a realización das tarefas, presentación das mesmas no tempo adecuado etc un 55%.

Se fose necesario realizar un ensino mixto, valoraremos un 70% o ensino presencial e un 30% o ensino telemático.

CUARTO CURSO

1.- OBXECTIVOS

No 4º curso de educación primaria e na área de educación física contribuiremos a alcanzar os seguintes obxectivos de etapa:

- a.- Aprender e respectar as normas de convivencia.
- b.- Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo.
- c.- Adquirir hábitos para resolver conflitos.
- d.- Comprender a non discriminación de persoas.
- e.-- Desenvolver un espírito crítico.
- f.- Utilizar diferentes expresións artísticas.
- g.- Valorar a hixiene e a saúde e aceptar o propio corpo.

- h.- Desenvolver as capacidades afectivas.
- i.- Fomentar a educación viaria.
- j.- Valorar a cultura propia de Galicia.

2.- CONTIDOS

BLOQUE 1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

- Valoración da propia realidade corporal e da dos demais.
- Aceptación das regras, normas e estratexias de xogo.
- Utilización de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe.
- Implicación activa en actividades motrices.
- O coidado do corpo. Hábitos de hixiene corporal.
- Normativa básica de circulación.

2.- BLOQUE 2: O CORPO IMAXE E PERCEPCIÓN

- Seguridade e confianza nun mesmo e nas demais persoas.
- Autonomía e autoestima persoal.
- Elementos orgánico funcionais relacionados co movemento.
- A respiración.
- Equilibrio estático e dinámico.
- Organización espazo temporal.

BLOQUE 3: HABILIDADES MOTRICES

- Habilidades motrices básicas.
- Mellora das capacidades físicas básicas.
- Disposición favorable a participar en actividades físicas diversas.

BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS

- O corpo e o movemento como instrumentos de expresión e comunicación.
- Diferentes manifestacións expresivas: mimo, dramatización, baile...
- Adecuación do movemento ás estruturas espacio-temporales.
- Expresión de emocións e sentimentos a través do corpo, o xesto e o movemento.
 - Habilidades motrices básicas nas manifestacións expresivas.

BLOQUE 5: ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

- Exercicio e saúde.
- Alimentación e exercicio físico.
- Actividade física para unha vida saudable.
- A tensión na actividade física e a volta á calma.
- Detección do risco e valoración das propias posibilidades na práctica de actividades físicas.
- Medidas básicas de seguridade e de prevención de accidentes na práctica da actividade física.

BLOQUE 6: OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- Estratexias básicas do xogo: cooperación e oposición.
- Respecto ás persoas que participan no xogo.
- As normas do xogo.
- O xogo e o deporte como realidade sociocultural.
- Habilidades básicas en situacións de xogo.
- Iniciación á orientación deportiva.
- Actividades motrices lúdicas relacionadas coa natureza.
- Coñecemento e coidado do contorno natural.

3.- TEMPORALIZACIÓN

1º trimestre

En setembro, outubro, novembro e decembro: elementos psicomotores básicos: esquema corporal e lateralidade, estruturación espacio-temporal, coordinación e equilibrio.

Tamén faremos a avaliación do 1º trimestre.

2º trimestre

En xaneiro, febreiro e marzo:

- Habilidades básicas: desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.
- Habilidades xenéricas: botes, golpeos, conducións, fintas e interceptacións.
- Avaliación do 2º trimestre.

3º trimestre

En abril, maio e xuño veremos:

- O xogo: - Xogos populares e tradicionais.
 - Xogos alternativos.
 - Xogos na natureza.
- Expresión corporal: - Xogo simbólico
 - Xogo dramático
 - Xogo escénico
 - Mimo
 - Danzas e bailes.
- Avaliación do 3º trimestre.
- Avaliación final.

