

ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

1. OBJETIVOS GENERALES

- 1) Reconocer cada una de las partes del cuerpo y su carácter global.
- 2) Interiorizar la movilidad, tanto del eje corporal como de los diferentes segmentos en posiciones diferentes.
- 3) Incrementar el conocimiento de las posibilidades corporales, y desarrollarlas y enriquecerlas en función de las relaciones con los demás y el entorno.
- 4) Consolidar la lateralidad.
- 5) Valorar el propio cuerpo y la actividad física.
- 6) Consolidar los hábitos de higiene de forma autónoma, más específicos de la actividad física.
- 7) Adoptar las medidas necesarias para evitar posibles accidentes en la actividad física.
- 8) Conocer normas básicas de alimentación que le afecten en la realización de actividad física.
- 9) Mantener una actitud postural correcta en cualquier situación.
- 10) Que el alumno aprenda a dosificar sus fuerzas en función de sus posibilidades y de la dificultad de la tarea
- 11) Concienciar al alumno de que lo importante de la actividad física es el esfuerzo realizado no el resultado obtenido.
- 12) Desarrollar la autoestima a partir de sus posibilidades de movimiento y el esfuerzo que realiza.
- 13) Participar con agrado, sin establecer diferencias de sexo, raza y carácter con los demás compañeros en cualquier actividad propuesta.
- 14) Que el alumno responda motrizmente y de manera eficaz a la presentación de diferentes estímulos; visuales, auditivos y táctiles
- 15) Utilizar las habilidades básicas en la resolución de problemas que impliquen una adecuada percepción espacio-temporal.
- 16) Ejecutar habilidades conocidas, seleccionando los movimientos que más se adecuen a sus posibilidades.
- 17) Aprender a apreciar las distancias, el sentido y la velocidad de los desplazamientos de móviles.
- 18) Adaptar los movimientos a partir de tareas motrices cuya mayor exigencia está centrada en mecanismos de percepción y de decisión.
- 19) Conocer y diferenciar las acciones de lanzar y recibir.
- 20) Tomar conciencia y utilización de la movilidad corporal, independizando segmentos superiores e inferiores del eje corporal.
- 21) Utilizar correctamente el espacio en que se mueve.
- 22) Adecuar sus formas y posibilidades de movimiento a diferentes situaciones desconocidas
- 23) Participar de forma habitual en los juegos.
- 24) Reconocer y aceptar las diferencias entre los componentes de la clase
- 25) Respetar las normas de juego establecidas.
- 26) Disfrutar jugando, independientemente del resultado.
- 27) Controlar las conductas agresivas en los juegos de oposición.

- 28) Participar de forma habitual en los juegos.
- 29) No rechazar a sus compañeros en los juegos en función de sus características personales o sociales.
- 30) Respetar las normas de los juegos.
- 31) Conocer diferentes tipos de juegos.
- 32) Conocer las estrategias básicas del juego: cooperación, oposición.
- 33) Conocer y practicar diferentes actividades físicas regladas.
- 34) Conocer actividades deportivas propias de la región y practicarlas.
- 35) Ayudar a organizar diferentes actividades físicas colaborando en su realización.
- 36) Disociar los diferentes segmentos del eje corporal de forma consciente, con ritmos diferentes.
- 37) Favorecer la comunicación gestual, imitativa y escenificativa.
- 38) Imitar movimientos de diferentes ámbitos: mundo animal, estados emocionales, profesiones, situaciones...

2. CONTENIDOS

BLOQUE I: El cuerpo: imagen y percepción.

- Posibilidades perceptivas. Exploración de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- Descubrimiento de los elementos orgánico – funcionales relacionados con el movimiento.
- Conciencia y control del cuerpo y sus posibilidades en relación con la tensión, la relajación y la respiración.
- Representación del propio cuerpo y del de los demás. Toma de conciencia de la actitud postural, ejes, planos y segmentos corporales.
- Adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices.
- Consolidación de la lateralidad y su proyección en el espacio. Simetría corporal.
- Equilibrio estático y dinámico. Situaciones en complejidad creciente, con disminución de la base de sustentación y la estabilidad, y elevando el centro de gravedad.
- Organización espacio – temporal.
- Coordinación dinámica – general.
- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás.

