



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA 6º CURSO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

TRABAJO FIN DE GRADO
GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA
MENCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA



AUTOR: Javier García Sancho
TUTOR: Gustavo González Calvo

RESUMEN

En este trabajo, se va a presentar el desarrollo de una programación didáctica del área de Educación Física para el sexto curso de Educación Primaria, contextualizado en un Centro de Educación Primaria y Educación Infantil (CEIP) de una zona urbana de Palencia. Para ello, se han ido presentando los elementos que conforman una programación didáctica, como los objetivos, los contenidos, la evaluación o la metodología, entre otros. Asimismo, se han estructurado dos unidades didácticas que se encuentran dentro de dicha programación.

PALABRAS CLAVE: programación didáctica, unidades didácticas, educación física.

ABSTRACT

In this draft, the development of a didactic program in the area of Physical Education for the sixth year of Primary Education will be presented, contextualized in a Primary and Early Childhood School (CEIP) in an urban area of Palencia. For this, the elements that make up a didactic program have been presented, such as the objectives, the contents, the evaluation or the methodology, among others. Additionally, two didactic units that are within said programming units have been introduced.

KEY WORDS: didactic program, didactic units, physical education.

ÍNDICE

0. INTRODUCCIÓN	Pág. 1
1. JUSTIFICACIÓN	Pág. 2
2. OBJETIVOS DEL PROYECTO	Pág. 4
3. CONTEXTO	
3.1. CONTEXTO SOCIO-ECONÓMICO Y CULTURAL	Pág. 5
3.2. CONTEXTO EDUCATIVO	Pág. 6
3.3. CONTEXTO HUMANO	Pág. 7
4. COMPETENCIAS CLAVE	Pág. 8
5. OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN	Pág. 11
6. CONTENIDOS	Pág. 12
7. ELEMENTOS TRANSVERSALES E INTERDISCIPLINARIEDAD	
7.1. ELEMENTOS TRANSVERSALES	Pág. 16
7.2. INTERDISCIPLINARIEDAD	Pág. 18
8. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES	Pág. 19
9. METODOLOGÍA Y ASPECTOS ORGANIZATIVOS	
9.1. METODOLOGÍA	Pág. 21
9.2. ASPECTOS ORGANIZATIVOS	Pág. 22
10. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	Pág. 24
11. PLANES Y PROYECTOS	Pág. 25
12. EVALUACIÓN	Pág. 27
12.1. PROCESO DE APRENDIZAJE	Pág. 28
12.2. PROCESO DE ENSEÑANZA	Pág. 33
13. RELACIÓN CON LOS ELEMENTOS DEL CURRÍCULO	Pág. 36
14. SECUENCIACIÓN	Pág. 38
15. CONCLUSIÓN	Pág. 39
16. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	Pág. 40
17. ANEXOS	Pág. 41

0. INTRODUCCIÓN

Esta programación didáctica está basada en el RD 126/2014, en la orden ECD 65/2015 y en el Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo básico de toda la Educación Primaria en la comunidad de Castilla y León.

Está dirigida al tercer ciclo de Educación Primaria, concretamente al 6º curso. La programación consta de 11 unidades didácticas, de las cuales adjunto dos en anexos (**Anexo I** y **Anexo II**). Con esta programación pretendo que tras los conocimientos adquiridos a lo largo de mi formación y lo aprendido en los periodos de prácticas y la experiencia adquirida durante todo este proceso, quede presente de manera más o menos clara, mis intenciones como futuro docente y se pueda ver cuál es el camino que me gustaría seguir en mis propuestas didácticas, apoyándome y adecuando todos los elementos del currículo, como no puede ser de otra manera.

Por tanto, y para materializar mi idea principal, en primer lugar, justifiqué el *porqué* de mi convicción, además de enumerar ciertos objetivos que quería lograr con este trabajo. Posteriormente, se da comienzo a explicar los elementos característicos de una programación didáctica como: *análisis del contexto*, *contribución a las competencias clave*, *objetivos de la programación*, sus respectivos *contenidos* o *elementos transversales*, *la metodología* o el *proceso de evaluación*, entre otros. Por último, dicho trabajo termina con unas breves conclusiones respecto al proceso que he llevado durante este camino. En definitiva, se intenta sintetizar el logro de los objetivos mostrados en el comienzo.

¿Y qué se entiende por **programación**? Es un término que identifica, desde una perspectiva general, una planificación sistematizada en un marco de trabajo. Es decir, es organizar nuestra labor, establecer una guía para el desarrollo del proceso de enseñanza – aprendizaje. Desde esta postura, se apuesta por una formación que, además de estimular el desarrollo cognitivo del alumnado, también incluya áreas del desarrollo como la comunicación lingüística, el área social y, por supuesto, el motriz. En consecuencia, nos basaremos en una Educación Física en la que el cuerpo y el comportamiento motriz constituyen los ejes básicos de la acción educativa, contribuyendo, en definitiva, al desarrollo integral de la persona. Por otro lado, ponemos énfasis en que el alumnado alcance gradualmente su autonomía en el proceso, para que sepa vivenciar su cuerpo y movimiento, llegando al autodesarrollo tanto físico, como psíquico, social y afectivo.

La consecución de todas estas metas se hace sumamente compleja, y es por ello por lo que necesitamos instrumentos de planificación de la actividad educativa en el aula para poder mejorar la calidad del proceso. A lo largo del documento mostraremos el desarrollo de la intervención en el área de EF, sirviendo de guía orientador para la práctica pedagógica.

1. JUSTIFICACIÓN

En primer lugar, en **cuanto a la justificación de la programación**, he de ceñirme estrictamente a las razones legales que justifican que los docentes tengan que programar sus clases y lo que ello implica y supone.

Basándome en el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León, el artículo 18 expone lo siguiente:

1. La programación didáctica es el instrumento específico de planificación, desarrollo y evaluación de cada una de las áreas y en ella se concretarán los distintos elementos del currículo para el desarrollo de la actividad docente en cada curso.
2. Anualmente, al inicio del curso escolar y de acuerdo con la propuesta curricular, de la que formarán parte, la comisión de coordinación pedagógica establecerá los criterios para la elaboración y evaluación de las programaciones didácticas.
3. Las programaciones didácticas de cada una de las áreas serán elaboradas por el equipo docente del nivel, de acuerdo con lo establecido en el artículo 47.1.a) del presente decreto, y serán aprobadas por el claustro de profesores, de acuerdo con lo establecido en el artículo 129 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo.
4. Los maestros que impartan una misma área, en los diferentes cursos de la etapa, colaborarán en la elaboración de la programación didáctica del área, de manera que quede garantizada la coordinación y la progresión a lo largo de la etapa.
5. Las programaciones didácticas deberán contener, al menos, los siguientes elementos:
 - a) Secuencia y temporalización de los contenidos.
 - b) Perfil de cada competencia de acuerdo con lo establecido en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero.

- c) Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes del alumnado y criterios de calificación.
- d) Decisiones metodológicas y didácticas.
- e) Concreción de elementos transversales que se trabajarán en cada área.
- f) Actividades del plan específico de refuerzo o recuperación y apoyo para el alumnado que no promociona.
- g) Actividades del plan de actuación del alumnado que promociona con evaluación negativa en alguna de las áreas de cursos anteriores.
- h) Medidas de atención a la diversidad, incluyendo el procedimiento de elaboración y evaluación de las adaptaciones curriculares.
- i) Materiales y recursos de desarrollo curricular.
- j) Programa de actividades extraescolares y complementarias.
- k) Procedimiento de evaluación de la programación didáctica y sus indicadores de logro.

6. Para evaluar las programaciones didácticas se incluirán, entre otros, los indicadores de logro referidos a:

- a) Resultados de la evaluación del curso en cada una de las áreas.
- b) Adecuación de los materiales y recursos didácticos, y la distribución de espacios y tiempos a los métodos didácticos y pedagógicos utilizados.
- c) Contribución de los métodos didácticos y pedagógicos a la mejora del clima de aula y de centro.

Por otro lado, también debo de **explicar el *porqué de mi trabajo de fin de grado***. Desde temprana edad y desde me llamó mucho la atención la capacidad que tienen los docentes de enseñar de manera que ocupaban el horario todos los días con diferentes tareas y dotándonos cada día de nuevos conocimientos. Para cumplir ese cometido, años más tarde, me percaté de que es imprescindible organizarse, coordinar y programar.

A lo largo de la carrera, fui comprendiendo que una buena organización de los elementos que envuelven a la educación es la base para que el proceso de enseñanza aprendizaje sea óptimo. A esto lo llamamos *programación didáctica*. El trabajo como

docente es algo que no se puede dejar a la improvisación. Para realizar una tarea docente de manera eficiente debemos tener una planificación coherente y cohesionada que aborde los objetivos que se persiguen con la educación, los cuales extraemos de los diferentes documentos oficiales vigentes y sus objetivos de etapa.

Solo con una buena planificación de una programación didáctica acorde a las necesidades del alumnado y dando respuesta a todos y cada uno de los elementos curriculares de manera independiente pero interrelacionados entre sí se podrá llegar a una buena labor docente y unos resultados óptimos en el alumnado.

Además, estamos viviendo una etapa en la que el tiempo que se dedica en las horas libres por parte de la juventud a la realización del ejercicio físico está decreciendo. Los alumnos de educación primaria destinan más tiempo a estar jugando con el ordenador y en las redes sociales que haciendo deporte. Con la realización de esta programación didáctica buscamos el dotar al alumnado de herramientas para poder realizar actividad física de manera autónoma e incentivar la misma mediante la práctica en el aula, aumentando así la motivación intrínseca y el gusto por realizar actividad física en el alumnado.

Es por lo mencionado anteriormente que he decidido realizar una programación didáctica como trabajo de fin de grado y poner en práctica todos los conocimientos adquiridos en planificar, desarrollar y evaluar de la manera más efectiva.

2. OBJETIVOS DEL PROYECTO

- Planificar y llevar a cabo una Programación Didáctica dirigida al sexto curso de Educación Primaria, fundamentada en el currículo oficial y a sus correspondientes elementos.
- Desarrollar dos Unidades Didácticas en función del contexto y características del alumnado presentado a continuación.
- Conocer y servirse de los documentos oficiales de nuestro país, más concretamente de la ordenanza de la comunidad de Castilla y León.

3. CONTEXTO

3.1. CONTEXTO SOCIO - ECONÓMICO Y CULTURAL

La ciudad en la que nos situamos tiene un tamaño pequeño, donde la economía principal viene del sector secundario. Además de lo anterior, se encuentra en una zona de montaña con una gran variedad de monumentos naturales que visitar.

El C.E.I.P en el que vamos a basar la programación didáctica está ubicado en una zona urbana con un nivel socio - económico medio en la capital de Palencia. La edad de la población que habita en dicha zona es joven, de unos 30 – 45 años de media debido a que es un barrio de creación relativamente cercana a la actualidad. El manejo de las TICs es bastante fluido por parte de las familias.



El centro tiene en sus cercanías paradas de autobús para acceder al mismo en transporte público. Además de ello existe en la zona una serie de caminos escolares realizados por voluntarios que dan la

posibilidad a los alumnos de realizar dicho trayecto con sus compañeros y los voluntarios acompañados de sus familiares, o no.

El colegio en sus cercanías tiene un polideportivo de uso público semicerrado donde encontramos una cancha de fútbol-sala, una de baloncesto y un frontón semicubierto. Además de ello a una distancia de 7 min a pie podemos encontrar un parque natural con gran variedad de flora, así como pequeños monumentos arquitectónicos y parques infantiles donde podremos encontrar un arenero de grandes dimensiones.

