

UNIDAD DIDÁCTICA Nº1

EDUCACIÓN FÍSICA

TÍTULO: MÁS RÁPIDO, MÁS ALTO, MÁS FUERTE

PROFESOR:

ETAPA: ED PRIMARIA

CICLO: TERCERO

CURSO: 5º

CURSO ESCOLAR: 2023-2024

TEMPORALIZACIÓN: SEPTIEMBRE-OCTUBRE

UDI: MÁS RÁPIDO, MÁS ALTO, MÁS FUERTE

JUSTIFICACIÓN:

Empezamos trabajando el aparato locomotor. En este sentido, uno de los objetivos a conseguir es enseñar la relación entre el cuerpo humano y la actividad física. En segundo lugar, planteamos la importancia de la actitud, de la constancia y del esfuerzo en la práctica de cualquier actividad deportiva, teniendo en cuenta si son nuevas acciones o en situaciones de complejidad creciente. En tercer lugar, trabajamos la expresión corporal, el lenguaje no verbal, los gestos que se utilizan en muchas actividades deportivas. En cuarto lugar, explicamos dos de las cuatro capacidades básicas, la resistencia y la velocidad, qué son, qué factores influyen en su desarrollo y cómo están interrelacionadas. Por último, tratamos la importancia de las reglas a la hora de practicar un juego o un deporte, recalcando una de las grandes diferencias entre juegos y deportes: la modificación o no de las reglas de un juego previamente fijadas. En paralelo a las actividades propuestas en esta unidad, se plantea un reto que permite aunar todo lo aprendido de una manera globalizada.

Ante la posibilidad de que se produzcan determinados momentos de docencia no presencial, se hace imprescindible establecer una serie de adaptaciones en el marco de la organización del currículo, la metodología didáctica, la evaluación y unificar criterios dentro de la autonomía organizativa y pedagógica de los centros docentes y su profesorado, con el objetivo de garantizar la continuidad de los procesos de enseñanza–aprendizaje para que la formación académica del alumnado no se vea afectada.

En las UD's se señalará (marcando en negrita) la priorización de contenidos y los criterios de evaluación que se consideran imprescindibles, las actividades que se proponen, las adaptaciones metodológicas y las estrategias e instrumentos de evaluación.

Se propondrán actividades abiertas, lúdicas y creativas, a través de plataformas virtuales como SÉNECA/PASEN y MOODLE Centros, que facilitan la comunicación y la interacción entre el profesorado y el alumnado. Se diseñarán tareas interdisciplinares que implicarán un conocimiento global y el desarrollo integral del alumnado.

Se pondrá en práctica una metodología activa centrada en el alumnado y que favorezca el aprendizaje autónomo.

Se utilizarán diferentes estrategias de evaluación (exposiciones orales por videoconferencia, cuestionarios online, actividades escritas, etc.). La evaluación guardará una relación directa con la naturaleza y el enfoque de los contenidos, así como con los métodos pedagógicos utilizados y servirá tanto para la docencia presencial como para la no presencial.

Perfil de salida				
descriptores operativos	Competencias específicas	Criterios de evaluación	Saberes básicos	Evaluación
STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3, CD1, CD2, CD3.	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	1.1.a. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	EF.03.A.1. Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo. EF.03.A.2. Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.	Rúbricas
		1.2.a. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices,	EF.03.B.3. Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas. EF.03.B.5. Prevención de accidentes en	

		lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás.	
		1.3.a. Ejecutar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva, identificando los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.	EF.03.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás. EF.03.B.6. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Posición lateral de seguridad. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer). EF.03.F.3. Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación.	

		1.4.a. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	EF.03.A.3. Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. EF.03.D.4. Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de género, capacidad o competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista: abuso sexual o cualquier forma de violencia).	
STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CD1, CD2, CD3.	2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivomotrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria	2.1.a. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.	EF.03.B.1. Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción. EF.03.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado. Utilización de recursos digitales. EF.03.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en	Rúbricas

			situaciones motrices colectivas.	
		2.2.a. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	EF.03.B.1. Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción. EF.03.C.1. Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en	

			situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. EF.03.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.	
		2.3.a. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	EF.03.C.1. Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. EF.03.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal;	

			equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente o superficies inestables. Estructuración espacial (percepción de objetos, de distancias, orientación, percepción e interceptación de trayectorias, agrupamiento-dispersión y transposición). Estructuración temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (percepción de duraciones, de velocidad, de intervalos, de estructuras, de ritmos y de ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles). EF.03.C.3. Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad). EF.03.C.4. Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físicodeportivas: aspectos principales. EF.03.C.5. Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Apoyo en recursos digitales.	
--	--	--	---	--

CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.	3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	3.1.a. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	EF.03.D.1. Gestión emocional: ansiedad y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.	Rúbricas
		3.2.a. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	EF.03.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. EF.03.D.3. Concepto de fairplay o «juego limpio». EF.03.E.5. Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.	
		3.3.a. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.	EF.03.A.2. Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz. EF.03.A.3. Salud mental: consolidación y ajuste	

			realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. EF.03.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas EF.03.D.4. Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de género, capacidad o competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista: abuso sexual o cualquier forma de violencia).	
--	--	--	---	--

ACTIVIDADES/EJERCICIOS/TAREAS

Punto de partida

Niños y niñas utilizan las nuevas tecnologías para obtener información sobre los Juegos Olímpicos modernos. «Los aros olímpicos representan la unión de los cinco continentes y el encuentro de atletas de todo el mundo».

Cómo es mi cuerpo

Las actividades planteadas en esta doble página permiten al alumnado aplicar sus conocimientos sobre el aparato locomotor estudiados en Ciencias de la Naturaleza para describir la implicación de huesos, articulaciones y músculos en las diferentes actividades físico-deportivas. En «Zona de juego» se proponen «Las marionetas» y «En busca del cuerpo perdido» para que el alumnado compruebe de forma lúdica sus conocimientos sobre el cuerpo humano.

La actitud en clase

Las actividades de esta página permiten valorar la importancia de mantener una actitud positiva a la hora de aprender y mejorar las habilidades motrices básicas. El objetivo del juego «En busca del cuerpo perdido» es que los alumnos y las alumnas trabajen en equipo las habilidades motrices básicas.

La expresión gestual

Estas actividades permiten al alumnado reconocer y describir diferentes recursos expresivos del cuerpo relacionados con el deporte. El juego «Gesto disparatado» permite trabajar la comunicación no verbal.

La resistencia y la velocidad

Mediante las actividades propuestas el alumnado aprenderá a identificar la resistencia y la velocidad, dos de las capacidades físicas básicas, en diferentes actividades físico-deportivas, y su relación con las habilidades motrices. Del mismo modo, se persigue que el alumnado establezca las conexiones existentes entre estas capacidades y la frecuencia cardíaca. El juego «Tres en raya del siglo XXI» permite al alumnado aprender de forma lúdica a controlar el cuerpo a la vez que se entiende la importancia del desarrollo de las capacidades físicas básicas para la mejora de las habilidades motrices.

Los tipos de juegos y deportes

Mediante las actividades propuestas y el juego «El pichi» los alumnos y las alumnas aprenderán a distinguir estrategias de cooperación y de oposición en juegos y deportes, tanto individuales como colectivos, entendiendo y aceptando las normas y las reglas establecidas en cada uno de ellos.

OTROS ELEMENTOS UNIDAD DIDÁCTICA				
MODELOS METODOLÓGICOS	PROCESOS COGNITIVOS	RECURSOS	AGRUPAMIENTOS	ESCENARIOS
☒ Modelo discursivo/expositivo. ☐ Modelo experiencial. ☒ Enseñanza directa. ☒ Aprendizaje cooperativo ☒ Trabajo individual. ☐ Trabajo por tareas. ☒ Otros.	☒ Reflexión ☐ Argumentación ☐ Exposición ☒ Actividad y experimentación ☒ Participación ☒ Establecimiento de relaciones. ☐ Funcionalidad. ☐ Creatividad ☐ Interacción. ☐ Significatividad. ☐ Aplicación a otros contextos ☐ Emisión de juicios críticos ☒ Otros.	☐ Recursos literarios (cuentos, libros de poesía, revistas, periódicos...) ☒ Material de Ed. Física ☐ Ordenador/PDI ☐ Recursos multimedia (vídeos, juegos multimedia, libro digital,...) ☐ Internet ☐ Recursos personales extras ☐ Otros.	☒ Tareas individuales. ☒ Agrupamiento flexible. ☒ Parejas. ☒ Pequeño grupo. ☒ Gran grupo. ☒ Grupo interclase. ☒ Otros.	☒ Aula ☒ Gimnasio ☒ Patio ☒ Zona techada del colegio ☐ Aulas de otros cursos ☒ Pistapolideportiva ☐ Barrio ☐ Otros dentro del centro. ☐ Otros fuera del centro