BLOQUE II: Habilidades motrices.

- Formas y posibilidades del movimiento. Ajuste y consolidación de los elementos fundamentales en la ejecución de las habilidades motrices básicas (combinando más de un patrón motor).
- Utilización eficaz de las habilidades motrices básicas en medios y situaciones estables conocidas.
- Control motor y dominio corporal desde un planteamiento previo a la acción (razonamiento motor) e incidiendo en el control neuromuscular y en la calidad de los movimientos ya conocidos.

- Mejora de las cualidades físicas básicas de forma genérica y orientada a la ejecución motriz, incidiendo en la flexibilidad e iniciación a la resistencia aeróbica y la velocidad, a través de formas jugadas.

BLOQUE III: Actividades físicas artístico – expresivas.

- El cuerpo y el movimiento como instrumentos de expresión y comunicación.
- Adecuación del movimiento a estructuras espacio – temporales y ejecución de bailes y coreografías simples.
- Expresión de emociones, sentimientos, ideas y situaciones a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.
- Recreación de personajes reales y ficticios y sus contextos dramáticos.
- Utilización de los objetos y materiales y sus posibilidades en la expresión.
- Disfrute mediante la expresión y comunicación a través del propio cuerpo.
- Participación en situaciones que supongan comunicación corporal. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse.

BLOQUE IV: Actividad física y salud.

- Adquisición de hábitos posturales y alimentarios saludables relacionados con la actividad física y consolidación de hábitos de higiene corporal.
- Relación de la actividad física con la salud, el bienestar y el desarrollo personal. Reconocimiento de los beneficios de la actividad física en la salud. Mejora de forma genérica de la condición física orientada a la salud.
- Responsabilidad e interés hacia la actividad física relacionada con la salud.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación. Toma de conciencia de los propios límites, concentración y atención en la ejecución de actividades.
- Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física, con relación al entorno. Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios.

BLOQUE V: Juegos y deportes.

- El juego y el deporte como elementos de la realidad social.
- Participación en juegos e iniciación a la práctica de actividades deportivas.
- Descubrimiento de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- Participación activa y con interés en diversos juegos predeportivos, tradicionales, populares, de aventura y adaptados.

- Respeto hacia las personas que participan en el juego y rechazo hacia los comportamientos antisociales.
- Comprensión, aceptación y cumplimiento de las normas de juego, práctica de juego limpio, actitud responsable con relación a las estrategias establecidas y aceptación del propio nivel de destreza y del de los demás.
- Valoración del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo de ocio y del esfuerzo en los juegos y actividades deportivas.

3. COMPETENCIAS BÁSICAS

El área de Educación Física, según el Real Decreto 1513/2006 contribuye esencialmente al desarrollo de la **competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico**, mediante la percepción e interacción apropiada del propio cuerpo, en movimiento o en reposo, en un espacio determinado mejorando sus posibilidades motrices. Se contribuye también mediante el conocimiento, la práctica y la valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud. Esta área es clave para que niños y niñas adquieran hábitos saludables y de mejora y mantenimiento de la condición física que les acompañen durante la escolaridad y lo que es más importante, a lo largo de la vida.

Asimismo el área contribuye de forma esencial al desarrollo de la **competencia social y ciudadana**. Las características de la Educación física, sobre todo las relativas al entorno en el que se desarrolla y a la dinámica de las clases, la hacen propicia para la educación de habilidades sociales, cuando la intervención educativa incide en este aspecto. Las actividades físicas y en especial las que se realizan colectivamente son un medio eficaz para facilitar la relación, la integración y el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación y la solidaridad.

La Educación Física ayuda a aprender a convivir, fundamentalmente en lo que se refiere a la elaboración y aceptación de reglas para el funcionamiento colectivo, desde el respeto a la autonomía personal, la participación y la valoración de la diversidad. Las actividades dirigidas a la adquisición de las habilidades motrices requieren la capacidad de respetar y aceptar las diferencias así como las posibilidades y limitaciones propias y ajenas. El cumplimiento de las normas que rigen los juegos propicia en la aceptación de códigos de conducta reguladores de la convivencia. Las actividades físicas competitivas pueden generar conflictos en los que es necesaria la negociación, basada en el diálogo, como medio para su resolución. Finalmente, cabe destacar que se contribuye a conocer y apreciar la riqueza cultural, mediante la práctica de diferentes juegos y danzas.