4.- RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS A TRABALLAR NESTE CICLO

Unidade 1: **esquema corporal e lateralidade:** nº de sesións 15

Unidade 2: **percepción espacio-temporal:** nº de sesións 12

Unidade 3: **coordinación e equilibrio:** nº de sesións 15

Unidade 4: **habilidades básicas:** nº de sesións 15

Unidade 5: **habilidades xenéricas:** nº de sesións 12

Unidade 6: **xogos populares:** nº de sesións 7

Unidade 7: **xogos alternativos e na natureza:** nº de sesións 14

Unidade 8: **expresión corporal:** nº de sesións 12

5.- CRITERIOS DE AVALIACIÓN

- Buscar información atendendo a diferentes fontes.
- Demostrar un comportamento social e responsable.
- Aceptar a propia realidade corporal e a dos demais.
- Coñecer a estrutura e funcionamento do corpo.
- Resolver situación motrices diversas.
- Utilizar recursos expresivos do corpo e o movemento.
- Resolver retos tácticos propios do xogo.
- Coñecer xogos propios de Galicia.
- Manifestar respecto cara ao medio natural.

6.- ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

- Presenta os traballos con orde, estrutura e limpeza.
- Participa activamente na mellora da competencia motriz.
- Demostra autonomía nas tarefas.

- Incorpora as súas rutinas a hixiene e o coidado do corpo.
- Recolle o material utilizado nas clases.
- Acepta formar parte do grupo que lle corresponda.
- Resolve situación de táctica individual e colectiva en situación motrices.
- Usa as habilidades motrices básicas.
- Recoñece e realiza distintos xogos relacionados con Galicia.
- Distingue as diferentes capacidades físicas básicas.
- Distingue en xogos e deportes as estratexias de cooperación e oposición.
- Faise responsable da eliminación de residuos que se xeran nas actividades no medio natural.
- Representa personaxes, situación, ideas e sentimentos.
- Danza individualmente, en parellas imaxinarias....
- Coñece bailes de Galicia e doutras culturas.
- Realiza habilidades motrices básicas.
- Realiza xiros e mantén o equilibrio.
- Realiza actividades físicas no medio natural.
- Colócase á esquerda e dereita de obxectos, persoas e espazos en movemento.
- Realiza a actividade física do salto, mellorando a coordinación
- Respecta as normas de educación viaria.
- Toma de conciencia das esixencias e valoración do esforzó.
- Recoñece os dous tipos de respiración.
- Mantense en equilibrio en diferentes bases de sustentación.
- Coñece os músculos que interveñen nos movementos segmentarios básicos.

7.- INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Como instrumento de avaliación utilizarei fundamentalmente a observación directa, cuxo resultado anotarei diariamente nunha lista de control ou nunha escala de estimación.

Tamén utilizarei probas teóricas trimestralmente. Realización de traballos e/ou creación de materiais relacionados coa área-

8.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

O 55% da nota estará referida aos contidos; o 45% restante á actitude e interés pola materia, presentación da libreta, vestimenta adecuada, etc.

9.- METODOLOXÍA

Procuraremos utilizar diversos métodos de traballo en función das actividades a realizar e do tipo de alumnos cos que temos que traballar. Estes métodos son: descubrimentos guiado, aprendizaxe por descubrimentos, ensinanza recíproca, evitando no posible o mando directo, xa que estes alumnos/as de 2º ciclo de primaria poden traballar autónomamente.

Tamén lles ensinaremos a facer material para a area con cousas de refugallo. Basearémonos no coñecemento vivenciado do alumno, así como no traballo de contidos significativos, partindo sempre da propia realidade do alumno/a.

Debido á situación sanitaria que estamos a padecer durante este curso, realizaremos actividades de tipo individual e nas que non sexa moi necesaria a interacción entre o alumnado.

Tamén nas actividades a realizar, procuraremos non ter que utilizar material ou utilizar o menos posible, para así minimizar as posibilidades de contaxio da COVID-19.

Procuraremos reducir o nivel de esforzo, xa que o alumnado esta traballando con máscara.

10.- MATERIAIS E RECURSOS

Procuraremos utilizar a menor cantidade de material posible, debido á situación sanitaria que estamos a padecer.

Todo o que utilicemos, desinfectarémolo antes e despois de empregalo.

11.- ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

Neste ciclo, non hai alumnos/as con dificultades significativas, nembargantes a clase de educación física estará adaptada ao ritmo e estilo de aprendizaxe dos alumnos. Se se detectasen dificultades de aprendizaxe nalgún alumno/a tomaranse as medidas convintes, ben cun reforzo educativo ou cunha adaptación curricular.