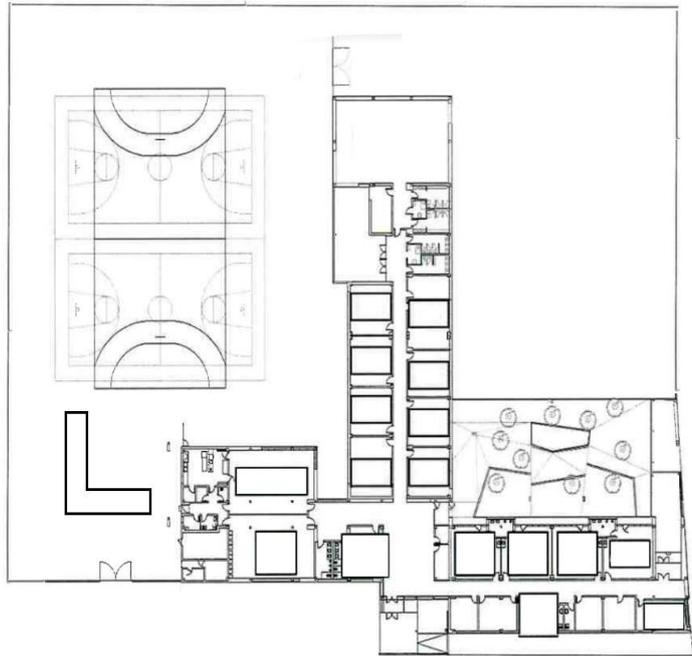
Además de lo ya dicho, existen otro C.E.I.P y un centro concertado donde abarcan desde la enseñanza infantil hasta el bachillerato y otro I.E.S que imparte secundaria y bachillerato, donde la mayoría de los alumnos de nuestro centro acabarán sus estudios obligatorios.

3.2. CONTEXTO EDUCATIVO

El centro consta con 2 líneas y se imparte en él todos los niveles de Educación Primaria, así como el segundo ciclo de Educación Infantil. Por aula el centro tiene una ratio de alumnos en torno a 14-20 alumnos.

El edificio del centro educativo tiene dos plantas. En la planta baja podemos encontrar las oficinas y las aulas de educación infantil de 3 y 4 años en uno de los pasillos. Al

final de este pasillo podremos encontrar los aseos del profesorado. Por otro lado podemos ver la sala de profesores, comedor, biblioteca y secretaría cerca del hall de entrada. Además de lo anterior, en el pasillo principal de la planta baja estarán las aulas de 5 años de educación infantil, así como las dos líneas del primer ciclo de educación primaria y las dos líneas del tercer curso de primaria.



Si continuamos el pasillo podremos encontrar los aseos de chicos y chicas y justo en frente la puerta que va a dar acceso al patio.

Al final del pasillo principal, podremos encontrar la puerta que da acceso al gimnasio (15x20m). Este tendrá el suelo acolchado con un pavimento antideslizante de “goma”. En el recibidor del gimnasio estarán los aseos y la zona de cambio además de una puerta con acceso al almacén donde se guardará todo el material necesario para realizar la programación didáctica. El gimnasio tiene un sistema de calefacción por aire y luz natural debido a que posee grandes cristaleras.

En el primer piso podremos encontrar la sala de TICs, las aulas de ambas líneas del cuarto curso de educación primaria y las aulas de 5º y 6º de educación primaria así como una sala de apoyo.

El **horario** del centro educativo será el siguiente:

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:00	CCNN 4° B	4° A	5° A	4° B	5° B
10:00	Psicomot. 3 a	Coordinación	4° B	4° A	CCSS 4° B
11:00	6° B	6° A	6° B	CCSS 4° B	6° A
12:00	P	A	T	I	O
12:30	5ª B	CCNN 4° B	CCSS 4° B	5° B	Psicomot. 4 a
13:15	5° A	Apoyo 4° A	Sustitución	5° A	Sustitución

Para poder llegar a las horas que por ley debe cumplir un maestro de educación física será tarea del mismo impartir otras áreas curriculares como ciencias naturales, realizar clases de apoyo, sustituciones u otras tareas como ejercer de coordinador Covid-19. Además del horario lectivo, el centro contará con un programa de madrugadores y actividades extraescolares tras el horario lectivo.

3.3. CONTEXTO HUMANO

Los recursos personales del centro los podemos ver en el siguiente organigrama:



Respecto al alumnado, el desarrollo evolutivo en el que se sitúan se caracteriza por una estabilidad afectiva alta, así como una competencia motriz e intelectual muy considerable. Manifiestan una autonomía notable. El desarrollo de la lateralidad será completo. A los 11 años el desarrollo motor del niño tiene una mejoría notoria aumentando así su rapidez de ejecución de movimientos y su coordinación tanto global como óculo-motriz. Esto va a hacer que sea un momento excelente para los predeportes. Otro punto importante es la aparición de pandillas y líderes, algo que deberá ser tenido en cuenta posteriormente.

Hablando del alumnado perteneciente a nuestra programación didáctica nos situamos en el sexto curso de educación primaria teniendo 16 alumnos de los cuales 10 son chicas y 6 chicos. En cuanto a las peculiaridades del grupo, un alumno con asma. Cabe destacar también que el grupo tiene un alumno diabético y otro alumno con origen marroquí que lleva escolarizado desde 4º de primaria, por lo que en mi área no necesitará ninguna adaptación curricular. Como comentario general es un grupo bastante unido.

4. COMPETENCIAS CLAVE

Para la realización de este apartado hemos tenido en cuenta la orden ECD 65/2015 del 21 de enero. De este modo, siguiendo lo anterior podemos ver que la Educación Física debe estar estrechamente ligada a la contribución del desarrollo de competencias clave. De esta manera esta área debe contribuir a la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un ambiente saludable.

La contribución del área a todas las competencias favorece la perspectiva sistémica de los aprendizajes y el tratamiento integral de los contenidos. Analizando el perfil competencial del área de Educación Física se aprecia su especial contribución al desarrollo de la competencia matemática y las competencias básicas en ciencia y tecnología. Además, aporta una incidencia notable a la competencia de aprender a aprender y la competencia social y cívica. También contribuye al desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, la competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor, la competencia de conciencia y expresión cultural y la competencia digital. Nos apoyaremos en las convicciones de López Pacheco (2010) y de Ureña (2010) para explicar el cómo vamos a contribuir desde nuestra área para el logro de estas competencias:

○ **Competencia en comunicación lingüística**

- Aportando un vocabulario específico del área de Educación Física que, además de usarlo en la asignatura propiamente dicha, pueda utilizarse en otros contextos fácilmente.
- A través del desarrollo de habilidades comunicativas en distintos escenarios como diálogos, debates, exposiciones, etc. Estos escenarios pueden suceder de manera espontánea o propiciada por el docente.
- Mediante la potenciación de habilidades comunicativas en las que intervengan otros elementos de comunicación no convencionales. En este caso nos referimos al dominio y comprensión del lenguaje corporal. La motricidad facilita la comunicación y es un canal importante para potenciar y facilitar la expresión de emociones.
- Promoviendo la lectoescritura. Este componente lingüístico se trabajará al inicio de la unidad didáctica cuando se le inste al alumno que busque información relativa al tema ya sea mediante las TICs o métodos más tradicionales y, por otra parte, con pruebas escritas en las unidades didácticas que lo requieran.

○ **Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología**

- A través del desarrollo de aquellas cualidades físicas que están asociadas a la salud como la resistencia, fuerza resistencia y flexibilidad.
- A través de la promoción de la actividad física y deporte como medio para una vida saludable e higiénica.
- Favoreciendo la interacción con el medio físico natural.
- Mediante la creación de hábitos deportivos y de actividad física que sean respetuosos con el medio ambiente.
- Mediante el uso de habilidades de cálculo para gestionar y controlar la actividad física diaria de manera autónoma.

○ **Competencia digital**

- A través de la promoción de las TICs como medio de obtención de información relativa a la actividad física y el deporte.

- Proporcionando al alumnado herramientas TIC para gestionar su propia práctica de actividad física y deporte
 - Usando las TICs como herramienta de apoyo docente tanto dentro como fuera del aula.
- **Competencia de aprender a aprender**
 - Mediante la incentivación y orientación de la práctica de deporte y actividad física en el tiempo libre de los alumnos.
 - A través de la creación de un espíritu crítico en los alumnos que les permita saber cuáles son sus fortalezas y cuáles sus debilidades y trabajar en base a ello. En definitiva, mejorar el autoconocimiento y la competencia motriz.
 - Proporcionando técnicas de comprensión del proceso de enseñanza-aprendizaje que favorezcan el aprendizaje significativo en el alumnado.
- **Competencias sociales y cívicas**
 - A través del trabajo en equipo y la cooperación en todo tipo de escenarios que lo requieran.
 - Mediante el fomento de la reflexión y el pensamiento crítico ya sea de manera individual, parejas o en grupos.
 - Relacionando la actividad física y el deporte con ciertos acontecimientos históricos que sean relevantes para el tema que se esté tratando.
 - Usando procedimientos consensuados y democráticos por toda la clase como las negociaciones, las votaciones, los debates, etc.
- **Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor**
 - A través de incentivar un espíritu emprendedor, de autocrítica, autosuperación y de actitud positiva para mejorar las capacidades físicas o la ejecución de habilidades motrices.
 - Permitiendo la participación del alumnado en proyectos escolares relativos a la actividad física.
 - Incitando al alumnado a la proposición de cambios en los elementos curriculares de la asignatura.

○ **Competencia de conciencia y expresiones culturales**

- A través de la propulsión de la práctica de actividades físico-deportivas autóctonas o extranjeras desde el respeto, conocimiento y actitud abierta ante ellas.
- Promoviendo la adquisición de habilidades de percepción, la creatividad y el pensamiento lateral a la hora de expresarse corporalmente y por último teniendo un sentido estético para realizar dichas expresiones corporales.

5. OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN

A continuación, expongo los objetivos elaborados personalmente, enfocados a mi programación para el área de Educación Física y orientados principalmente para el sexto curso, basándome en el artículo 7 del RD 126/2014 del 28 de febrero.

OBJETIVOS DE EF PARA 6º ED PRIMARIA	O.G.E
O.1- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.	K
O.2- Aprender a tener un comportamiento social responsable y de respeto a sí mismo y a los compañeros en las actividades físicas y juegos así como a resolver los conflictos pacíficamente.	B, C, D, M
O.3- Resolver situaciones motrices diversas adaptadas a las condiciones establecidas en las diferentes actividades propuestas.	B,C
O.4- Adquirir y desarrollar las habilidades motrices básicas y capacidades físicas básicas en los diversos escenarios motrices que se presenten a lo largo de las unidades didácticas.	B, K
O.5- Distinguir roles y responsabilidades en el juego, en las actividades físicas y deportivas, tanto personales como grupales.	B,C
O.6- Conocer las posibilidades y limitaciones a nivel corporal y motriz y ser capaz de mejorarlos.	B, K

O.7- Aprender a incorporar las TIC en el aula como recurso de búsqueda de información, así como para resolver, observar y realizar los elementos técnicos/tácticos de diversos juegos y actividades físicas.	B,I, J
O.8- Reconocer y valorar la importancia de la actividad física, los hábitos y ergonomía postural, la higiene y la correcta alimentación saludable.	B,C,K
O.9- Adquirir y utilizar un vocabulario específico de educación física para relacionar los aprendizajes y conceptos de actividades físico deportivas y artístico expresivas de manera satisfactoria.	E,G,H
O.10- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo para realizar una comunicación fluida ya sea comunicando sensaciones, ideas o estados de ánimo o comprendiendo los mensajes expresivo-corporales.	B, J,
O.11- Conocer y practicar distintos juegos deportivos convencionales y alternativos, actividades físicas en el medio natural y juegos populares.	B, D, H

6. CONTENIDOS

Los contenidos son los elementos curriculares por medio de los cuales se desarrollan las capacidades expresadas en los objetivos. El termino contenidos designa el conjunto de saberes cuya asimilación por los alumnos se considera esencial.

Seguendo el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León, se tendrán 6 grandes bloques con sus correspondientes contenidos, que son los siguientes:

- **Bloque 1: Contenidos comunes**

1.A. Técnicas de trabajo individual y en grupo con atención a los diferentes roles y a la responsabilidad individual y colectiva.

1.B. Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego, y valoración del respeto a los demás, evitando estereotipos y prejuicios racistas.

1.C. Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.

1.D. Lectura, análisis e interpretación de textos relacionados con el área de EF.

1.E. Utilización del lenguaje oral y escrito para expresar ideas, pensamientos, argumentos y participación en debates, usando el vocabulario específico del área.

1.F. Realización y presentación de trabajos con orden, estructura y limpieza.

1.G. Integración responsable de las TIC en el proceso de búsqueda, análisis y selección de la información en Internet o en otras fuentes.

1.H. Utilización de las TIC para la preparación, elaboración, grabación, presentación y divulgación de las composiciones, representaciones y dramatizaciones.