Esta área contribuye en alguna medida a la adquisición de la **competencia cultural y artística**. A la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa contribuye mediante la exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento. A la apreciación y comprensión del hecho cultural, y a la valoración de su diversidad, lo hace mediante el reconocimiento y la apreciación de las manifestaciones culturales específicas de la motricidad

humana, tales como los deportes, los juegos tradicionales, las actividades expresivas o la danza y su consideración como patrimonio de los pueblos.

En otro sentido, el área favorece un acercamiento al fenómeno deportivo como el espectáculo mediante el análisis y la reflexión crítica ante la violencia en el deporte u otras situaciones contrarias a la dignidad humana que en él se producen.

La Educación física ayuda a la consecución de la **Autonomía e iniciativa personal** en la medida en que emplaza al alumnado a tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe manifestar autosuperación, perseverancia y actitud positiva, También lo hace, si se le da protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva de las actividades físicas, deportivas y expresivas.

El área contribuye a la **competencia de aprender a aprender** mediante el conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje motor desarrollando un repertorio variado que facilite su transferencia a tareas motrices más complejas. Ello permite el establecimiento de metas alcanzables cuya consecución genera autoconfianza. Al mismo tiempo, los proyectos comunes en actividades físicas colectivas facilitan la adquisición de recursos de cooperación. Igualmente la utilización de distintos estilos de aprendizaje promueve la participación del alumno/a en su propio proceso de aprendizaje.

Por otro lado, esta área colabora, desde edades tempranas, a la valoración crítica de los mensajes y estereotipos referidos al cuerpo, procedentes de los medios de información y comunicación, que pueden dañar la propia imagen corporal. Desde esta perspectiva se contribuye en cierta medida a la competencia sobre el **tratamiento de la información y la competencia digital**.

El área también contribuye, como el resto de los aprendizajes, a la adquisición de la **competencia en comunicación lingüística**, ofreciendo gran variedad de intercambios comunicativos, del uso de las normas que los rigen y del vocabulario específico que el área aporta.

En cuanto a la **competencia matemática** decir que se realizan cálculos; utilizamos números; se interpretan informaciones, datos y argumentaciones; se realizan razonamientos lógicos...).

Si bien el propio Real Decreto indica que no existe una relación unívoca entre la enseñanza de determinadas áreas y el desarrollo de determinadas competencias, puesto que cada una de las materias contribuye al desarrollo de diferentes competencias, y a su vez cada una de las competencias básicas se alcanzará como consecuencias del trabajo en varias áreas. No obstante, desde la Educación Física, se hecha de menos una competencia específica con conexión directa con nuestra área. Acaso el conocimiento corporal y el movimiento, la utilización del juego como medios para el desarrollo integral de la persona, o la salud y la calidad de vida no han de ser competencias básicas, más aún en una sociedad donde la salud se está deteriorando progresivamente como consecuencia de adquisición de hábitos y actitudes como el sedentarismo, la obesidad.

4. METODOLOGÍA

En Educación Física existen diversos métodos y la utilización de cada uno de ellos dependerá de cómo, cuándo, para qué y para quién son utilizados. Además, cualquier actividad se podrá abordar con uno o varios métodos.

El modelo de enseñanza y aprendizaje por recepción, una de cuyas concreciones puede ser el método de mando directo, no debe suponer la simple construcción de automatismos por un proceso repetitivo y monótono de ejercicios, proceso de yuxtaposición y acumulación que para el alumnado de estas edades carece de significado.

El método de enseñanza y aprendizaje por descubrimiento es muy importante porque pretende que los alumnos exploren, descubran y crean en sus posibilidades de movimiento.

5. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La Educación Física es una asignatura en la que se producen muchos momentos de contacto tanto físico como social entre los alumnos. Es por lo tanto un espacio muy adecuado para interrelacionar los niños con diversos problemas de integración por la causa que sea.