12.- COMPETENCIAS TRABALLADAS

A competencia motriz é o que pretendemos conseguir na área de Educación Física. E é fundamental para conseguir as demais capacidades. Especialmente traballaremos:

- .- A competencia social e cívica.
- .- A competencia de aprender a aprender.
- .- O sentido de iniciativa e espírito emprendedor.
- .- A conciencia e expresións culturais e matemáticas.

- .- A competencia científico tecnolóxico.
- .- A competencia en comunicación lingüística e
- .- A competencia dixital.

13.- CRITERIOS DE PROMOCIÓN

Promocionará aquel alumnado que non suspenda 3 materias ou máis e tamén os alumnos/as que non teñan suspensa lingua galega ou lingua castelá e matemáticas

14.-. ADENDA PARA A ACTIVIDADE LECTIVA NON PRESENCIA L:

De producirse algún tipo de confinamento e ter que realizar a actividade lectiva de xeito non presencial, traballaremos na medida do posible os mesmos contidos cos mesmos obxectivos e competencias en cada un dos trimestres, tal como está temporalizado.

Para isto, neste curso, empregaremos a páxina web do centro.

Propoñeremos actividades suficientes para que traballen durante dúas sesións semanais, tal e como viñan facendo no ensino presencial.

Valoraremos a adquisición dos contidos un 45% e a realización das tarefas, presentación das mesmas no tempo adecuado etc un 55%.

Se fose necesario realizar un ensino mixto, valoraremos un 70% o ensino presencial e un 30% o ensino telemático.

5º CURSO

1.- OBXECTIVOS

No 5º curso de educación primaria e na área de educación física contribuiremos a alcanzar os seguintes obxectivos de etapa:

- a.- Aprender e respectar as normas de convivencia.
- b.- Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo.
- c.- Adquirir hábitos para resolver conflitos.
- d.- Comprender a non discriminación de persoas.
- e.-- Desenvolver un espírito crítico.
- f.- Utilizar diferentes expresións artísticas.
- g.- Valorar a hixiene e a saúde e aceptar o propio corpo.
- h.- Desenvolver as capacidades afectivas.
- i.- Fomentar a educación viaria.
- j.- Valorar a cultura propia de Galicia.

2. CONTIDOS

BLOQUE 1: CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

- .- Aceptar a propia realidade corporal e a dos demais.
- .- Adoptar actitudes favorables cara a resolución pacífica de conflitos.
- .- Confianza nas propias posibilidades para a práctica da actividade física.
- .- Utilización de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe.
- .- Implicación activa en actividades motrices recoñecendo as diferencias individuais.
- .- Uso correcto de materiais e espazos na práctica de actividades físicas.
- .- O coidado do corpo. Hábitos de hixiene corporal.
- .- Coñecemento da normativa básica de circulación.

BLOQUE 2: O CORPO IMAXE E PERCEPCIÓN

- .- Aceptación da imaxe corporal, mostrando unha actitude crítica cara ao modelo estético-corporal vixente.
- .- Seguridade e confianza nun mesmo e nos demais.
- .- Autonomía, autoestima expectativas realistas de éxito.

BLOQUE 3: HABILIDADES MOTRICES

- .- Execución de habilidades motrices con eficiencia e creatividade.
- .- Realización combinada de desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.
- .- Toma de decisión no medio natural con eficiencia e autonomía.
- .- Valoración do esforzo e do traballo ben executado.
- .- Aceptación das propias posibilidades e limitacións.

BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS

- .- O corpo e o movemente. A linguaxe corporal.
- .- Expresión e comunicación de sentimentos e emocións individuais e compartidas.
- .- Execución de bailes e danzas do folclore popular galego.
- .- Elaboración de bailes, coreografías ou montaxes expresivas.
- .- Desenvolvemento das habilidades motrices básicas.

BLOQUE 5: ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

- .- Autonomía e hixiene corporal. Bos hábitos posturais, alimentarios etc.
- .- Recoñecemento dos beneficios da actividade física na saúde integral.
- .- Valoración do xogo e o deporte como alternativas aos hábitos nocivos para a saúde.
- .- Adquisición de hábitos de quecemento, dosificación do esforzó e recuperación.
- .- Mellora da condición física orientada á saúde.