○ **Bloque 2: Conocimiento corporal**

2.A. Conciencia y control del cuerpo. Interiorización y organización funcional del propio cuerpo: anticipación efectora.

2.B. Conocimiento de la influencia de la actividad física en el funcionamiento de los aparatos y sistemas básicos del cuerpo humano (circulatorio, respiratorio y locomotor).

2.C. Ejecución de movimientos de progresiva dificultad con los segmentos corporales no dominantes en situaciones variables.

2.D. Desarrollo de la percepción selectiva: anticipación de las consecuencias sensoriales del movimiento.

2.E. Adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma económica y equilibrada.

2.F. Direccionalidad del espacio. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos.

2.G. Organización del espacio de acción: ajuste de secuencias de acciones a diferentes intervalos de distancia; ajuste de trayectorias en la proyección de móviles.

2.H. Organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a los nuevos aprendizajes motrices.

2.I. Percepción y estructuración espaciotemporal: coordinación de varias trayectorias; coordinación de las acciones propias con las de otros con un objetivo común: anticipación configurativa.

2.J. Adaptación de la respiración y el control tónico a diferentes niveles de esfuerzo.

2.K. Aceptación y respeto de los cambios puberales en sí mismo y en los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica ante los modelos sociales estético-corporales.

○ **Bloque 3: Habilidades motrices**

3.A. Asimilación de nuevas habilidades o combinaciones de las mismas y adaptación de las habilidades motrices adquiridas a contextos de práctica de complejidad creciente, lúdicos o deportivos, con eficiencia y creatividad.

3.B. Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, mejora de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.

3.C. Identificación de las capacidades físicas básicas que intervienen en una actividad físico-deportiva.

3.D. Resolución de problemas motrices que impliquen la selección y aplicación de respuestas basadas en la aplicación de las habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos específicos lúdicos y deportivos, desde un planteamiento de análisis previo a la acción.

3.E. Asimilación de habilidades motrices específicas en contextos lúdicos o deportivos de complejidad creciente.

3.F. Automatización de acciones relacionadas con las capacidades coordinativas en la ejecución de habilidades deportivas.

3.G. Coordinación y equilibrio estático y dinámico en situaciones estables/inestables y de complejidad creciente.

3.H. Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones. Anticipación de estrategias y procedimientos para la resolución de problemas motrices con varias alternativas de respuestas, que impliquen al menos tres jugadores, con actitud cooperativa y mentalidad de trabajo en equipo

3.I. Disposición favorable a participar en actividades diversas, aceptando las diferencias en el nivel de habilidad.

○ **Bloque 4: Juegos y actividades físico-deportivas**

4.A. Juego y deporte como fenómenos sociales y culturales. Conocimiento del significado y alcance de acontecimientos y eventos deportivos.

4.B. Reconocimiento y valoración del juego como manifestación cultural, practicando aquellos que forman el patrimonio popular y tradicional de Castilla y León.

4.C. Iniciación al deporte adaptado al espacio, al tiempo y los recursos: juegos deportivos, convencionales y recreativos adaptados.

4.D. Juegos y actividades deportivas en el medio natural.

4.E. Preparación y práctica de juegos y deportes alternativos.

4.F. Aplicación de la organización espacial en juegos, adecuando la posición propia, las direcciones y trayectorias de los compañeros, adversarios y del móvil.

4.G. Uso adecuado y creativo de estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación-oposición.

4.H. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.

4.I. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

4.J. Actividades de adaptación a las normas de circulación y adopción de medidas de seguridad como ciclistas y/o patinadores.

4.K. Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios.

○ **Bloque 5: Actividades físicas artístico-expresivas**

5.A. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Elaboración y participación en bailes y coreografías clásicas y modernas.

5.B. Coordinación de movimientos en pareja o grupales en bailes y coreografías.

5.C. Valoración y práctica de la danza popular como manifestación social y cultural.

- 5.D. Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con creatividad.
- 5.E. Participación en situaciones que supongan comunicación corporal con reconocimiento del contenido comunicativo. Uso de diferentes técnicas expresivas.
- 5.F. Utilización de objetos en dramatizaciones y en la construcción de escenarios.

- **Bloque 6: Actividad física y salud**

- 6.A. Uso consciente y responsable de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía de la higiene corporal.
- 6.B. Dietas sana y equilibrada. Malos hábitos alimentarios. Sustancias perjudiciales.
- 6.C. Reconocimiento y valoración de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud e identificación de las prácticas poco saludables.
- 6.D. Mejora de las capacidades físicas orientadas a la salud.
- 6.E. Control corporal y autorregulación en la ejecución de actividades físicas.
- 6.F. Prevención de lesiones en la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación.
- 6.G. Valoración de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.
- 6.H. Pautas básicas de primeros auxilios.

7. ELEMENTOS TRANSVERSALES E INTERDISCIPLINARIEDAD

7.1. ELEMENTOS TRANSVERSALES

El DECRETO 26/2016 de 21 de julio, establece en su artículo 11. Elementos de carácter transversal. Comentando: Los elementos transversales a tener en cuenta son los establecidos en el artículo 10 del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero.

Respecto a este apartado voy a concretar cómo vamos a afrontar cada uno de los aspectos principales en relación con nuestra área respecto a:

1. Comprensión lectora, expresión oral y escrita, comunicación audiovisual, TIC, emprendimiento y educación cívica constitucional: Sabiendo utilizar las normas que rigen los intercambios comunicativos y el vocabulario específico que el área aporta; e implicando al alumnado en el uso creativo, crítico y seguro de las TIC a la hora de adquirir nuevos conceptos relacionados con la práctica de la actividad física.
2. Resolución pacífica de conflictos, libertad, paz, democracia, respeto a los derechos humanos y rechazo a la violencia terrorista: Ayudando a aprender a convivir, enseñándoles uno de los tres saberes, el saber estar. De este modo los alumnos interiorizarán y aceptarán una serie de normas y reglas para el funcionamiento colectivo desde el respeto, buscando el bienestar individual y colectivo.
3. Igualdad efectiva entre hombres y mujeres, prevención de la violencia de género, de cualquier forma, de racismo y xenofobia, incluido el estudio del Holocausto judío como hecho histórico: Corrigiendo desigualdades, fomentando la visibilización de la mujer en la actividad física y el deporte, introduciendo conocimientos de la realización de ciertos deportes en otras culturas y, sobre todo, haciendo un trabajo profundo de mejora de la empatía en los alumnos.
4. Desarrollo sostenible y medio ambiente, riesgos de explotación y abuso sexual, situaciones de riesgo a causa de la utilización de las TIC y protección de emergencias y catástrofes: Acercando a los alumnos y alumnas al medio natural aprendiendo a valorar la importancia que este tiene para la vida de las personas y desarrollando actitudes de respeto y cuidado hacia él. Favoreciendo el conocimiento de los ODS, así como la creación de implementos partiendo de materiales reciclados.
5. Espíritu emprendedor e iniciativa empresarial: Emplazando al alumnado a tomar decisiones en situaciones en las que debe manifestar autosuperación, esfuerzo, perseverancia y actitud positiva.
6. Aprendizaje cooperativo y asociacionismo entre el alumnado: Fomentando los elementos básicos del aprendizaje cooperativo como son la integración directa, la responsabilidad individual, la independencia mutua positiva, las competencias sociales, la reflexión y la evaluación.

7. Actividad física y dieta equilibrada: Promoviendo la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos y alumnas durante la jornada escolar dando opción a que las actividades que se realizan en el aula pueden ser extrapoladas al patio y la calle. Esto se realizará siempre bajo los términos y condiciones que, siguiendo las recomendaciones de los organismos competentes, garanticen un desarrollo adecuado para favorecer la vida activa, saludable y autónoma.
8. Educación y seguridad vial: Con el fin de que el alumnado conozca sus derechos y deberes como usuario de las vías, en calidad de peatón, viajero y conductor de bicicletas, respete las normas y señales.

7.2. INTERDISCIPLINARIEDAD

El objetivo de este apartado es relacionar todas las áreas de conocimiento a través del área de educación física reflejando de este modo que primero se educa y luego se educa lo físico, con el trabajo específico del área. Teniendo en cuenta la obligatoriedad curricular del trabajo en equipo en esta etapa educativa, podemos establecer líneas generales de coexistencia curricular entre el área de Educación Física y las demás áreas de aprendizaje.

En el área de Lengua contribuimos a un vocabulario más rico debido a las palabras propias del área. Además, se fomenta uso correcto del lenguaje verbal, así como a un mayor desarrollo de la comunicación no verbal. Por otro lado, en la unidad didáctica de malabares para anunciar la actuación final los alumnos deberán crear un discurso que luego retransmitir por la megafonía del colegio, tarea que mejorará las ciertas competencias lingüísticas.

Respecto al área de Educación Artística se contribuye a la mejora del mismo debido a que muchos materiales de nuestras unidades didácticas se crean con materiales reciclados como en las unidades didácticas de lanzamientos, malabares, implementos entre otras, así como con la creación de carteles, portadas o decoración del aula.

Hablando del área de Matemáticas el alumno puede terminar de hacer significativo el aprendizaje de dicha área en educación física, debido a que puede vivenciar y aplicar en la práctica conocimientos de numeración, medidas o tiempo, representaciones del espacio, gráficas, etc. Un ejemplo de ello sería en la unidad didáctica de orientación, de juegos populares, etc.

En relación con el área de C. Naturales: el área de Educación Física está basada sobre dos conceptos, el cuerpo y el movimiento. Es necesario comprender y conocer el funcionamiento, composición y estructura del cuerpo para luego actuar en consecuencia en Educación física. Además, se tratan temas relativos a la higiene, a la nutrición (tipología de los alimentos, importancia de una dieta equilibrada, problemas asociados a la falta de nutrientes.) y hábitos posturales.

El área de C. Sociales, relacionado con la historia los alumnos podrán recabar información relativa a los juegos populares que se realizarán el tercer trimestre y por otro lado se trabajará contenido social como la importancia de los derechos sociales y el respeto de manera transversal en toda actividad que realicen en el aula.

Respecto al área del Idioma Extranjero (inglés) los alumnos podrán aprender conocimientos y conceptos en ambos idiomas debido a que el origen de muchas actividades, juegos y deportes tienen como origen la lengua anglosajona.

Música, se llamará la atención sobre los distintos tipos de ritmos y músicas que existen y cuál se adapta mejor a la actividad que se vaya a realizar. Además de ello en diversas unidades didácticas como la de expresión corporal el ritmo, la expresión corporal, las danzas son partícipes y protagonistas.

8. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

Toda programación incluirá necesariamente por cada materia las actividades complementarias y extraescolares, con ellas, se pretende ampliar y reforzar la práctica docente, a la vez, que se favorece la consecución de otros objetivos: integrar a los alumnos en el centro; fomentar el asociacionismo, capacidad de organización, responsabilidad, autonomía; conjuntar de forma global diversión y educación;..., todo ello, en línea con los principales fines educativos: la formación integral del alumno (ya que éstas se pueden considerar como transición entre el horario lectivo y el tiempo de ocio).

Además, las actividades extraescolares son uno de los puntos que debe tener la programación didáctica, como la ley mediante el decreto 26/2016, de 21 de julio por el que se establece el currículo de educación primaria el Castilla y León en sus artículos 16 y 18.

Por un lado, tenemos las actividades extraescolares que son las a potenciar la apertura del centro a su entorno y a procurar la formación integral del alumnado. Las actividades extraescolares se realizarán fuera del horario lectivo, tendrán carácter voluntario para el alumnado y buscarán la implicación activa de toda la comunidad educativa.

Como objetivo tienen Conocer y fomentar la participación activa del alumno/a hacia las actividades culturales, deportivas y de ocio que ofrecen los diferentes entornos.

Las actividades extraescolares son un complemento ideal para la formación integral de los alumnos. Las posibles actividades serán las siguientes:

- Salida al CRIE
- Excursión fin de curso

Por otro lado, se consideran actividades complementarias las organizadas durante el horario escolar por los centros, de acuerdo con su proyecto curricular y que tienen un carácter diferenciado de las propiamente lectivas, por el momento, espacio o recursos que utiliza.