En la medida de lo posible, se intentará que los niños con NEE participen en las actividades junto a sus compañeros.

6. A) CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Desplazarse y saltar, combinando ambas habilidades de forma coordinada y equilibrada, ajustando los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de la actividad.
- Lanzar, pasar y recibir pelotas u otros móviles, sin perder el control de los mismos, adecuando los movimientos a las trayectorias.
- Girar sobre el eje longitudinal y transversal, diversificando las posiciones segmentarias y mejorando las respuestas motrices en las prácticas corporales que lo requieran.
- Actuar de forma coordinada y cooperativa para resolver retos o para oponerse a uno o varios adversarios en un juego colectivo.
- Participar en juegos de grupo asumiendo roles diferentes e identificando, como valores fundamentales de estas actividades, la participación, la cooperación, la ayuda mutua y el respeto a las normas, dándole más importancia que a los resultados.
- Reproducir corporalmente o con ayuda de elementos (telas, cintas, instrumentos...) una estructura rítmica.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo e implicarse en el grupo para la comunicación de ideas, emociones y sentimientos y para la representación mediante escenificaciones o imitaciones a personajes, objetos, historias, reales o imaginarias.
- Mantener conductas activas acordes con el valor del ejercicio físico para la salud, mostrando interés en el cuidado del cuerpo.

- Utilizar el lenguaje oral y escrito para relatar sus experiencias y formular sus pensamientos utilizando vocabulario específico del área.

B) CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

- En la evaluación, todos los ítems tendrán la misma importancia y por lo tanto valdrán lo mismo. Está claro que no todos los ítems son iguales en dificultad pero no por eso son menos importantes. En cada evaluación de tercero de primaria habrá 5 ítems y por lo tanto cada ítem valdrá un 20% de la nota final. En cuarto de primaria habrá un ítem más y de esta forma cada ítem valdrá un 16,6% de la nota final.

7. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

- Salida al estadio "Reyno de Navarra" y posteriormente visita a Tajonar para presenciar el entrenamiento del primer equipo del C.A. OSASUNA.
- Trabajar en alguna sesión el plan de prevención de obesidad editado por el Gobierno de Navarra.
- Ver algún vídeo relacionado con la Educación Física.

8. PROGRAMACIONES DE AULA

8.1 CURSO Y PROFESOR

3º Primaria. Rubén González.

8.2 MATERIALES

Balones, aros, conos, canastas, petos, bancos, porterías, colchonetas, pañuelos, pelotas, cuerdas, picas, tiza, regla, espalderas, vallas, cronómetro, radiocasete...

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA I

8.3.1 TÍTULO

Giramos a izquierda y derecha

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Primer trimestre. 6 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Mejorar las formas de giro en torno al eje longitudinal, transversal y anteroposterior.
- Desarrollar la coordinación en acciones de rodar y girar.
- Realizar giros sobre diferentes planos y superficies.
- Adoptar las medidas suficientes para prevenir accidentes.

8.3.4. CONTENIDOS

- Los giros como posibilidad de movimiento.
- Giros sobre el eje longitudinal: rodar y girar.
- Volteretas adelante y atrás (eje transversal).
- Combinación de desplazamientos con diferentes tipos de giros.
- Realización de volteretas desde diferentes superficies.
- Juegos que combinen diferente giros.
- Valoración del posible riesgo.
- Respeto y colaboración con el resto de compañeros.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Realiza correctamente los giros sobre el eje longitudinal.
- Realiza la voltereta hacia atrás.
- Coordinar la carrera con la voltereta adelante.
- Tomar precauciones para evitar accidentes.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA II

8.3.1 TÍTULO

Coordinación óculo – manual.

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Primer trimestre. 6 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Desarrollar la coordinación dinámica en las extremidades superiores.
- Mejorar la capacidad de manejar un móvil con las extremidades superiores, tanto estática, como dinámicamente.
- Realizar, con eficacia, pases con ambas manos en diferentes ejercicios y formas jugadas.
- Realizar, con eficacia, botes de diferentes balones y pelotas utilizando las dos manos.
- Realizar, correctamente, lanzamientos tanto de fuerza como de precisión.
- Realizar lanzamientos de móviles tanto a objetos estáticos como dinámicos.