BLOQUE 6: OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- .- Cooperación e oposición nos xogos.
- .- O xogo e o deporte como fenómenos sociais e culturais.
- .- Xogos e deportes tradicionais de Galicia.
- .- Xogos predeportivos e predeportes.
- .- Estratexias básicas dos xogos: cooperación e oposición.
- .- Iniciación ao deporte de orientación
- .- Práctica responsable de actividades lúdicas e deportivas.
- .- Coñecemento, goce, coidado e valoración da natureza.

3.- TEMPORALIZACIÓN

1º trimestre

En setembro, outubro, novembro e decembro traballaremos os seguintes aspectos:

- Avaliación inicial.
- Condición física: resistencia, velocidade, forza, flexibilidade.
- Elementos psicomotores básicos: estruturación espacio-temporal, coordinación e equilibrio.
- Habilidades básicas: desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.
- Avaliación 3º trimestre.

2º trimestre

En xaneiro, febreiro e marzo trataremos:

- O xogo: - Xogos tradicionais e populares.
 - Xogos na natureza.
- Habilidades xenéricas: Predeportes:
 - Fútbol
 - Baloncesto
 - Balonmano
 - Volei
- Avaliación 2º trimestre.

3º trimestre

En abril, maio e xuño:

- Habilidades xenéricas: Deportes alternativos.
- Expresión corporal:
 - Xogo simbólico
 - Xogo dramático
 - Xogo escénico
 - Mimo
 - Danzas e bailes
- Avaliación 3º trimestre
- Avaliación final.

4.- RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS A TRABALLAR NESTE CICLO

Unidade 1: **Condición física:** nº de sesións 12

Unidade 2: **Elementos psicomotores básicos:** nº de sesións: 15

Unidade 3: **Habilidades básicas:** nº de sesións 9
Unidade 4: **O xogo:** nº de sesións 12
Unidade 5: **Habilidades xenéricas:** nº de sesións 15
Unidade 6: **Deportes alternativos:** nº de sesións 21
Unidade 7: **Expresión corporal:** nº de sesións 12

5.- CRITERIOS DE AVALIACION

- .- Opinar coherentemente e con actitude crítica ante posibles situación conflictivas.
- .- Elaborar información utilizando novas tecnoloxías.
- .- Demostrar un comportamento social responsable.
- .- Aceptar a propia realidade corporal.
- .- Resolver situación motrices en diversas situación espacio temporales.
- .- Utilizar os recursos expresivos do corpo de forma estética.
- .- Relacionar os conceptos de educación física coa práctica de actividades artísticas.
- .- Recoñecer os efectos da educación física na saúde.
- .- Mellorar as capacidades físicas regulando e dosificando o esforzó.
- .- Resolver retos tácticos no xogo.+
- .- Poñer en práctica xogos tradicionais de Galicia.
- .- Manifestar respecto cara ao contorno e o medio natural.

6. ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

- .- Adopta unha actitude crítica cara as modas e os modelos publicitarios.
- .- Explica as características do xogo.
- .- Mostra boa disposición para solucionar conflitos.
- .- Recoñece as conductas inapropiadas na educación física.
- .- Demostra un nivel de autoconfianza acorde as súas posibilidades.
- .- Utiliza as novas tecnoloxías para acadar información.
- .- Presenta os seus traballos con orde e estrutura.
- .- Interés por mellorar a competencia motriz.
- .- Autonomía e confianza ante diversas situación.
- .- Incorpora nas súas rutinas a hixiene corporal.
- .- Organiza o material utilizado nas clases.
- .- Acepta formar parte do grupo que lle corresponde.
- .- Recoñece as normas de educación viaria.
- .- Toma de conciencia das esixencias e valoración do esforzó.
- .- Realiza diferentes desprazamentos adaptándoos a diferentes contornos.
- .- Realiza a habilidade motriz do salto.
- .- Realiza lanzamentos, recepcións, golpes....
- .- Efectúa xiros en diferentes tipos de entornos.
- .- Mantén o equilibrio en diferentes posicións e superficies.
- .- Realiza actividades físicas e xogos no medio natural.