El objetivo de estas actividades será Hacer llegar al centro aquellas actividades propuestas por otras instituciones o entidades que tengan carácter educativo y cultural. Así como conocer y comprender el medio físico, cultural y social de su entorno próximo.

Las actividades planteadas, se encuentran supeditadas a las posibilidades de disponibilidad del centro y de sus recursos, así como, al interés y participación del alumnado en las mismas. No se debe olvidar la posibilidad, de ofrecer un tratamiento interdisciplinar junto con el resto de las áreas.

Las posibles actividades complementarias serán las siguientes:

- Desayunos saludables.
- Charla paraolímpicos
- Educación vial
- Visita al Club de Baloncesto de la capital.

9. METODOLOGÍA Y ASPECTOS ORGANIZATIVOS

9.1. METODOLOGÍA

En cuanto a los aspectos metodológicos, nos basamos en las características que nos aporta Sánchez Bañuelos (1992) para comprender cómo debe ser una metodología:

- Flexible: permitiendo ajustar las propuestas del ritmo a cada alumno/a
- Activa: el alumno/a es el protagonista de su propia acción
- Participativa: favorecerá el trabajo en equipo fomentando la cooperación
- Inductiva: debe favorecer el autoaprendizaje, de manera que sea capaz de resolver planteamientos motrices
- Integradora: propone aglutinar, en un solo proceso, las técnicas, HyD.
- Lúdica: el juego ocupa una parte importante en la actividad del niño/a

Respecto a la legislación, en el Decreto 26/2016, de 21 de julio podemos encontrar en el anexo I.C las orientaciones metodológicas. En relación con la educación física podemos encontrar ciertas orientaciones metodológicas. La educación física deberá ofrecer situaciones, materiales, recursos y contextos de aprendizaje variados, que:

- Utilicen elementos transversales en función de las características madurativas, atención a la diversidad y respeto a los ritmos y estilos de aprendizaje correspondientes a cada alumno, para progresar en su competencia motriz.
- Combinen diferentes modelos de sesiones y actividades
- Permitan al alumnado conocer su propio cuerpo y sus posibilidades y desarrollar las habilidades motrices básicas en contextos de práctica con una progresión a lo largo de los cursos
- Desarrollen la capacidad de relacionarse entre iguales, el respeto, la colaboración, la resolución de conflictos y el desarrollo de iniciativa personal
- Utilicen el juego como recurso imprescindible de aprendizaje

Además de lo anterior las propuestas didácticas deben incorporar la reflexión y el análisis, la creación de estrategias para facilitar la transferencia de conocimientos, deberán ir de lo global a lo específico, primando la diversidad ante la especificidad creando así una base motriz sólida que sirva para otros aprendizajes.

Por último, se deben integrar las tecnologías de la información y la comunicación en la búsqueda, selección, archivo, difusión y presentación de las propuestas pedagógicas, así como en la planificación de experiencias educativas y como medio para consolidar los conocimientos y el vocabulario específico del área.

En cuanto al estilo de enseñanza, los métodos corresponderán con los objetivos que se pretendan en cada unidad didáctica. Ello no quiere decir que en cada unidad didáctica se utilice un solo método, por el contrario, normalmente se combinarán, siendo los objetivos didácticos los que marquen la predominancia de un método u otro. Los estilos que utilizaremos serán la asignación de tareas para la realización de circuitos de habilidades; el descubrimiento guiado para la enseñanza de estrategias y tácticas en diferentes juegos y habilidades deportivas y por último el mando directo en aquellas actividades que requieran un control estricto por parte del profesor.

Se utilizará el juego como instrumento básico ya que mediante una actividad lúdica va a hacer que el aprendizaje sea más constructivo y significativo.

9.2. ASPECTOS ORGANIZATIVOS

Respecto al espacio, decir que desempeña un papel muy importante en la actividad motriz. El alumnado suele identificar con dicha actividad un espacio muy determinado. La voz del maestro será la de llevar la acción motriz a otros espacios y lugares que, de ordinario, no se identifiquen como específico de esta área. Se debe de vestir ese espacio para que nuestro alumnado oriente así su aprendizaje.

Respecto al material nos decantaremos por material polivalente, que nos permitirá desarrollar mayor número de contenidos. Emplearemos material monovalente por motivos de seguridad cuando haya riesgo o me lo pide el trabajo que estoy desarrollando. No debemos olvidar la construcción propia del material por parte del alumnado. La actividad física no debe estar supeditada a los recursos materiales, sino a mejorar cualitativamente la competencia motriz.

Hablando de los agrupamientos las actividades abarcarán todas las posibles formas de agrupamiento para el trabajo del alumnado, desde el enfrentamiento individual o en parejas con las tareas concretas, la organización de pequeños grupos con un objetivo común, la organización en gran grupo, o cualquier otra variable adecuada a los objetivos que se pretende conseguir.

Además, se promoverá la participación en una tarea común y en la búsqueda de un aprendizaje cooperativo y de actividades en equipo. A la hora de formar grupos he tenido en cuenta una serie de factores: favorecer la heterogeneidad como elemento enriquecedor del grupo. Se tratará de que los grupos sean mixtos. Los agrupamientos tenderán a la integración de todos nuestros alumnos y tendrán en cuenta el principio de Atención a la Diversidad.

Los tiempos serán uno de los aspectos más importantes a tratar dada la poca carga horaria de la educación física. De este modo se tendrán en cuenta una serie de aspectos como la preparación de la clase (cambio de vestuario, pasar lista) que las explicaciones de las tareas sean claras, breves y concisas o, por último, pero no menos importante, la rentabilidad en el montaje del material de las unidades didácticas.

Atendiendo al tema del diseño de actividades de enseñanza aprendizaje, en las unidades didácticas de educación física creemos conveniente diferentes tipos de actividades. El orden y estructura lógica de los distintos tipos sería el siguiente:

Actividades con función de evaluación inicial, con función de motivación, actividades de desarrollo y aprendizaje, actividades de resumen, actividades de refuerzo o ampliación y por último actividades de evaluación.

El modelo de sesión que se va a desarrollar en esta programación didáctica será el siguiente:

- a) Parte inicial: informar a los alumnos sobre los objetivos; crear un clima agradable para desarrollar la clase de E.F; establecer las tareas de control
- b) Parte principal: donde se proponen las tareas a los alumnos/as para que se cumplan los objetivos didácticos. Aquí deben quedar determinados: objetivos; operaciones de organización; operaciones para realizar y acondicionamiento del medio
- c) Parte final: valorar el trabajo de los alumnos/as, realizar tareas de vuelta a la calma.

No consideramos la reflexión como parte de la sesión, pero aparece en todas ellas.

10. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Cabe destacar la importancia de este epígrafe, y se debe mencionar que nos apoyaremos en Miñambres (2001) y en el *DSM-5* del año 2014 para comprender mejor el cómo trabajar la atención a la diversidad en el aula de EF. En cuanto al alumno con diabetes insulino dependiente, basándonos en los protocolos de actuación ante urgencias sanitarias en los centros educativos de Castilla y León, la enfermedad de la diabetes consiste en un déficit de insulina, lo que conlleva un aumento de glucosa en sangre. Para controlar lo anterior, se requiere de un aporte de insulina, un control de la dieta y un ajuste del ejercicio. Se pueden dar dos sucesos con estos alumnos.

Por un lado, la hipoglucemia que es la disminución de la glucosa en sangre por debajo de 60 mg/dl. Presenta síntomas como temblores, sudoración, palpitaciones y hambre y en un estadio ya avanzado mareos, confusión, convulsiones y coma. El proceso para revertir el estado del alumno será administrar 10 gr de azúcares mediante dos terrones de azúcar, dos pastillas de *glucosport* o una bebida azucarada). Si persisten los síntomas se repetirá el proceso anterior. Una vez recuperado se administrará una ración de carbohidratos de absorción lenta como pan. Si el alumno está inconsciente se llamará al 112 y no se le darán alimentos de ningún tipo.

Por otro lado, la hiperglucemia es el aumento de la glucosa en sangre por encima de los 180 mg/dl. Presenta síntomas tales como mucha sed, náuseas, vómitos, dolor abdominal y alteración de la conciencia llegando incluso al coma. El procedimiento en este caso será si existe pérdida del conocimiento llamar al 112 y si no hay pérdida del conocimiento, derivar a un Centro Sanitario.

Para continuar con este apartado, pasamos a hablar del alumno asmático. Siguiendo el documento anteriormente citado podemos definir una crisis asmática como un episodio de broncoespasmo que cursa con dificultad respiratoria, tos seca y, en ocasiones, al alumno le suena el pecho (“pitos”) así como sensación de opresión torácica. Generalmente se instaura de forma brusca, desencadenada por ejercicio físico o exposición a algún factor ambiental como puede ser los ácaros del polvo, el polen o el epitelio de animales.

En el caso de estos alumnos con crisis asmáticas los padres, tutores o responsables legales deben proporcionar fotocopias de informes médicos al centro para actuar en consecuencia. En orden de realización las actuaciones serán las siguientes:

1. Tranquilizar al alumno y mantenerle en reposo (sentado).
2. Evitar si es posible el factor desencadenante y otros irritantes del sistema respiratorio como son el humo del tabaco u olores fuertes.
3. En el tratamiento de una crisis asmática se usan broncodilatadores inhalados como son el *ventolín* o el *terbasmán*. Se administraría la medicación entre 2-4 inhalaciones, nunca más debido al carácter nocivo y altamente peligroso de dicha medicación. Si persiste el caso llamar al 112.

Además de todo lo anterior mediante el uso de ciertos estilos de enseñanza tales como la asignación de tareas estaremos dando respuesta a las necesidades individuales de cada alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje atendiendo así a la heterogeneidad de necesidades educativas que pueda presentar el aula.

11. PLANES Y PROYECTOS

En este apartado se abarcarán los planes y proyectos, los cuales tienen por objeto que los niños y las niñas se desarrollen de forma integral. Para ello organizamos y planificamos actividades, espacios y materiales. Desarrollamos un buen número de actividades, planes, programas y proyectos educativos para mejorar la calidad de nuestra oferta y nuestro proyecto educativo. A continuación, se detallarán los planes y proyectos más relevantes:

- **Plan de contingencia y digitalización:** este plan es de trascendental importancia dada la situación actual por la que podemos tener de manera frecuente alumnos confinados en casa unos días a causa del COVID-19. En este plan los alumnos tendrán garantizada la educación, aunque, por la causa que fuere, no pudieran estar presencialmente en el centro. Esto sería posible mediante la realización de vídeos que dieran respuesta a los retos / propuestas educativas que fueran planteadas por los profesores de educación física. Otro punto interesante para mejorar la motivación intrínseca es que los alumnos que estén en estas circunstancias plantearan retos a los compañeros relativo a los contenidos que se estén realizando en el momento.

- **Plan de acogida:** mediante este plan daremos respuesta a los casos en los que en nuestro centro escolar aparezcan alumnos extranjeros teniendo conocimientos de nuestro idioma, o no. Centrándonos más en el segundo caso, se hará una presentación alumno-tutor y se organizará una serie de refuerzos educativos para el aprendizaje del castellano. Además de ello, se asignará un alumno tutor que será el encargado de ayudar a conocer el centro e incluir al alumno socialmente en el centro. Hablando más concretamente del área de educación física, sería interesante repetir la primera unidad didáctica para que así obtener conocimiento del alumno en concreto en cuanto a los ámbitos social, motor, cognitivo y afectivo, así como que el alumno aprenda los juegos más importantes con los que trabajaremos durante el año escolar.
- Además de todo lo anterior, los docentes contamos con diversas herramientas para poder comunicarnos con el alumnado con un idioma natal distinto al castellano, como son Google Lens (herramienta que traduce un texto realizando una foto con la cámara), Google traductor, mediante pictogramas castellano – idioma que deseemos, etc.
- **Nuevas tecnologías:** con este proyecto se ofrecerán nuevas oportunidades de aprendizaje mediante las TICs. Mediante ello, facilitaremos la búsqueda de información sobre aspectos a tratar en nuestras sesiones, relacionados con historia, normativa u otras peculiaridades de la temática a tocar. Cabe destacar también que una herramienta importante a utilizar será TEAMS para mantener contacto con los alumnos que estén confinados por COVID-19.
- **Plan de convivencia:** se realizarán actividades y programas que propicien el conocimiento y sociabilización de los alumnos. Para ello se intervendrá coordinadamente ante casos de alumnos conflictivos ofreciéndoles respuestas adaptadas. Para ello se diseñarán y desarrollarán actividades para mejorar los cauces de resolución de conflictos. Otra herramienta importante será el uso del debate y diálogo ante situaciones conflictivas, trabajando la empatía y la inteligencia emocional.
- **Igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres:** como hemos dicho en anteriores planes, se trabajará la empatía y la inteligencia emocional para así conseguir un respeto y la valoración de los compañeros. De esta manera fomentaremos una participación equitativa, cooperación de todo el grupo, rompiendo así con estereotipos sexistas que subyacen de determinados juegos y prácticas deportivas.