8.3.4. CONTENIDOS

- Eficacia del pase en las situaciones de juego.
- Las diferentes formas de pase: picado, suspensión...
- Lanzamiento y pases con ambas manos.
- Realización de actividades en los que se utilice las habilidades de bote y lanzamiento de un móvil utilizando ambas manos y en diferentes situaciones.
- Ejecución de pases, tanto por parejas como en pequeños grupos y en situaciones de juego.
- Interés por mejorar.

- Participación activa en las diferentes situaciones de clase.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Es capaz de botar un balón coordinadamente y utilizando ambas manos.
- Realiza coordinada y eficazmente un movimiento de desplazamiento llevando un balón en las manos y botándolo al mismo tiempo controlando el balón en todo momento.
- Realizar pases, tanto estática como dinámicamente a un compañero con la fuerza y precisión necesarias.
- Realiza lanzamientos de un móvil de forma adecuada y con finalidad de fuerza o precisión según las circunstancias requeridas en cada momento.
- Muestra respeto por las diferencias.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA III

8.3.1 TÍTULO

Esquema corporal

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Segundo trimestre. 5 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Afianzar la lateralidad en relación con los otros y con los objetos.
- Tomar conciencia de la simetría corporal.
- Tomar conciencia de la movilidad de las distintas partes del cuerpo.
- Afianzar la percepción, organización y representación espacio – temporal.

8.3.4. CONTENIDOS

- La lateralidad: reconocimiento sobre los otros.
- El esquema corporal: global y segmentario.
- El tono muscular.
- La estructuración espacio – temporal.
- Realización de actividades que impliquen el reconocimiento de la derecha e izquierda en relación a los otros.
- Percepción de la movilidad del eje corporal en diferentes posturas.
- Realización de actividades que impliquen la utilización segmentaria del cuerpo.
- Ejecución de actividades que impliquen variaciones de tono muscular.
- Valoración y aceptación del propio cuerpo, sus posibilidades y limitaciones.
- Adquisición de una mayor confianza e independencia motriz.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Reconoce la izquierda y la derecha en un compañero que esté frente a él o ella.
- Reconoce la existencia de un eje de simetría corporal y de las diferentes partes simétricas del cuerpo.
- Mantiene una actitud postural correcta en distintas situaciones.
- Contrae y relaja de forma consciente diferentes segmentos corporales.
- Se orienta en el espacio con relación a otros y a los objetos.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA IV

8.3.1 TÍTULO

Coordinación óculo pédica.

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Segundo trimestre. 6 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Desarrollar la coordinación dinámica en los segmentos inferiores.
- Mejorar la capacidad de mejorar un móvil con las extremidades inferiores.
- Realizar, con eficacia, pases con ambos pies.
- Conducir un balón con ambos pies coordinando los movimientos.

8.3.4. CONTENIDOS

- Eficacia del pase en las situaciones de juego.
- Las diferentes formas de golpeo: interior, exterior, empeine.
- Conducción y pase con ambos segmentos.
- Realización de conducciones con un móvil utilizando ambos pies.
- Ejecución de pases.
- Interés por mejorar.
- Participación activa en clase.
- Respeto por las propias limitaciones y las de los demás.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Es capaz de conducir un balón con eficacia utilizando ambos pies.
- Realiza coordinada y eficazmente una conducción en zigzag controlando el balón en todo momento.
- Realiza pases con la fuerza y precisión necesarias.
- Golpea eficazmente un balón utilizando las diferentes partes del pie.
- Muestra respeto por las diferencias.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA V

8.3.1 TÍTULO

Todos a jugar

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Tercer trimestre. 13 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Valorar el juego como medio de diversión y relación con los demás.
- Conocer y distinguir diferentes tipos de juegos de patio.
- Conocer y distinguir la diferencia entre juego y deporte.
- Conocer y aplicar ejercicios de recuperación tras la actividad física intensa.
- Conocer las prácticas básicas habituales para una buena higiene posterior al ejercicio.
- Reconocer y aceptar los diferentes roles dentro de un mismo juego.
- Aceptar las normas y el resultado como elementos inherentes del propio juego.