- .- Representa personaxes, ideas, sensacións.
- .- Coñece bailes e danzas da cultura galega.
- .- Realiza actividades expresivas.
- .- Interese por mellorar as capacidades físicas básicas.
- .- Realiza hábitos de alimentación coa actividade física.
- .- Recoñece os efectos da actividade física para mellorar a saúde.
- .- Adopta correctos hábitos posturais.
- .- Realiza quecementos de forma autónoma e automática.
- .- Relaciona a frecuencia cardíaca e respiratoria coa intensidade do esforzó.
- .- Explica as lesións e enfermidades deportivas máis común.
- .- Táctica individual e colectiva nos deportes e xogos.
- .- Realiza combinacións de habilidades motrices básicas.
- .- Diferenza entre xogos populares, deportes colectivos,individuais e actividades na natureza.
- .- Recoñece a importancia das capacidades físicas para mellorar as capacidades motrices.
- .- Distingue estratexias de cooperación oposición.
- .- Responsabilízase dos residuos no medio natural.
- .- Utiliza os espazos naturais respectando a flora e a fauna do lugar.

7.- INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Como instrumento de avaliación utilizarei fundamentalmente a observación directa, cuxo resultado anotarei diariamente nunha lista de control ou nunha escala de estimación.

Tamén utilizarei probas teóricas trimestralmente. Realización de traballos e /ou materiais relacionados coa área.

8.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

O 55% da nota estará constituída polos contidos, o 45% restante estará formada pola actitude, comportamento, interés pola materia, presentación de traballos, libreta...etc.

9.- METODOLOXÍA

Procuraremos utilizar diversos métodos de traballo en función das actividades a realizar e do tipo de alumnos cos que temos que traballar. Estes métodos son: descubrimentos guiado, aprendizaxe por descubrimentos, ensinanza recíproca, evitando no posible o mando directo, xa que estos alumnos/as de 3º ciclo de primaria poden traballar autónomamente.

Tamén lles ensinaremos a facer material para a área con cousas de refugallo.

Basearémonos no coñecemento vivenciado do alumno, así como no traballo de contidos significativos, partindo sempre da propia realidade do alumno/a.

Debido á situación sanitaria que estamos a padecer durante este curso, realizaremos actividades de tipo individual e nas que non sexa moi necesaria a interacción entre o alumnado.

Tamén nas actividades a realizar, procuraremos non ter que utilizar material ou utilizar o menos posible, para así minimizar as posibilidades de contaxio da COVID-19.

Procuraremos reducir o nivel de esforzo, xa que o alumnado está traballando con máscara.

10.- MATERIAIS E RECURSOS

Utilizaremos a menor cantidade de material posible, debido a situación sanitaria que estamos vivindo.

11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

A clase de Educación Física estará adaptada ao ritmo e estilo de aprendizaxe dos alumnos/as.

De todas formas, se se detectasen dificultades de aprendizaxe nalgún alumno ou alumna, tomaranse as medidas pertinentes, ben cun reforzo educativo ou cunha adaptación curricular.

12.- COMPETENCIAS TRABALLADAS

A competencia motriz é o que pretendemos conseguir na área de Educación Física. É fundamental para conseguir as demais capacidades. Especialmente traballaremos:

- .- A competencia social e cívica.
- .- A competencia de aprender a aprender.
- .- O sentido de iniciativa e espírito emprendedor.
- .- A conciencia e expresións culturais e matemáticas.
- .- A competencia científico tecnolóxico.
- .- A competencia en comunicación lingüística e
- .- A competencia dixital.

13.- CRITERIOS DE PROMOCIÓN

Promocionará aquel alumnado que non suspenda 3 materias ou máis e tamén os alumnos/as que non teñan suspensa lingua galega ou lingua castelá e matemáticas

14. ADENDA PARA A ACTIVIDADE LECTIVA NON PRESENCIAL:

De producirse algún tipo de confinamento e ter que realizar a actividade lectiva de xeito non presencial, traballaremos na medida do posible os mesmos contidos cos mesmos obxectivos e competencias en cada un dos trimestres, tal como está temporalizado.

Para isto, neste curso, empregaremos a páxina web do centro.