VALORACIÓN DE LO APRENDIDO (RÚBRICA)

Competencia específica (Educación física)					
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.					
STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3, CD1, CD2, CD3.					
	Indicadores de logro				
Criterios de evaluación	Sobresaliente	Notable	Bien	Suficiente	Insuficiente
1.1.a. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	Identifica los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas. En si mismo y en los demás.	Identifica los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	Identifica los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria.	Identifica los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva.	No identifica los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.

1.2.a. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	Implementa los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	Implementa los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas.	Implementa tres de los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas,	Implementa alguno de los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas.	No implementa los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.
1.3.a. Ejecutar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva, identificando los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.	Ejecuta siempre las medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva, identificando los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos. Influyendo en el resto de compañeros.	Ejecuta las medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva, identificando los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.	Ejecuta las medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva, identificando los contextos de riesgo.	Ejecuta alguna de las medidas de seguridad de antes, de durante y de después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva.	Nunca ejecuta medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva, identificando los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.

1.4.a. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	Reconoce conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción en sí mismo y los demás.	Reconoce conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	Reconoce conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género.	Reconoce a veces conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia.	Nunca reconoce conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia.
---	---	---	---	--	--

Competencia específica					
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivomotrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CD1, CD2, CD3.					
	Indicadores de logro				
Criterios de evaluación	Sobresaliente	Notable	Bien	Suficiente	Insuficiente
2.1.a. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.	Participa en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido	Participa en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad.	Participa en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso.	Participa en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo.	No Participa en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido

2.2.a. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	Vivencia principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación. Reconociendo sus limitaciones y buscando ayuda en el proceso de construcción de conocimiento.	Vivencia principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	Vivencia principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición.	Vivencia principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación.	No vivencia principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.
--	--	--	--	--	---

2.3.a. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	Adquiere un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	Adquiere un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices.	Adquiere un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa.	Adquiere un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad.	No adquiere un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.
---	--	---	--	---	---

Competencia específica					
3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.					
Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.					
	Indicadores de logro				
Criterios de evaluación	Sobresaliente	Notable	Bien	Suficiente	Insuficiente
3.1.a. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	Participa en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales. Rechazando prejuicios y estereotipos, y oponiéndose a cualquier forma de discriminación o violencia.	Participa en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	Participa en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas a veces de manera adecuada ante sus iguales.	Participa en actividades de carácter motor, autorregulando casi siempre su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas.	No participa en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.

3.2.a. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad. Rechazando prejuicios y estereotipos, y oponiéndose a cualquier forma de discriminación o violencia.	Siempre respeta las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	Respetar casi siempre las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	Respetar casi siempre las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio.	No respeta las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.
3.3.a. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.	Pone en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.	Pone en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.	Pone en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad.	Pone en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos.	Pone en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.

RECURSOS PARA LA EVALUACIÓN	PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN	SISTEMA DE CALIFICACIÓN
	• Tests Motores. • Pruebas de Ejecución: - Circuito Técnico. - Listado progresivo de tareas técnicas. • Técnicas Sociométricas: - El Sociograma. - El Ludograma. - Muestreo de tiempo. - Registro de intervalos. . Otros	• Observación Directa. Procedimientos de apreciación: - Registro de Anécdotas. • Observación Indirecta. Procedimientos de apreciación: - Listas de Control. - Escalas de puntuación-clasificación • Entrevistas. • Cuestionarios. • Propuestas de trabajo escritas y gráficas: - Trabajos Monográficos. - Comentarios críticos de textos físicodeportivos. - Elaboración de Mapas Conceptuales. • Observación Indirecta. Procedimientos de verificación: - Registro de acontecimientos. - Cronometraje.	Rúbrica para evaluar el desempeño motriz. Rúbrica para evaluar las habilidades motrices básicas. Registro de observación de la competencia motriz. Registro de observación de la expresión corporal. Registro de observación del gusto y la apreciación por la asignatura.