8.3.4. CONTENIDOS

- El juego como medio de relación y diversión.
- Juegos de patio.
- Deporte.
- Recuperación física.
- Higiene y actividad física.
- Práctica de diferentes juegos de patio.
- Debate sobre la diferencia entre juego y deporte
- Práctica habitual de ejercicios de recuperación.
- Práctica habitual de rutinas de higiene corporal.
- Aplicación de las reglas del juego.
- El esfuerzo individual al servicio del grupo.
- Aceptación de la victoria y/o la derrota, evitando la humillación y la discriminación.
- Colaboración en el éxito de la actividad.
- Valoración de la recuperación posterior al ejercicio.
- Valoración de la práctica de rutinas higiénicas.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Identifica y diferencia los elementos que configuran los juegos.
- Participa de forma activa y de forma espontánea en los diferentes juegos, valorando el placer de jugar sobre los resultados.
- Utiliza las habilidades adaptadas al juego desarrollado.
- Utiliza estrategias sencillas en situaciones de juego.
- Sabe perder o ganar en el juego.
- Conoce y distingue correctamente la diferencia entre juego y deporte.
- Conoce y practica ejercicios de recuperación tras la actividad física intensa.

8.1 CURSO Y PROFESOR

4º Primaria. Rubén González.

8.2 MATERIALES

Balones, aros, conos, canastas, petos, bancos, porterías, colchonetas, pañuelos, pelotas, cuerdas, picas, tiza, regla, espalderas, vallas, cronómetro, radiocasete...

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA I

8.3.1 TÍTULO

¿Jugamos?

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Primer trimestre. 8 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Recuperar el juego como actividad física recreativa.
- Aprender a comenzar juegos de forma ordenada.
- Aprender y difundir los juegos populares tradicionales.
- Conocer diferentes tipos de juego.
- Conocer y utilizar las estrategias básicas de cooperación, oposición y cooperación – oposición en los juegos.
- Aprender a construir y a modificar reglas de juego.
- Desarrollar hábitos higiénicos posteriores al ejercicio.

8.3.4. CONTENIDOS

- Tipos de juegos.
- Relación de cooperación y oposición.
- El juego como medio de disfrute.
- Reglas de juego.
- Limpieza corporal.
- Recopilación y práctica de juegos tradicionales y populares.
- Realización de juegos de cooperación y oposición.
- Utilización de reglas y normas en los juegos.
- Realización de juegos con material alternativo.
- Elaboración y modificación de reglas de juego.
- Valoración de las posibilidades recreativas del juego.
- Valoración de la posibilidad de cambiar y adaptar las reglas y las normas de los juegos.
- Aceptación del hecho de ganar o perder sin menosprecio del contrario.
- Respeto a si mismo, a sus compañeros y a sus adversarios.
- Interés por los juegos populares.
- Valoración de la higiene corporal como práctica de salud.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Colabora en el desarrollo de los juegos en grupo.
- Juega respetando las reglas.
- Colabora con sus compañeros en la práctica de juegos.
- Recopilar información sobre los juegos tradicionales y populares.
- Es capaz de construir, modificar y adaptar reglas de juego.
- Posee hábitos higiénicos posteriores al ejercicio.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA II

8.3.1 TÍTULO

¿Sabemos expresarnos corporalmente?

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Primer trimestre. 5 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Aprender a comunicarse sin palabras.
- Reconocer el gesto y el mimo como instrumento de expresión y comunicación.
- Fomentar la creatividad creando historias.
- Desinhibirse y disfrutar en la realización de las actividades de expresión y comunicación.