Propoñeremos actividades suficientes para que traballen durante dúas sesións semanais, tal e como viñan facendo no ensino presencial.

Valoraremos a adquisición dos contidos un 45% e a realización das tarefas, presentación das mesmas no tempo adecuado etc un 55%.

Se fose necesario realizar un ensino mixto, valoraremos un 70% o ensino presencial e un 30% o ensino telemático.

6º CURSO

No 6º curso de educación primaria e na área de educación física contribuiremos a alcanzar os seguintes obxectivos de etapa:

- a.- Aprender e respectar as normas de convivencia.
- b.- Desenvolver hábitos de traballo individual e de equipo.
- c.- Adquirir hábitos para resolver conflitos.
- d.- Comprender a non discriminación de persoas.
- e.-- Desenvolver un espírito crítico.
- f.- Utilizar diferentes expresións artísticas.
- g.- Valorar a hixiene e a saúde e aceptar o propio corpo.
- h.- Desenvolver as capacidades afectivas.
- i.- Fomentar a educación viaria.
- j.- Valorar a cultura propia de Galicia

BLOQUE 1: CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA

- Aceptación da propia realidade corporal e da dos demais.
- Adopción de actitudes de colaboración, tolerancia...

- Confianza nas propias capacidades.
- Respecto e valoración dun mesmo e dos compañeiros.
- Utilización de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe.
- Implicación activa en actividades motrices diversas.
- Uso correcto de materiais e espazos para a práctica da educación física.
- O coidado do corpo. Hábitos de hixiene corporal.
- Coñecemento da normativa básica de circulación.

BLOQUE 2: O CORPO IMAXE E PERCEPCIÓN

- Seguridade e confianza nun mesmo e nos demais.
- Autonomía persoal e autoestima.
- Execución de habilidades con eficiencia, seguridade e creatividade.

BLOQUE 3: HABILIDADES MOTRICES

- Realización combinada de desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.
- Toma de decisións con seguridade e autonomía.
- Mel lora das capacidades físicas básicas.
- Valoración do esforzo e do traballo ben executado.
- Disposición favorable a participar en actividades físicas diversas.

BLOQUE 4: ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS

- O corpo e o movemento.
- Recoñecemento das diferentes zonas corporais implicadas no movemento.
- Expresión e comunicación de sentimentos, emocións...
- Execución de bailes e danzas do folclore popular galego.
- Desenvolvemento das habilidades físicas básicas ao participar en actividades expresivas.
- Montaxe e posta en práctica de coreografías diversas.

BLOQUE 5: ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

- Hixiene corporal e hábitos posturais.
- Recoñecemento dos beneficios da actividade física na saúde.
- Valoración do xogo e do deporte como alternativa aos hábitos nocivos de saúde.
- Adquisición de hábitos de quecemento, dosificación do esforzo e recuperación.
- Aplicación de medidas básicas de prevención.

BLOQUE 6: OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- Estratexias básicas dos xogos: cooperación e oposición.
- Aceptación e respecto ás normas e regras dos xogos.
- O xogo e o deporte como fenómenos sociais e culturais.
- Coñecemento, práctica e valoración dos xogos tradicionais.
- Iniciación ao deporte de orientación.

- Toma de contacto do compás nos deportes de orientación.
- Coñecemento, goce, coidado e valoración da natureza.

3.- TEMPORALIZACIÓN

1º trimestre

En setembro, outubro, novembro e decembro traballaremos os seguintes aspectos:

- Avaliación inicial.
- Condición física: resistencia, velocidade, forza, flexibilidade.
- Elementos psicomotores básicos: estruturación espacio-temporal, coordinación e equilibrio.
- Habilidades básicas: desprazamentos, saltos, xiros, lanzamentos e recepcións.
- Avaliación 3º trimestre.

2º trimestre

En xaneiro, febreiro e marzo trataremos:

- O xogo: - Xogos tradicionais e populares.
 - Xogos na natureza.
- Habilidades xenéricas: Predeportes:
 - Fútbol
 - Baloncesto
 - Balonmano
 - Volei
- Avaliación 2º trimestre.

3º trimestre

En abril, maio e xuño:

- Habilidades xenéricas: Deportes alternativos.
- Expresión corporal:
 - Xogo simbólico
 - Xogo dramático
 - Xogo escénico
 - Mimo
 - Danzas e bailes
- Avaliación 3º trimestre

- Avaliación final.