ENSEÑANZA INDIVIDUALIZADA	MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
	A) Modificaciones no significativas a los elementos de la programación. A.1) Alumnos que presentan un problema de tipo médico que les incapacita temporalmente para la práctica de ejercicio físico. Se estudiarán caso por caso según la información del certificado médico y la del propio alumno. Entre los más comunes se encuentran: * Problemas asmáticos o alérgicos. La adaptación curricular será en relación con el trabajo de resistencia, trabajando con ejercicios moderados sin pedirles una exigencia máxima. * Problemas de columna vertebral. En general, se les evitarán los ejercicios de carga, algunos ejercicios de gimnasia artística y aquellos otros que especifique el médico. A.2) Alumnos que presentan mayores dificultades que el resto de los compañeros, para acceder a los aprendizajes que se determinan en el currículo. Se tomarán medidas individualizadas, tales como: - Dejar más tiempo para realizar la tarea, - Distinta organización y secuenciación de contenidos, - Priorizar contenidos, eliminando los menos básicos, - Empleo de metodología o materiales variados. B) Modificaciones significativas a los elementos de la programación. B.1) Alumnos que presentan un problema de tipo médico que les incapacita totalmente para la práctica de ejercicio físico: - Asistirán a clase, realizarán la parte conceptual de la asignatura, llevarán el diario de clase, harán trabajos relacionados con la asignatura, colaborarán estrechamente en la organización de las clases y el material y arbitrarán en los deportes colectivos.

	B.2) Alumnos de integración: - Se estudiará cada caso junto con el Departamento de Orientación, realizando una adaptación curricular significativa, ampliando los criterios de ayuda en función de sus necesidades específicas. C) Debido a la situación que nos ha tocado vivir en caso de confinamiento se propondrán: Retos: Para motivar a la práctica e ideales para poner en práctica dentro de programaciones gamificada. Juegos activos: Adaptados a la era COVID, que permitirá sesiones divertidas. ¡Ponte en forma!: actividades para mejorar la condición física, ejercicio físico, yoga, danza,... Pruebas de Condición Física para tiempos de COVID: Permitirá conocer el estado del alumnado y podrán comprobar sus mejoras tras el curso. Aprendizaje Activo: Evidencia científica respalda que un aprendizaje activo es más eficaz que el basado en métodos tradicionales, aquí presentamos algunas dinámicas. Actividades manipulativas y motricidad fina: Ideales para lxs más peques de la casa. Cuentos motores: Aventuras para lxs más peques. Actividades Activas Genially: Las TICs muy presentes en tiempos de COVID, nos ayudarán a llevar el movimiento a todos los hogares.
--	---

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS	PROGRAMA ART DIVERSIA: TEATRO FORO
CONTENIDOS TRANSVERSALES	• La adquisición de hábitos de vida saludable que favorezcan un adecuado bienestar físico, mental y social. • La igualdad efectiva entre hombres y mujeres, la prevención de la violencia de género y la no discriminación por cualquier condición personal o social. • La toma de conciencia sobre temas y problemas que afectan a todas las personas en un mundo globalizado, entre los que se considerará la salud. • El análisis y la valoración de las contribuciones más importantes para el progreso humano en los campos de la salud, el bienestar, las comunicaciones, la difusión del conocimiento, las formas de gobierno y las maneras de satisfacer las necesidades humanas básicas.
EDUCACIÓN	A continuación realizamos una relación de los valores que proponemos trabajar a lo largo del curso y de la Educación Primaria, impregnando todas y cada una de las tareas que propongamos a nuestros alumnos: Responsabilidad: Se trata de la capacidad existente en todo sujeto activo para reconocer y aceptar las consecuencias de un acto realizado libremente; también sería la calidad de responsable. Esto se trabajaría dándole a los alumnos pequeños cometidos, obligaciones, al mismo tiempo que mostrándole que tiene que "responder de sus actos", su comportamiento hará que reciba un trato u otro por parte de las personas que lo rodean. Sinceridad: Trataríamos trasmitir a nuestros alumnos que se expresen sin fingimientos, que no mientan; para ello potenciaremos el dialogo, contando cuáles actividades les ha gustado más, que no aprueban de las actuaciones tanto suyas, como de compañeros y del maestro. Respeto: Si definimos respeto como la veneración, acatamiento que se hace a uno, y como el miramiento, consideración, atención, causa o motivo particular. Diremos que este valor se trabajaría haciéndole ver al alumno la importancia de escuchar las opiniones de los compañeros (se compartan o no), así como la necesidad de atender a ciertos órdenes establecidos, en nuestro caso: el respeto hacia el maestro.