8.3.4. CONTENIDOS

- Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento; mímica, danza y dramatización.
- Asociación del movimiento al ritmo.
- Exploración y experimentación de las posibilidades y recursos del cuerpo a través de dramatizaciones, mímica...
- Expresión, representación y comunicación de palabras, frases y textos.
- Adecuación del movimiento a secuencias y ritmos.
- Interés por la comunicación no verbal en sus diferentes formas y posibilidades.
- Interés por mejorar su capacidad de movimiento.
- Valorar positivamente la capacidad creativa propia y de los demás.
- Participación en situaciones expresivas con desinhibiciones y espontaneidad.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Representa situaciones concretas a través de gestos.
- Representa hechos secuenciados de forma creativa.
- Adapta el movimiento a diferentes ritmos.
- Disfruta realizando actividades de expresión corporal.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA III

8.3.1 TÍTULO

Giramos y saltamos

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Primer trimestre. 11 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Saltar coordinadamente con una o ambas piernas en función de las circunstancias de la actividad.
- Lograr un aumento de coordinación en el salto; como y cuando ejecutarlo.
- Salvar obstáculos situados a distinta longitud y altura.
- Confiar en sus posibilidades a la hora de realizar los saltos, tomando las medidas de seguridad oportunas.
- Mejorar el control corporal y la coordinación en acciones de giro y rodamiento.
- Realizar giros sobre el eje transversal y longitudinal.

8.3.4. CONTENIDOS

- Tipos de saltos.
- Formas y posibilidades de giros.
- Ejecución de diferentes tipos de saltos: longitudinal y altura.
- Realización de giros en torno al eje longitudinal y transversal en distintas superficies y distintos planos.
- Experimentar diferentes tipos de giro mejorando la calidad de ejecución.
- Autonomía y confianza en si mismo.
- Interés por aumentar la competencia y habilidad motriz.
- Participación en las actividades aceptando las diferencias en cuanto al nivel de destreza.
- Valoración de las posibilidades de riesgo dentro de la actividad física.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Salta coordinadamente de diferentes maneras y en situaciones diferentes.
- Realiza giros en el eje transversal salvando un obstáculo.
- Confía en sus posibilidades y toma las precauciones adecuadas.
- Progresa en la utilización de giros.
- Participa en la actividad física en función de sus posibilidades.
- Adopta las medidas de seguridad necesarias para la realización de la actividad física.
- Respeta las normas de la clase.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA IV

8.3.1 TÍTULO

Equilibrio

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Segundo trimestre. 8 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Consolidar el equilibrio estático.
- Desarrollar el equilibrio dinámico.
- Mejorar la capacidad de ajuste personal.

8.3.4. CONTENIDOS

- El equilibrio estático.
- El equilibrio dinámico.
- El ajuste corporal.
- Realización de actividades que impliquen el mantenimiento del equilibrio estático en diferentes superficies y planos.
- Acciones de equilibrio estático y dinámico colaborando con el compañero.
- Experimentación de acciones de oposición y lucha con el objetivo de desequilibrar al compañero.
- Valoración de la actitud postural correcta.
- Confianza y seguridad de afrontar nuevas situaciones.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Permanece equilibrado sobre una pierna encima de un banco sueco cambiando la posición de los brazos.
- Se desplaza por encima de un banco sueco transportando un objeto.
- Combina desplazamientos con paradas, cambios de dirección y giros, atendiendo a estímulos externos.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA VI

8.3.1 TÍTULO

¿Lanzamos y recibimos?

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Segundo trimestre. 12 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Experimentar y mejorar la destreza del bote y del lanzamiento.
- Practicar y automatizar el bote y el lanzamiento de manera coordinada con desplazamientos.
- Conocer y desarrollar pases y recepciones con diversos materiales con los segmentos superiores e inferiores.

- Coordinar la acción de desplazamiento con lanzamiento de precisión.
- Reconocer trayectorias en pases y recepciones.

8.3.4. CONTENIDOS

- Formas y posibilidades de botes.
- Lanzamientos.
- Pases y recepciones.
- Control y dominio motor de manipulaciones de diferentes objetos en situación estática y con desplazamiento.
- Mejora de la coordinación de las distintas destrezas: botes y lanzamientos, carrera y bote, carrera y lanzamiento, pases y recepciones...ç
- Valoración del trabajo bien ejecutado como medio de disfrute en la actividad física.
- Desarrollo del interés por aumentar la competencia y habilidad motriz.
- Participación en las actividades aceptando las diferencias en cuanto al nivel de destreza.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Bota el balón de forma continuada y en diferentes situaciones.
- Realiza diferentes tipos de lanzamientos (distancia, altura, precisión...)
- Coordina de forma correcta desplazamientos con lanzamientos.
- Lanza y recibe diferentes móviles a una distancia media.
- Adapta los aprendizajes a formas jugadas.
- Respeta las normas de la clase.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA VII

8.3.1 TÍTULO

Nos orientamos en el espacio y en el tiempo.