12. EVALUACIÓN

Parto de la legislación, la ley vigente es la LOE, modificada por la LOMLOE que entró en vigor en enero de 2021 y que desde ese momento derogó a la LOMCE (dejó de existir a nivel legal). Sin embargo, lo que sí están vigentes son los documentos legales derivados de la LOMCE, hasta que la “nueva ley” aporte los suyos propios. Y es que la LOMLOE está en fase de desarrollo normativo, así como en fase de implantación paulatina y a expensas del nuevo desarrollo curricular. A efectos de currículo, actualmente sigue vigente:

El RD 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. En su artículo 2, define los diferentes elementos curriculares, entre ellos el CE y EA.

- Los CE son el referente específico para evaluar el aprendizaje del alumno
- Los EA son los especificadores de los Ce que concretan lo que el alumno debe saber, conocer y saber hacer en cada momento.

El anterior RD se desarrolla en CyL en el decreto 26/2016, de 21 de julio, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

Por otra parte cabe destacar la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, en la que se establecen las relaciones entre las competencias, contenidos y CE. En su artículo 7 nos habla de la evaluación de las CC, y establece que:

- Las CC deben establecer relación con los EA
- Su nivel de desempeño se podrá medir a través de los indicadores de logro, utilizando rúbricas o escalas de evaluación.
- El grado de adquisición de las CC debe estar integrado con la evaluación de los contenidos

Por último comentar el RD 984/2021, de 16 de noviembre por el que se regula la evaluación y la promoción en la Educación primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria, el Bachillerato y la F.P.

Dicho documento, en su artículo 3 nos comenta: “La evaluación se llevará a cabo tomando como referentes los diferentes elementos del currículo que se recogen en el RD 126/2014, de 28 de febrero por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria...” Que es el referente que vamos a tener presente, junto con el

de las propias CCAA, pero teniendo muy presente que en la Disposición derogatoria única quedan derogados los artículos 11 y 12 (en el que se habla sobre promoción y la evaluación del proceso de enseñanza) del RD 126/2014 de 28 de febrero y los artículos 20,21,22,23,30,31,32,33 y 34.

En dicho RD (984), en su artículo 8 especifica cómo será la Evaluación en Educación Primaria:

1. La evaluación del alumnado será continua y global y tendrá en cuenta su progreso en el conjunto de los procesos de aprendizaje.
2. En el contexto de este proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo.
3. Los centros docentes podrán, conforme a las orientaciones de las administraciones educativas, elaborar programas de refuerzo o de enriquecimiento curricular que permitan mejorar el nivel competencial del alumnado que lo requiera.
4. El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.
5. Con independencia del seguimiento realizado a lo largo del curso, el equipo docente llevará a cabo la evaluación del alumnado de forma colegiada en una única sesión que tendrá lugar al finalizar el curso escolar.

12.1. PROCESO DE APRENDIZAJE

En relación a la evaluación del aprendizaje del alumnado, vamos a dar respuesta a los siguientes interrogantes: *¿Qué evaluar?, ¿Cómo evaluar? ¿Cuándo evaluar? ¿Para qué evaluar?*

En cuanto al **qué evaluar**, a modo de resumen, el esquema de evaluación en relación a los procesos de aprendizaje toma como referentes de evaluación:

- Los objetivos generales de etapa
- Competencias clave
- Los contenidos del área de E.F.
- Criterios de evaluación
- Estándares de aprendizaje

Tomo como referentes los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables que figuran en el Anexo IC del Decreto 26:

1. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto de espectador como participante ante posibles situaciones conflictivas surgidas desde el respeto.
 - 1.1. Adopta actitud crítica ante modas e imagen corporal de modelos publicitarios.
 - 1.2. Muestra buena disposición para solucionar conflictos y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica deportiva.
2. Extraer información en temas de interés de la etapa y compartirla utilizando las tecnologías de la información y comunicación como recurso de apoyo.
 - 2.1. Utiliza las TICS para localizar y extraer la información que se solicita.
 - 2.2. Presenta trabajos atendiendo a pautas con orden y limpieza, exponiéndolo de forma coherente respetando las opiniones de los demás.
3. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.
 - 3.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y expresivas ajustándose a parámetros espacio temporales.
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico deportivas y expresivas.
 - 4.1. Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos relacionados con el aparato locomotor.
5. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.
 - 5.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y niveles de competencia motriz.
6. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.
 - 6.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.

7. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y actividad física, aplicando principios y reglas de forma individual, coordinada y cooperativa.
 - 7.1. Utiliza los recursos adecuados resolviendo situaciones tácticas individual y colectiva.
8. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo en relación a sus posibilidades y la salud.
 - 8.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientas a la salud en relación con los valores a su edad.
9. Conocer la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.
 - 9.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.
 - 9.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.
10. Manifestar capacidad de adaptación y respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre dirigidas hacia su preservación.
 - 10.1. Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se generan en las actividades en el medio natural, respetando la flora y fauna del lugar.
11. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, aceptando las normas y reglas establecidas, actuando con interés e iniciativa personal y grupal.
 - 11.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz, demostrando autonomía y confianza ante diferentes situaciones con espontaneidad y creatividad.
 - 11.2. Participa en la recogida y organización del material utilizado en las clases, aceptando formar parte del grupo que le corresponde y mostrando deportividad.
12. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma creativa y estética, comunicando sensaciones, emociones e ideas.
 - 12.1. Representa personajes, situaciones, ideas y sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.
 - 12.2. Conoce y lleva a cabo bailes y danzas de distintos culturas y épocas a través de la coreografía, a partir de estímulos rítmicos y/o musicales.

13. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.

13.1. Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.

Respecto al **cómo evaluar**, la tipología de evaluación que se va a seguir en esta programación didáctica será criterial. Siguiendo la idea de Blázquez (2006), los resultados obtenidos por los alumnos se comparan con otros resultados realizados por él mismo, valorando por una parte el proceso realizado respecto de su evaluación inicial y por otra, si ha alcanzado los niveles mínimos establecidos en unos determinados criterios fijados previamente. En este caso los criterios serán los que se han aportado anteriormente en este apartado.

En cuanto a la **técnica de evaluación** a utilizar, continuaremos con lo que dice D. Blázquez, realizando una evaluación cualitativa y observacional. De este modo utilizaremos técnicas de evaluación cualitativas en las actividades que se diseñen para la evaluación, siendo estas similares o iguales a las habituales. Por otro lado, se utilizará la observación y el registro de datos como instrumentos fundamentales. Cabe destacar que para que la observación sea válida debe estar planificada, sistematizada, registrada y ser lo más completa posible.

De esta manera, para poder evaluar los contenidos, se utilizarán los siguientes instrumentos o mecanismos para dicha tarea:

- Fichas de observación, que permiten una sistematización de la observación sobre determinadas tareas o capacidades.
- Listas de control para explicitar los aspectos que vamos a explicar, poniendo un sí o un no, la duda, o el cumplimiento
- Escalas de clasificación, mediante las listas de control para valorar al alumno en una escala, normalmente del 1-5 (mal, regular, bien, muy bien, excelente)
- Técnicas de observación directa para evaluar actitudes como la cooperación o la tolerancia
- Cuestionarios o realización de trabajos teóricos para la evaluación de los contenidos de tipo conceptual

- Las TICs, ya que según Barahona (2012), quien nos muestra los *pros* y los *contras*, el uso de las mismas es un recurso imprescindible en el proceso de e/a aprendiendo y evaluando contenidos a través de esta herramienta. Destacar: *Idocceo* o *school rubric* para las rúbricas de evaluación, *kahoot*, *socrative* o *quizizz* para cuestionarios.

En 6º, al finalizar el curso, se deberá emitir un informe de evaluación final de la etapa. Cada una de las áreas realizará una valoración de logros de los estándares por bloque de contenido, como marca el Decreto 26.

III. NIVEL DE ADQUISICION DE LOS APRENDIZAJES

BLOQUE DE ASIGNATURAS ESPECÍFICAS

ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA	CALIFICACIÓN FINAL	1	2	3
Valoración del logro de los estándares por Bloques de contenido.	1. Conocimiento corporal			
	2. Habilidades motrices			
	3. Juegos y actividades deportivas			
	4. Actividades físicas artístico-expresivas			
	5. Adaptación al entorno físico			
	6. Actividad física y salud			

1. Estándares no adquiridos

2. Estándares en vía de adquisición

3. Estándares adquiridos

En cuanto **al cuándo evaluar**, la evaluación es un proceso continuo que se desarrolla a lo largo de todo el proceso de e/a. se pueden distinguir tres momentos dentro de este proceso continuo: un antes, un durante y un después del proceso de e/a.

- Antes del proceso: evaluación inicial. Los referentes para esta evaluación son los requisitos previos para el aprendizaje que comienza.
- Durante el proceso: evaluación formativa. Se obtiene información y se orienta en base a ella al alumno para que tenga continuidad en el aprendizaje. Se le informará al alumno de sus errores para que así mejore sus fallos.
- Final del proceso: evaluación global. Se realiza al final de la UD, curso o etapa. Nos informará del grado de consecución de los objetivos generales de área.

Respecto a la **planificación del proceso** de evaluación, en primer lugar, tendremos como referencia los criterios de evaluación que ya hemos explicitado anteriormente. El siguiente paso será delimitar los aspectos a evaluar seleccionando aspectos concretos de cada criterio, leyéndolos con detenimiento y aportando perspectivas personales que serán distribuidas en todas las Unidades Didácticas. Después hemos diseñado una serie de actividades para cada aspecto que habrán de estar contenidas en dichas unidades didácticas y por último hemos diseñado las hojas de registro y los boletines de información para los padres. Respecto a esta evaluación trimestral, hemos de aclarar una adecuada estructuración de los contenidos que vamos a evaluar, para establecer las calificaciones y especificar después como las llevaremos a cabo. Y, por último, para acabar de definir la evaluación del proceso de aprendizaje, debemos determinar los criterios de calificación y recuperación. El desglose en porcentajes sería el siguiente:

- Teoría: 15-25%
- Práctica: 50-70%
- Actitud: 20-40%

Cabe destacar que dependerá de cada unidad didáctica, dando mayor porcentaje a aspectos actitudinales en las que predominen los juegos. Evaluaremos también parámetros como el esfuerzo, la participación, el respeto, así como el desarrollo y contribución del desarrollo de las competencias clave.

12.2. PROCESO DE ENSEÑANZA

En este apartado se dará respuesta al *qué, cómo y cuándo* evaluar con el fin de mejorar competencia profesional docente.

En cuanto al **qué evaluar**, en relación con la práctica docente observamos que en el Decreto 26 nos hablan de que para evaluar las programaciones docentes deberemos tener presente unos indicadores de logro. En nuestro caso, estos serán:

- Los resultados de los alumnos
- Las actuaciones de los maestros
- Las actividades que se han realizado correctamente
- La práctica en el aula a través de la actuación del maestro en el desarrollo de las sesiones

ESCALA DE OBSERVACION PARA EL PROFESORADO

Se usa la siguiente rúbrica para valorar el ajuste entre lo programado y el resultado:

	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1. Has realizado la programación teniendo en cuenta mi contexto, los elementos del currículo y documentos del centro				
2. Has respetado la distribución temporal de las unidades por evaluaciones				
3. Has tenido en cuenta los aprendizajes básicos necesarios para aprobar la materia.				
4. Has aplicado los procedimientos de evaluación programados				
5. Has aplicado medidas de atención a la diversidad a los alumnos que las han requerido				
6. Has aplicado la metodología didáctica programada				
7. Has llevado a efecto medidas de refuerzo dirigidas a los alumnos con dificultades				
8. Has puesto en práctica medidas para estimular el interés y el hábito de la lectura y capacidad de expresarse correctamente				
9. Has utilizado los materiales y recursos programados				
10. Has realizado las actividades complementarias y extraescolares programadas				

Los aspectos organizativos a evaluar serán:

- Idoneidad del espacio y materiales

- Orden de las actividades y tareas y el tiempo dedicado a cada actividad
- Distribución y agrupaciones de los alumnos en el espacio
- Uso de la metodología adecuada

Respecto a la intervención docente se evaluará:

- El diseño de actividades, sesiones y unidades didácticas
- Intervención en el aula
- Relación entre alumno – maestro
- Grado de cumplimiento de los contenidos
- Adaptación de los contenidos y actividades al alumnado

En cuanto al cómo evaluar, para Sánchez Bañuelos (1992) la evaluación necesita instrumentos específicos que garanticen sistematicidad y rigor.