4.- RELACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS A TRABALLAR NESTE CURSO

Unidade 1: **Condición física:** nº de sesións 12

Unidade 2: **Elementos psicomotores básicos:** nº de sesións: 15

Unidade 3: **Habilidades básicas:** nº de sesións 9

Unidade 4: **O xogo:** nº de sesións 12

Unidade 5: **Habilidades xenéricas:** nº de sesións 15

Unidade 6: **Deportes alternativos:** nº de sesións 21

Unidade 7: **Exposición corporal:** nº de sesións 12

5.- CRITERIOS DE AVALIACIÓN

- Opinar coherentemente con actitude crítica.
- Demostrar un comportamento persoal e social responsable.
- Valorar e aceptar a propia realidade corporal.
- Resolver situacións motrices con diversidade de estímulos.
- Utilizar os recursos expresivos do corpo e do movemento.
- Relacionar conceptos específicos da educación física coas actividades expresivas.
- Recoñecer os efectos do exercicio físico, a hixiene, hábitos posturais etc.
- Mellorar o nivel das capacidades físicas básicas.
- Valorar as medidas de seguridade na práctica de actividades físicas.
- Resolver retos tácticos propios do xogo e da actividade física.
- Practicar as actividades físicas propias de Galicia.
- Respetar o contorno e o medio natural.

6.- ESTÁNDARES DE APRENDIZAXE

- Adopta actitude crítica ante a imaxe corporal.
- Recoñece condutas inapropiadas.
- Demuestra un nivel de autoconfianza axeitada.
- Utiliza as novas tecnoloxías.
- Presenta os traballos axeitadamente.
- Respecta as normas de educación viaria.
- Valora o esforzo.
- Adapta os desprazamentos a diferentes prácticas físico-deportivas.
- Realiza distintas habilidades motrices básicas.
- Mantén o equilibrio en diferentes posicións.
- Realiza xogos no medio natural.

- Representa personaxes, situacións, ideas, sentimentos.
- Realiza danzas propias da cultura galega.
- Realiza actividades para mellorar a expresión corporal.
- Interésase por mellorar as capacidades físicas.
- Relaciona os principais hábitos alimentarios coa actividade física.
- Adopta correctos hábitos posturais.
- Identifica a súa frecuencia cardíaca e respiratoria.
- Recoñece as lesións e enfermidades deportivas.
- Resolve situación de táctica individual e colectiva.
- Distingue deportes populares, colectivos, individuais e actividades na natureza.
- Recoñece a importancia dos xogos tradicionais de Galicia.
- Faise responsable da eliminación de residuos xerados no medio natural.

7.- INSTRUMENTOS DE AVALIACIÓN

Como instrumento de avaliación utilizarei fundamentalmente a observación directa, cuxo resultado anotarei diariamente nunha lista de control ou nunha escala de estimación.

Tamén utilizarei probas teóricas trimestralmente. Traballos e/ou realización de materiais, relacionados coa área.

8.- CRITERIOS DE CUALIFICACIÓN

O 55% da nota estará constituída polos contidos, o 45% estará formada pola actitude, comportamento, interés pola materia, presentación de traballos, libreta...etc.

9.- METODOLOXÍA

Procuraremos utilizar diversos métodos de traballo en función das actividades a realizar e do tipo de alumnos cos que temos que traballar. Estes métodos son: descubrimentos guiado, aprendizaxe por descubrimentos, ensinanza recíproca, evitando no posible o mando directo, xa que estes alumnos/as de 3º ciclo de primaria poden traballar autónomamente.

Tamén lles ensinaremos a facer material para a area con cousas de refugallo.

Basearémonos no coñecemento vivenciado do alumno, así como no traballo de contidos significativos, partindo sempre da propia realidade do alumno/a.

Debido á situación sanitaria que estamos a padecer durante este curso, realizaremos actividades de tipo individual e nas que non sexa moi necesaria a interacción entre o alumnado.

Tamén nas actividades a realizar, procuraremos non ter que utilizar material ou utilizar o menos posible, para así minimizar as posibilidades de contaxio da COVID-19.