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Tercer trimestre. 9 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Orientarse en el espacio con relación a los objetos y a las personas.
- Estructurar el espacio según los elementos que lo componen y su cuerpo.
- Desarrollar el sentido de la lateralidad en si mismo y en los demás, en estático y en movimiento.
- Adaptar su velocidad a la de los demás teniendo cuenta la distancia.
- Consolidar nociones asociadas con la organización temporal (simultaneidad, sucesión, periodicidad).
- Reproducir y ejecutar estructuras rítmicas conocidas con el cuerpo y los instrumentos.

- Desarrollar la relajación muscular y el control de la respiración.
- Percibir y estructurar el espacio en relación con el tiempo: velocidad, trayectoria...

8.3.4. CONTENIDOS

- Relaciones espaciales: sentido, dirección y orientación.
- Relaciones temporales: ritmo, duración y secuencia.
- Estructuración espacio – temporal.
- Utilización de nociones topológicas para orientarse en el espacio con relación a la posición de los otros y de los objetos.
- Adaptación de su movimiento o desplazamiento al de los otros compañeros: duración, velocidad, dirección...
- Ejecución de recorridos de orientación y traslados en el plano.
- Realización de juegos de orientación.
- Imitación de ritmos y estructuras rítmicas creativas.
- Adquisición de confianza en uno mismo y en los movimientos de los otros aumentando su independencia.
- Actitud de respeto hacia el propio cuerpo y el de los demás.
- Autonomía personal.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

1. Se orienta en el espacio.
2. Adapta su movimiento a la posición de los otros y de los objetos.
3. Reproduce estructuras rítmicas mediante el movimiento corporal.
4. Practica los juegos y actividades físicas con seguridad en función de sus posibilidades y limitaciones corporales.

8.3 UNIDAD DIDÁCTICA VIII

8.3.1 TÍTULO

Juegos predeportivos.

8.3.2 TEMPORALIZACIÓN

Tercer trimestre. 10 sesiones

8.3.3 OBJETIVOS

- Conocer y practicar juegos predeportivos.
- Conocer y respetar normas básicas de dichos deportes.
- Participar de forma activa en la práctica de juegos y deportes de equipo.
- Respetar las características básicas de comportamiento en los deportes de equipo: respeto a los compañeros, al árbitro, adversarios, saber ganar y perder...

8.3.4. CONTENIDOS

- Reglas básicas de los diferentes deportes.

- Valores educativos del juego en equipo: solidaridad, trabajo en común, respeto al rival...
- Practicar juegos predeportivos con reglas simplificadas.
- Realizar juegos de iniciación en la técnica de diferentes deportes.
- Realizar juegos predeportivos entre equipos donde prime la cooperación entre compañeros.
- Respeto a las normas del juego y adversarios.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Valora la práctica de actividades de iniciación deportiva.
- Da más importancia a la propia actividad y al esfuerzo que al resultado.
- Acepta el ganar y el perder con naturalidad.

8.3 UNIDAD DIDACTICA IX

8.3.1. TÍTULO

¿Cómo estamos físicamente?

8.3.2. TEMPORALIZACIÓN

Tercer trimestre. 2 sesiones.

8.3.3. OBJETIVOS

- Medir el control de la actitud y la postura.
- Medir la coordinación oculomotriz.
- Medir la coordinación locomotriz.
- Medir la fuerza.
- Medir la resistencia.
- Medir la velocidad.
- Medir la flexibilidad.

8.3.4. CONTENIDOS

- Capacidades físicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.
- Coordinación: locomotriz y oculomotriz.
- Actitud y la postura.
- Realización de ejercicios para medir las diferentes capacidades, la coordinación oculomotriz y locomotriz y la actitud y la postura.
- Autorespeto en las posibilidades personales y de los compañeros.
- Aceptación de las normas de clase.

8.3.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- El grado de consecución de las pruebas o ejercicios a realizar.