Los instrumentos de registro de profesor o equipo docente serán

- Registro anecdótico
- Escalas de estimación
- Escalas de clasificación
- Diario del profesor
- Opiniones de los alumnos

En cuanto al cuándo evaluar, en la práctica docente tenemos varios momentos:

- Evaluación inicial que toma como referente:
 - El punto de partida de los alumnos en clase, la situación del equipo docente y los medios materiales disponibles
- Evaluación del proceso:
 - De forma continua en el desarrollo de las sesiones
 - Al finalizar cada UD
 - Al periodo de revisión de la propuesta pedagógica
- Por otra parte, debemos contemplar la evaluación final, que implica la evaluación a través de las programaciones didácticas.

13. RELACIÓN CON LOS ELEMENTOS DEL CURRÍCULO

UD	CC	OBJ	BLOQ. CONT.	CE	EA
1. ¿Sabemos jugar?	CSC,CAA	A,B,C,K	1,2,4,6	1,3,4,5,6,7,8,1 1,	1.2,3.1,4.1,5.1,6.1,7.1,8. 1,11.1,11.2,13.1
2. Grandes juegos	SIE,CSC, CCL	A,B,C,K	1,3,4	1,3,4,5,7,8,11, 13	1.2, 3.1, 4.1,5.1,7.1, 8.1, 11.1,11.2,13.1
3. EI ATOMIUN	CAA, SIE	A,B,C,K	1,2,3	1,3,4,5,7,8,11, 13	1.2, 3.1, 4.1,5.1,7.1, 8.1, 11.1,11.2,13.1
4. Nos expresamos corporalmente de manera colaborativa	SIE, CSC	A,B,J,K	1,2,5	1,3,4,5,8,11,12 ,13	1.1,1.2, 3.1, 4.1, 5.1,8.1,11.1,11.2,12.1,1 2.2,13.1
5. Había una vez... ¡Un circo!	CAA, SIE	A,D,K.	1,2,3	1,2,3,4,5,7,8,1 1,13	1.2,2.1, 3.1, 4.1, 5.1, 7.1, 8.1, 11.1,11.2,13.1
6. El stick	CSC,CAA	A,B,C,I,K	1,3,4	1,2,3,4,5,7,8,9, 11,13	1.2,2.1,2.2, 3.1, 4.1, 5.1, 7.1, 8.1,9.1,9.2, 11.1,11.2,13.1

7. Roscón volador	CSC, CAA	A,B,D,I,K	1,3,4	1,2,3,4,5,7,8,9, 11,13	1.2,2.1,2.2, 3.1, 4.1, 5.1,7.1,8.1,9.1,9.2,11.1, 11.2,13.1
8. Jugamos a baloncesto	CAA, CSC,CLL	A,B,D,H,K.	1,3,4,6	1,2,3,4,5,7,8,9, 11,13	1.2,2.1,2.2, 3.1, 4.1, 5.1,7.1,8.1,9.1,9.2,11.1, 11.2,13.1
9. Jugamos como antes	CEC, CAA,SIE	A,B,D,K.	1,3,4	1,2,3,4,5,7,8,9, 11,13	1.2,2.1,2.2, 4.1, 5.1, 7.1, 8.1, 9.1,9.2, 11.1,11.2,13.1
10. Raqueta al volante	CMCT,CAA, CD	A,B,D,I,K	1,3,4,6	1,2,3,4,5,7,8,9, 11,13	1.2,2.1,2.2, 3.1, 4.1, 5.1,7.1,8.1,9.1,9.2,11.1, 11.2,13.1
11. Nos orientamos	CAA, SIE,CMCT	A,B,K,M	1,4,6	1,2,3,5,7,8,9,1 0,11,13	1.2,2.1,2.2, 3.1,4.1, 5.1,7.1,9.1,9.2,10.1, 11.1,11.2,13.1

14. SECUENCIACIÓN

Para la puesta en práctica de todo lo anterior se utilizará la siguiente secuencia de unidades didácticas las cuales he dividido en trimestres:

Primer trimestre:

- ¿Sabemos jugar?
- Grandes juegos
- Atomium
- Nos expresamos corporalmente de manera colaborativa

Es pertinente la selección de estas unidades en el primer trimestre ya que vamos a refrescar con las unidades didácticas iniciales el respeto por la normativa y los compañeros. Además, trabajaremos la coordinación y el equilibrio mediante el atomium ya que estas dos habilidades perceptivo motrices son básicas para el desarrollo del resto. Para terminar, tendríamos la expresión corporal, que justo previo a las navidades es interesante su realización para su posterior aplicación en posibles actuaciones en el festival de navidad.

Segundo trimestre:

- Había una vez... UN CIRCO
- Stick
- Roscón volador
- Jugamos a baloncesto

La secuenciación del segundo trimestre se centra más en el trabajo de las habilidades motrices básicas de una manera global y mediante una serie de actividades lúdicas y deportivas que el alumnado pueda trasladar al tiempo libre como son el stick, el disco volador, los malabares o el baloncesto.

Tercer trimestre:

- Jugamos como antes
- Raqueta al volante
- Nos orientamos

Terminando con el tercer trimestre, los juegos tradicionales es una unidad didáctica que realizarán al venir de semana santa puesto que los alumnos tendrán que obtener información relativa a los juegos tradicionales que realizaban sus familiares en este periodo vacacional. Por otra parte será un momento óptimo para realizar bádminton y orientación sobre todo dada la climatología favorable para realizar carreras de orientación en el entorno natural que poseemos en las proximidades del centro.

15. CONCLUSIÓN

Para concluir me gustaría dar importancia a la influencia que tenemos los docentes sobre nuestro alumnado y por ello debemos otorgarles una educación de calidad. Los docentes tenemos en nuestras manos una gran responsabilidad, el futuro de las generaciones venideras, por tanto tenemos que actuar en consecuencia y dar el valor y el rigor que se merece al trabajo que hacemos.

De este modo debemos ser rigurosos a la hora de realizar la programación. Uno de los pilares para realizar esta tarea de este modo es adecuarse a lo que dice la legislación vigente y ser lo más congruente entre todos los elementos de los que se compone la programación didáctica. Para que la práctica sea lo más efectiva posible debe haber detrás una buena planificación. Esta es la base de un trabajo docente efectivo y eficiente. Lo que nos diferencia de ser un simple monitor de ocio y tiempo libre es que nuestros alumnos además de divertirse, aprenden en el transcurso de nuestras clases y sean capaz de dar cuenta de los conocimientos adquiridos. Esto solo lo podremos realizar con una evaluación del proceso de aprendizaje rigurosa, sistematizada y estructurada.

Por otro lado, creo que con esta programación didáctica he atendido a la necesidad imperiosa que tiene la sociedad actual de fomentar el deporte y la actividad física. Como decía antes la influencia que podemos tener sobre los niños debemos aprovecharla y usarla a nuestro favor tratando de incentivar y facilitar que los alumnos cojan gusto por el deporte y por la actividad física.

De este modo, con múltiples unidades didácticas de la programación se han brindado tanto materiales con los que realizar actividad física y juegos, como todo tipo de juegos que realizar sin necesidad de demasiado material, así como iniciaciones deportivas que poder realizar en su tiempo libre.

16. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM – 5) (Quinta Edición)*. Madrid: Editorial médica panamericana.
- Barahona, J. (2012). La enseñanza de la Educación Física implementada con TIC. *Revista Educación física y deporte*, 31 (2), 1047-1056.
- Blázquez, D. (2006). *Evaluar en educación física*. Barcelona: Inde Publicaciones.
- BOCyL núm. 117. ORDEN EDU/519/2014 (20 de junio 2014).
- BOE núm. 52. Real Decreto 126/2014 (Mecd, Madrid 1 marzo 2014).
- López Pacheco, J. (2010). Contribución de la Educación Física a la adquisición de las competencias básicas en Bachillerato. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 1 (6), 36-46.
- Miñambres, A. (2001). *Atención educativa a la diversidad en el nuevo milenio*. Universidad de la Coruña: Servicio de Publicaciones
- Sánchez Bañuelos, F (1992). *Base para una didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Madrid: Gymnos.
- Ureña, F. (2010). *La Educación Física en Secundaria basada en competencias. Proyecto curricular y programación*. Barcelona: INDE.

17. ANEXOS

- **Anexo I:** Unidad Didáctica 1 Pág. 42
- **Anexo II:** Unidad Didáctica 2Pág. 53

UNIDAD DIDÁCTICA 1

1. TÍTULO

La unidad didáctica que se va a explicar a continuación se llama “Nos expresamos corporalmente de manera colaborativa”.

2. LOCALIZACIÓN

Esta UD guarda relación con todo el bloque 5 “Actividades físicas artístico-expresivas” del BOCyL. Más concretamente con el punto 4 del bloque 5 de contenidos del sexto curso de educación primaria del boletín oficial de Castilla y León el cual cito textualmente: *Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad.*

3. JUSTIFICACIÓN

Es pertinente la implementación de esta unidad didáctica debido a que el porcentaje de la comunicación que es no verbal y por ende se realiza con el cuerpo es significativamente superior a la verbal, además de ser inconsciente, según Patterson (2011).

Además, puede haber discentes que tienen problemas relacionales, por tanto el realizar actividades que implican cierto grado de implicación y confianza pueden ser beneficiosas para incentivar la integración de dichos alumnos en el grupo de la clase.

4. CONTEXTO

Para desarrollar en el CEIP con contexto desarrollado en la propia programación, con el alumnado del curso de 6º durante el mes de diciembre en el gimnasio del centro.

5. ESTRUCTURA DE LAS SESIONES

<p>MOMENTO DE ENCUENTRO (5-15m)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación del proyecto “Nos expresamos corporalmente de manera colaborativa”. • Explicar claramente los criterios de realización y de éxito. Hacer hincapié en la seriedad y la concentración que requiere el realizar ejercicios de expresión corporal. • Realizar unos minutos de introspección y relajación previos para pasar de un cuerpo suelto (camino al gimnasio) a un cuerpo implicado. • Elegir las parejas que van a conformar la unidad didáctica. Sara irá con Samuel y Álvaro con Noah. Las demás de manera aleatoria pero organizada por el profesor para evitar discriminaciones.
<p>MOMENTO DE CONSTRUCCIÓN DEL APRENDIZAJE (40-45m)</p>	<p>A lo largo de la UD se llevará a cabo las siguientes actividades divididas en 4 lecciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lección 1: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Solos... o ¿Acompañados? ▪ ¿Y si nos movemos? • Lección 2: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nos ayudamos ▪ Animamos con todo • Lección 3: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¡Nos movemos al ritmo de la música... y del director! ▪ Usamos lo que nos rodea • Lección 4: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Performance final colaborativa ▪ En estas lecciones tendremos que hacer hincapié en ciertos aspectos como son la gestualidad facial, la confianza en uno mismo, el sentimiento de grupo, la interacción con materiales entre otros muchos. El profesor hará de evaluador de los ejercicios y en ciertos casos podría ponerse con los alumnos para servir de ejemplo.