EN VALORES	Orden: El orden no es solo el modo de estar colocadas las cosas o de sucederse en el espacio o en el tiempo según determinado criterio sino también la normalidad, tranquilidad, ausencia de acontecimientos raros o extraordinarios en un determinado ámbito. De ahí que procuraremos que nuestros alumnos sean capaces de, además de tener los materiales propios del área colocados en determinados sitios, mantener un comportamiento adecuado al trabajo que esté realizando en ese momento; no podemos, ni debemos, evitar que nuestros alumnos griten dando ánimos a sus compañeros, pero podemos realizar el camino de clase a la pista o pabellón en silencio (sin molestar a las otras aulas)... Tolerancia: La tolerancia sería la capacidad de un individuo o colectivo de convivir pacíficamente con individuos de distinta ideología, creencia, etnia o cultura, que se aceptan como legítimas aunque no se compartan sus principios o esencia. Aquí hay una clara alusión a la interculturalidad, a la igualdad de género... por este motivo no haremos ningún tipo de discriminación por estas razones, y evitaremos, en la medida de lo posible, estas actitudes en nuestros alumnos. Como formas de actuar haremos grupos heterogéneos que se modificarán en función de la actividad que vamos a realizar. Solidaridad: Es la adherencia o apoyo a alguna opinión o causa ajena, especialmente en una situación difícil. De ahí que procuraremos incentivar a nuestros alumnos, potenciando que los alumnos más hábiles ayuden y apoyen a los menos hábiles, procurando mostrarles que apoyando a los demás, éstos pueden lograr sus objetivos. Cooperación: Sería la acción y efecto de cooperar, siendo sinónimos: Ayuda, asistencia, contribución, colaboración. Para ello intentaremos realizar juegos y actividades donde la cooperación sea necesaria para la resolución de la tarea, potenciando el trabajo en equipo frente a la individualidad. Humildad: Se trata de una virtud caracterizada por el conocimiento y la asunción de los defectos, debilidades y limitaciones propias lo que lleva a actuar sin orgullo. Trataremos que nuestros alumnos sean capaces de aceptar la derrota y feliciten con entusiasmo a su rival, que conozcan sus capacidades y limitaciones, potenciando su autoestima. La relatividad de los valores, lo que provoca que cada persona tenga en más consideración a unos u otros, hace que sea necesario concretar y consensuar dentro del Proyecto de Centro cuáles son los que queremos potenciar y desarrollar en nuestros alumnos. Es indudable la pluralidad, relatividad y temporalidad de los valores, no obstante algunos de ellos perduran más en el tiempo y se encuentran más enraizados en nuestra sociedad. De ahí que, desde el área de Educación Física, podemos y debemos, potenciar en nuestros alumnos valores como los propuestos, esto nos llevará a ese objetivo final consistente en la formación integral de las personas.
UTILIZACIÓN DE LAS TIC	Se utilizarán todos los medios tecnológicos del colegio siempre que sea necesario o se interrumpa la enseñanza presencial.

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE	SI	NO	PROPUESTAS DE MEJORA
- Es correcto el diseño y desarrollo de la UD (actividades, tiempos y materiales) y las adaptaciones realizadas.			
- El ambiente que se crea en el aula (espacios, mobiliario, materiales, tiempos...)			
- Se han utilizado las tecnologías de la información y la comunicación.			
- La metodología ha sido adecuada para adquirir los aprendizajes propuestos.			
- Se integran los procesos cognitivos: conocer y reproducir, aplicar y analizar, razonar y reflexionar.			
- Las actividades propuestas han fomentado la participación y la reflexión del alumnado incorporando el aprendizaje cooperativo como modelo de organización y participación en el aula.			
- Los instrumentos de evaluación han permitido hacer el seguimiento del aprendizaje del alumnado, incluyendo los de autoevaluación del alumnado.			
- Ha existido coordinación con el Equipo Docente.			