Procuraremos reducir o nivel de esforzo, xa que o alumnado esta traballando con máscara.

10.- MATERIAIS E RECURSOS

Debido á situación sanitaria que estamos a padecer, utilizaremos a menor cantidade de material posible.

O material que se utilice, será desinfectado antes e despois de empregalo.

11.- MEDIDAS DE ATENCIÓN Á DIVERSIDADE

A clase de Educación Física estará adaptada ao ritmo e estilo de aprendizaxe dos alumnos/as.

De todas formas, se se detectasen dificultades de aprendizaxe nalgún alumno ou alumna, tomaranse as medidas pertinentes, ben cun reforzo educativo ou cunha adaptación curricular.

12. COMPETENCIAS TRABALLADAS

A competencia motriz é o que pretendemos conseguir na área de Educación Física. E é fundamental para conseguir as demais capacidades. Especialmente traballaremos:

- .- A competencia social e cívica.
- .- A competencia de aprender a aprender.
- .- O sentido de iniciativa e espírito emprendedor.
- .- A conciencia e expresións culturais e matemáticas.
- .- A competencia científico tecnolóxico.
- .- A competencia en comunicación lingüística e
- .- A competencia dixital.

13.- CRITERIOS DE PROMOCION

Promocionará aquel alumnado que non suspenda 3 materias ou máis e tamén os alumnos/as que non teñan suspensas lingua galega e matemáticas ou lingua castelá e matemáticas.

14.- ADENDA PARA A ACTIVIDADE LECTIVA NON PRESENCIAL:

De producirse algún tipo de confinamento e ter que realizar a actividade lectiva de xeito non presencial, traballaremos na medida do posible os mesmos contidos cos mesmos obxectivos e competencias en cada un dos trimestres, tal como está temporalizado.

Para isto, neste curso, empregaremos a páxina web do centro.

Propoñeremos actividades suficientes para que traballen durante dúas sesións semanais, tal e como viñan facendo no ensino presencial.

Valoraremos a adquisición dos contidos un 45% e a realización das tarefas, presentación das mesmas no tempo adecuado etc un 55%.

Se fose necesario realizar un ensino mixto, valoraremos un 70% o ensino presencial e un 30% o ensino telemático.

AVALIACIÓN EN TODOS OS CURSOS

Avaliación Inicial: Levarase a cabo unha avaliación inicial para coñecer o punto de partida desta área nos diferentes cursos.

Avaliación da práctica docente: Servirá para:

- Axustar a práctica docente ás peculiaridades de cada grupo.
- Detectar as dificultades que poidan xurdir ao longo de cada curso e aportar unha resposta.
- Manter unha comunicación periódica co equipo docente.
- Modificar a programación, engadindo os cambios precisos para mellorar o proceso de ensino-aprendizaxe.

AVALIACIÓN DA PROPIA PROGRAMACIÓN

A programación didáctica, igual que toda a práctica educativa, deberá ser avaliada, unha vez rematado o curso escolar.

Veremos si se teñen en conta os seguintes aspectos:

- Si se emprega a metodoloxía axeitada.
- Si se utilizan os recursos materiais adecuados en cada momento.
- Si se fomenta a coordinación entre o profesorado que imparte clase ao grupo.
- Si se secuencian axeitadamente os contidos.
- Si se empregan sistematicamente os procedementos e instrumentos de avaliación.
- Si se leva a cabo un intercambio de información entre familias e profesorado.

RÚBRICA PARA AVALIAR A ACTITUDE NA AULA

Participación: Se participa con interés e aporta ideas 1,5 puntos; se participa e mostra interés pola materia só ás veces: 1 puntos. Se non participa activamente nin mostra interés pola area: 0 puntos.

Cumprimento das normas: Cumpre sempre as normas da clase 1,5 puntos, se só o fai ás veces 1 punto, se nunca cumpre as normas 0 puntos.

Realización das tarefas: Se realiza as tarefas sempre, procurando que sexan o máis perfectas posible: 1,5 puntos. Se realiza as tarefas ás veces, sen mostrar interés pola perfección na execución: 1 punto. Se a maioría das veces non realiza as tarefas propostas: 0 puntos.