	Los ejercicios se podrán realizar varias veces haciendo paradas de reflexión sobre la acción o de reflexión en la acción en ciertos momentos que lo requieran dentro de la propia actividad para así reforzar gestos positivos o intentar que los alumnos corrijan otros gestos, siempre intentando que los alumnos se mantengan en la zona de desarrollo próximo. La expresión corporal es algo que tiene infinidad de posibilidades, debemos mostrárselas a los alumnos.
MOMENTO DE DESPEDIDA (5-10m)	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión conjunta entre todos los alumnos en cuanto a qué aprendizajes han sido conseguidos, que gestos han sido más repetidos, que instrumentos tienen más posibilidades de acción, cuáles han sido las sensaciones al realizar los ejercicios, etc. Deberán rellenar la ficha de autoevaluación correspondiente. • Breve introducción a la siguiente lección • Recogida y organización del material • Aseo, cambio de zapatillas y vuelta al aula.

6. PREVISIONES

6.1. PREVIAS

En los primeros ejercicios intentaremos hacer en las primeras rondas de los ejercicios agrupaciones de parejas o tríos para que las personas más expresivas se pongan con las menos expresivas. Debemos crear un ambiente lo más propenso posible a expresarse de manera corporal sin miedos ni prejuicios.

6.2. EN EL DESARROLLO

Si no se diera el caso, el alumnado que tenga miedos, se le dará la oportunidad de que copie a algún o alguna compañera y que haga de juez junto al profesor y que entre ambos apunten cuáles son los movimientos e instrumentos que están utilizando sus compañeras para así el, por imitación, los realice o se inspire con esta técnica. Al fin y al cabo la expresión corporal es algo que está algo estigmatizado, como en toda la educación física nuestro propósito es que, además de ejecutarlo, sepa por qué lo debería hacer. Que adquiera contenidos conceptuales es igual de básico a que los ejecute. No todos los alumnos tienen el mismo bagaje expresivo.

7. INTERDISCIPLINARIEDAD

Este proyecto puede ser mostrado al resto del colegio incluso a las familias presentando la performance final en un evento del colegio, para que así el trabajo que realizan se vea valorado. Además la expresión corporal es algo tan transversal que lo pueden utilizar en cualquier ámbito, tanto escolar como social y familiar.

8. OBJETIVOS

- Adquirir una idea de interdependencia positiva que nos hace ser más expresivos en grupo
- Aprender a crear una sensación de grupo cohesionado, unido y alegre mediante el espacio
- Aprender a crear una sensación de grupo cohesionado, unido y alegre mediante el tiempo
- Encontrar ciertos ruidos y onomatopeyas que refuercen el sentido y expresividad de grupo
- Fomentar la empatía para así mejorar la expresividad grupal
- Encontrar ciertos materiales que refuercen nuestras acciones expresivas
- Crear una actuación coherente en cuanto a los elementos expresivos grupales vistos durante la UD
- Respetar la variedad de formas de expresión de los compañeros
- Ser capaz de encontrar la disposición corporal y mental óptima para hacer expresión corporal

9. CONTENIDOS

Contenidos bloque 5 D26/2016:

- Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Elaboración y participación en bailes y coreografías clásicas y modernas.
- Coordinación de movimientos en pareja o grupales en bailes y coreografías sencillos.

- Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad
- Participación en situaciones que supongan comunicación corporal con reconocimiento y aceptación del contenido comunicativo. Utilización de diferentes técnicas expresivas
- Utilización de objetos y materiales en dramatizaciones y en la construcción de escenarios.

Contenidos didácticos:

- Aprendo a expresarme corporalmente con el grupo
- Respeto las formas de expresarse de mis compañeros

10. EVALUACIÓN

- Los alumnos tendrán que ir apuntando en un cuaderno de campo cuáles son las sensaciones que están teniendo en dichas sesiones, así como cuáles han sido sus momentos más satisfactorios de la lección y sus momentos más incómodos. De esta manera sabremos las fortalezas y las debilidades de los alumnos y podremos trabajar en ellas.
- Los niños deberán rellenar una ficha de autoevaluación donde tendrán que valorar del 1-6 .
- Habrá preguntas como:
 - ¿Te sentiste más expresivo en grupo?
 - ¿Con los miembros del grupo más juntos, hay más sensación de grupo?
 - ¿Te sentiste bien al ayudar a un compañero/contrincante?
 - ¿Los gritos y sonidos del cuerpo ayudaron a tu mensaje expresivo?
 - ¿Qué objetos te ayudaron a expresar corporalmente más?
 - ¿Los objetos usados para animar a los compañeros han mejorado tu mensaje expresivo?

En la valoración con las fichas la correspondencia numérica con la conceptual es la siguiente: [1: muy mal – nada] [2: mal – muy poco] [3: regular – poco] [4: bien – bastante] [5: muy bien - mucho-os] [6: perfecto – muchísimo]

Estándares de aprendizaje evaluables:

Bloque 5:

- 1.1 Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.
- 1.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.
- 1.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.
- 2.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.
- 2.2. Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.

Criterios de evaluación didácticos:

- El alumno es capaz de expresar en grupo
- El alumnado es capaz de crear un grupo unido y expresivo
- El alumno es capaz de reforzar la expresión con ruidos, onomatopeyas y objetos
- El alumno es capaz de crear una performance con los elementos dados en la UD
- El alumno respeta la variedad de formas de expresión de los compañeros
- El alumno tiene la capacidad de entrar en un estado mental y físico óptimo para la expresión corporal

11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOCyL núm. 117. ORDEN EDU/519/2014 (20 de junio 2014).

BOE núm. 52. Real Decreto 126/2014 (Mecd, Madrid 1 marzo 2014).

Patterson, M. L. (2011). Más que palabras. El poder de la comunicación no verbal (Vol. 4). Editorial UOC.

12. ANEXOS

LECCIÓN 1

1. Solos... o ¿acompañados? El núcleo de la actividad será animar y festejar el triunfo de nuestros compañeros en una carrera de motos. Tres de los alumnos estarán en un podio hecho con materiales de la sala de educación física.

La actividad de animar a los compañeros, primero lo harán por parejas, luego en grupos de 5, luego la clase dividida en dos y por último la clase entera. Los niños deberán comprender que el aplomo en la ejecución de los gestos, la confianza en uno mismo, la gestualidad facial y los sonidos onomatopéyicos a medida de que los integrantes del grupo aumentan, esto aumenta, es decir, cuando somos una piña, cuando colaboramos todos, funcionamos mejor.

Contenido conceptual:

- ✓ Cuantas más personas somos, más grupo nos sentimos, mejor animamos.
- ✓ Cuantas más personas somos, menos timidez tengo.
- ✓ Cuantas más personas somos, más sonidos y ruido hacemos.
- ✓ El sentirme parte de un grupo me hace sentirme bien.

2. ¿Y si nos movemos...? Se dividirá a la clase en grupos de 5 personas, en los cuales luego tengan que dividirse en siguientes actividades. Les propondremos una serie de temas musicales y lo que tendrán que hacer es buscar diferentes utilizaciones del espacio con un fin estético, pero cooperando, siendo un grupo, dando sensación de grupo. Deben por tanto tener en cuenta factores como el aprovechamiento del espacio para generar volumen y la distancia entre los integrantes del grupo para generar sensación de grupo cohesionado. La clave en este ejercicio es que se organicen y vayan todos con un fin común.

Contenido conceptual:

- ✓ El moverse con distancia cercana entre nosotros hace dar sensación de grupo.
- ✓ El moverse con movimientos parecidos hace dar sensación de grupo.
- ✓ El apiñarnos hace dar una sensación de grupo.
- ✓ Colaborar entre todos nos hace más fácil la actividad.

LECCIÓN 2

3. Nos ayudamos. Utilizaremos aquí el cuerpo vivencial y cuerpo escénico, de tal manera que los niños tengan que representar una situación de ayuda en el deporte, ya sea cuando una persona al final de una maratón no puede más y le levantamos para que la acabe, o cuando un compañero o rival se lesiona en un partido de fútbol y le ayudamos a que salga del campo. Irán rotando, de modo que los niños cuando primero tomen el papel de persona que ayuda, luego pasarán a ser las personas ayudadas. Aquí estaremos trabajando la empatía el altruismo. Con ello pretendemos que los alumnos se den cuenta que ayudando a nuestros compañeros e incluso a los rivales puede ser beneficioso a nivel personal.

Contenido conceptual: Ayudar a nuestros rivales en situaciones difíciles aumenta el compañerismo.

4. Animamos con todo. En esta actividad se les pedirá a los alumnos que se coloquen en su grupo de 5 para así hacer una representación de cómo animarían a su equipo favorito de fútbol, o de cualquier deporte que deseen. Primero tendrán que animar y apoyar a su equipo solamente con gestos y movimientos. El siguiente paso será incluir ruidos y percusiones corporales y sonidos onomatopéyicos. Habrá dos grupos de 5 personas que estén jugando a balón tiro o a fútbol, cualquier deporte de oposición y los demás grupos deberán animar a cada equipo. Se irá rotando de rol.

Contenido conceptual:

- ✓ Los sonidos y gestos de ánimo y apoyo crean una unidad de grupo.
- ✓ Cuantos más sonidos hago más potente es mi mensaje expresivo.

LECCIÓN 3

5. ¡Nos movemos al ritmo de la música... y del director! En esta actividad habrá una serie de temas musicales más movidos y más lentos, con los cuales los niños deberán moverse. Una será la canción de la pantera rosa (lenta) y otra la banda sonora de piratas del caribe (rápida).

Estarán en los grupos de 5 que se formaron en la primera sesión. Uno de los alumnos será el “director” de modo que los movimientos que el realice deben ser imitados por los otros 4 integrantes. Los niños deberán moverse con los movimientos que les suscite cada canción, es decir, deberán dejar que el cuerpo vivencial tome las riendas en esta actividad. Además deberán variar de posición (fila india, fila a lo ancho, en V). Lo que tienen que entender los alumnos es que para conseguir el éxito en esta actividad, todos los alumnos deben ir al mismo ritmo, es decir nos tenemos que adaptar al ritmo de todos, para conseguir el éxito debemos actuar como un grupo. Aquí debemos ser firmes y que el director no sea autoritario, debe pensar en el grupo y en que el éxito del grupo es el éxito de todos.

Contenido conceptual:

- ✓ Para tener éxito debemos adaptar los movimientos expresivos y el ritmo a todos los integrantes del grupo.
- ✓ El éxito del grupo es mi éxito, si no hacemos todos lo mismo, no hay éxito.

6. Usamos nuestro entorno. Comenzaremos la actividad dividiendo a la clase en grupos de 5 como llevamos haciendo casi toda la unidad didáctica. Dos grupos se enfrentarán en un juego cualquiera, como pueda ser el pañuelito. Lo que tendrán que hacer los grupos restantes será animar cada uno a un equipo. De este modo al principio los animarán con las herramientas de las que disponen. Más tarde se les dará la opción de utilizar material del que disponemos en el gimnasio e incluso coger algo de las mochilas si lo consideraran necesario. De este modo queremos que vean cómo puede ser reforzado el mensaje expresivo mediante la interacción con diversos materiales.

Contenido conceptual:

- ✓ La utilización de materiales mejora nuestro énfasis expresivo.

LECCIÓN 4

7. Performance final colaborativa. Se les pedirá que en los grupos que han ido actuando durante toda la unidad didáctica, diseñen una actuación expresiva, una performance que junte todo lo que han ido realizando durante dicha unidad. Los niños tendrán total libertad y podrán apoyarse en la temática y las actividades que han realizado pero fusionando todos los elementos tratados en la unidad y sobre todo teniendo como foco el dar una sensación de grupo, de cohesión, de conexión, de interdependencia.

Posteriormente los alumnos deberán valorar la performance de los compañeros atendiendo a estos puntos. (para ello se les otorgará una ficha evaluativa)

- ¿Dan sensación de grupo?
- ¿El grupo se expresa corporalmente y facialmente de manera similar?
- ¿Utilizan el espacio para dar sensación de grupo?
- ¿Los ruidos y onomatopeyas refuerzan el mensaje grupal?
- ¿Los ritmos de la actuación son iguales en todos los participantes?
- ¿Los objetos que utilizan refuerzan el mensaje de grupo y la expresión corporal?

Contenido conceptual:

- ✓ El diálogo personal y corporal entre los compañeros del grupo nos asegura una expresividad corporal prácticamente igual para todos.

UNIDAD DIDÁCTICA 2

1. TÍTULO

La unidad didáctica que se va a explicar a continuación se llama “Nos orientamos”.

2. LOCALIZACIÓN

Esta UD guarda relación con todo el bloque 4 “Juegos y actividades deportivas” del BOCyL. Más concretamente con el punto 4 del bloque 4 de contenidos del sexto curso de educación primaria del boletín oficial de Castilla y León el cual cito textualmente: *Juegos y actividades deportivas en el medio natural*.

3. JUSTIFICACIÓN

El uso de esta unidad didáctica es pertinente debido a la localización que tiene dentro de la programación, ya que debido al clima del mes de junio se hace apetecible el entablar contacto con la naturaleza y no estar recluidos en un gimnasio.

Además de ello es interesante debido a que se trabajan cualidades como la cooperación para obtener objetivos, desarrollar relaciones sociales entre alumnos y profesores y tomar decisiones ante situaciones inesperadas, según Pérez, D. (2004). Por otro lado, es una Unidad donde se trabajan sobremanera las relaciones sociales y características personales del alumnado como la confianza o la autoestima.

4. CONTEXTO

Para desarrollar en CEIP mostrado en el contexto de la propia programación, con el alumnado del curso de 6º durante las 3 últimas semanas del mes de junio. El espacio será todo el centro de Educación Infantil y Primaria, así como el parque natural de las Tuerces y Recuevas en Aguilar de Campoo.

5. ESTRUCTURA DE LAS SESIONES

<p>MOMENTO DE ENCUENTRO (5-15m)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación del proyecto “Nos orientamos”. • Cambio de zapatillas. • Cuña motriz de compensación de ritmos: El primer alumno que se cambie de zapatillas y esté listo cogerá un pañuelo y lo esconderá por el gimnasio. El compañero que lo encuentre realizará el proceso. La cuña acabará cuando todos los alumnos se hayan cambiado. • Haremos una pequeña introducción de los conceptos básicos de orientación. Al ser una unidad didáctica que no ha sido puesta en práctica antes debemos de ser minuciosos en esta “clase magistral” puesto que hay ciertos conceptos de orientación que son algo complejos. Debido a la naturaleza de la unidad didáctica el momento de encuentro será un poco más extenso de lo normal debido a que los conceptos de la orientación se van a explicar paulatinamente y sesión a sesión haciendo diferentes tipos de ejercicios de orientación de más sencillo a más complejo. Esto es debido a la dificultad de la adquisición de los conocimientos de esta área.
<p>MOMENTO DE CONSTRUCCIÓN DEL APRENDIZAJE (40-45m)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Debido a lo extenso que es el momento de encuentro no caben reflexiones en y sobre la acción salvo ocasiones excepcionales. Los alumnos deben de tener muy claro el qué y el cómo realizar lo que deben. Los criterios de realización y de éxito han quedado claros en el anterior momento así que en este momento de construcción de aprendizaje debe ser puramente de realización de actividades de la lección. • Las sesiones tendrán un pequeño foco de contenido cada una la cual se expone a continuación: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sesión 1: Búsqueda de balizas en grupos de 4 alumnos con una hoja de control por grupo. Los alumnos deberán buscar balizas puestas por el profesor a lo largo del gimnasio del colegio (no muy escondidas). En la hoja de control tendremos en la casilla número 1 un animal. Cada animal es diferente en cada hoja de ruta de cada grupo. Los alumnos deberán buscar la baliza cuyo nº1 coincide con su nº1 de la hoja de control. Deberán ir buscando por tanto las balizas en el orden que se les ha propuesto en la hoja de control.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sesión 2: Variando los grupos de la otra sesión, pero no el número de integrantes. El grupo debe estar juntos durante toda la actividad. Los alumnos deberán comenzar la actividad desde un mismo punto donde se han dejado los folios numerados con pistas individuales. Cada grupo elegirá una pista y deberán ir a buscar la baliza y apuntarlo en la hoja de control. De esta manera los alumnos deberán ir y volver a la zona de inicio cada vez que hayan encontrado una baliza para dejar la pista actual y coger otra, así como para apuntar en la hoja de control la baliza encontrada. De manera minuciosa los alumnos al encontrar la baliza también tendrán que dejar la misma en la posición exacta en la que se encontraba. ▪ Sesión 3: Volviendo a rotas los grupos, realizamos una actividad muy similar a la anterior. Los alumnos deberán realizar un recorrido de 10 balizas de modo que el grupo A vaya de último a primero y el grupo B vaya de primera baliza a última. Al encontrar la baliza 1 encontrarán una pista que les llevará hasta la baliza 2 y así consecutivamente. Los alumnos deberán apuntar la hora de salida y de llegada para ser exactos en el conteo del tiempo, un factor clave para las carreras de orientación. ▪ Sesión 4: Se les entregará un mapa del colegio entero. Los alumnos se colocarán en parejas, de modo que cada cuarteto tenga una baliza. Una de las parejas de dicho cuarteto se dedicará a colocar la baliza escondida y apuntarlo en el mapa para que sus compañeros de cuarteto puedan encontrarla posteriormente. Cuando se consiga encontrar la baliza por la pareja que le correspondía, se intercambiarán los papeles. A mitad de sesión se cambiarían de cuartetos respetando las parejas. ▪ Sesión 5: Simulacro de carrera de orientación. Los alumnos saldrán con 1 min de diferencia entre ellos. Habrá 5 balizas para que de tiempo a realizar la carrera por todos los alumnos. Habrá un tiempo límite para la realización de la actividad, que será 15 min después de que haya salido el último alumno. Esto es así para que corriamos entre todas las hojas de control y hacer una pequeña introducción al uso de la brújula y la orientación del mapa, conceptos clave para la siguiente sesión.
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sesión 6: Se realizará una actividad de senderismo y orientación en la zona de Recuevas acabando en las Tuerces. Los alumnos en tríos tendrán que decirnos cómo orientarnos para llegar a cierto punto del mapa de esta zona. Siempre ayudado por el profesor. De esta manera estaremos trabajando la orientación con útiles de uso ya “profesional” y disfrutando de una mañana de senderismo en la naturaleza, relacionando los conceptos adquiridos en clase a la realidad fuera del entorno escolar, algo que va a hacer que su aprendizaje sea significativo.
<p>MOMENTO DE DESPEDIDA (5-10m)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • El momento de despedida será un momento de corrección de las hojas de control, de modo que los alumnos hagan una coevaluación corrigiendo la de los compañeros y el profesor intervenga si fuera necesario. • Se hará un repaso de los contenidos y de los conocimientos necesarios para llevar a cabo las actividades de orientación que hayan acontecido en el día. • Se hará un pequeño repaso de todos los conceptos y se harán introducciones más o menos extensas a los contenidos que se llevarán a cabo en la siguiente sesión, siendo este momento más importante en la sesión número 5 ya que es la previa a la salida didáctica de senderismo y orientación y los conceptos de cómo utilizar la brújula y el mapa son pilares básicos para el correcto funcionamiento de esta excursión. • En este momento también será tiempo para que nos cuenten cómo se sintieron, si la agrupación de la actividad ayuda a realizar la tarea. • Además de ello será un momento para bajar las pulsaciones por minuto, relajar el cuerpo para así fomentar una correcta curva fisiológica y llegar con una disposición óptima al aula.

6. PREVISIONES

6.1. PREVIAS

Debemos tener muy bien preparadas las pistas, los acertijos, las balizas y las hojas de control. Estos elementos son pilares básicos para una correcta evaluación y funcionamiento de la actividad así que debemos ser muy cuidadosos con ello.

Por razones de organización y seguridad deberán acompañar a la excursión de la sesión número 6 dos profesores más a parte del especialista de educación física debido a que es difícil estar atento a todos los alumnos.

6.2. EN EL DESARROLLO

En este apartado tenemos que estar muy pendientes de que los alumnos cuando estemos trabajando en grupos, los alumnos no se ayuden entre sí y sobre todo cuando trabajemos en parejas y de forma individual, sea tal y como lo planteamos y que no haya ayudas por parte de los alumnos que más conocimientos y habilidad ante estos temas puedan tener. Es importante que los alumnos tengan autonomía y que cada uno se encuentre en su zona de desarrollo próximo, sino el aprendizaje será nulo si un alumno intenta ir al nivel de su compañero.

Por otro lado, por temas de seguridad, el profesor estará a lo largo de todo el recorrido vigilando a los estudiantes. Además el primer alumno en salir (el más hábil en este ámbito) cuando termine se ocupará de revisar la actividad junto al profesor.

En la última sesión de excursión, cada dos parejas habrá un profesor, debido a que son 10 estudiantes y 3 profesores. De esta manera los alumnos tendrán el apoyo de un docente y no habrá pérdidas en una zona tan complicada como son Las Tuercas.

7. INTERDISCIPLINARIEDAD

Este proyecto pretende ser ampliado no solamente en el aula de educación física, sino que puede ser puesto en práctica en cualquiera de las numerosas carreras de orientación que son puestas en práctica en los alrededores de la provincia como son las que se realizan en Dueñas o en la capital de Palencia, habiendo diversos niveles para adecuarse al nivel de nuestros alumnos.

8. OBJETIVOS

- Conocer las técnicas de orientación con y sin brújula
- Comprender el funcionamiento de una carrera de orientación
- Cooperar con los compañeros para llegar a un objetivo común como grupo
- Incentivar el pensamiento lateral mediante la resolución de acertijos
- Mejorar la capacidad de orientación espacial
- Obtener un conocimiento práctico del uso del mapa de orientación.
- Adquirir autonomía para poder realizar una carrera de orientación de manera solitaria.
- Llevar a la práctica en el medio natural los conocimientos adquiridos de orientación

9. CONTENIDOS

Bloque 4 D26/2016

- Iniciación al deporte adaptado al espacio, al tiempo y los recursos: juegos deportivos, convencionales y recreativos adaptados.
- Juegos y actividades deportivas en el medio natural.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.
- Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

Contenidos didácticos:

- Introducción sobre el deporte de la orientación
- Conocimiento y puesta en práctica sobre los útiles del deporte de la orientación
- La cooperación y organización como requisito imprescindible para el éxito del grupo en la orientación.
- La autonomía como cualidad básica para una carrera de orientación profesional.
- Diversidad de respuestas ante una sola pregunta/acertijo
- Nuestro cuerpo en el espacio.
- La puesta en práctica de la orientación en el medio natural.

10. EVALUACIÓN

Estándares de aprendizaje evaluables:

Bloque 4:

- 1.5 Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.
- 4.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar
- 5.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.
- 5.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado d

Criterios de evaluación didácticos:

- El alumno es capaz de orientarse en un mapa con y sin brújula
- El alumno es capaz de realizar de manera autónoma una carrera de orientación
- El alumno es capaz de realizar de manera cooperativa una carrera de orientación
- El alumno tiene un pensamiento lateral desarrollado para la resolución de las pistas de las balizas
- El alumno es capaz de orientarse en un espacio conocido teniendo como herramienta un mapa
- El alumno sabe orientarse en un medio natural teniendo en cuenta puntos muy fáciles de encontrar disponiendo de un mapa y una brújula.

Herramientas de evaluación:

- Observación directa
- Hojas de control

11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOCyL núm. 117. ORDEN EDU/519/2014 (20 de junio 2014).

BOE núm. 52. Real Decreto 126/2014 (Mecd, Madrid 1 marzo 2014).

Pérez, D. (2004). Educación en valores y actividades en la naturaleza. Su lugar la Educación Física. IV Congreso Estatal y II Iberoamericano de Actividades Físicas Cooperativas. Universidad de Valladolid.

12. ANEXOS

Ejemplo de hoja maestra de control del profesor

1. Si encesto consigo tres puntos. (Cód. 456)
2. Donde bebo agua cuando tengo sed y estoy en el patio. (Cód. 745)
3. Aquel sitio donde puedo dar clase de EF aunque esté lloviendo. (Cód. 852)
4. La puerta de la clase donde... (suenan notas, se hacen experimentos, hay muchos ordenadores). (Cód. 123)
5. Un árbol gigante solitario. (Cód. 754)
6. Por donde entro y salgo al instituto. (Cód. 462)
7. Donde guardan el material... (los de mantenimiento, los profes de EF...). (Cód. 111)
8. Esquina más al norte del IES. (Cód. 746)
9. Allí marco gol. (Cód. 166)

Hoja de control

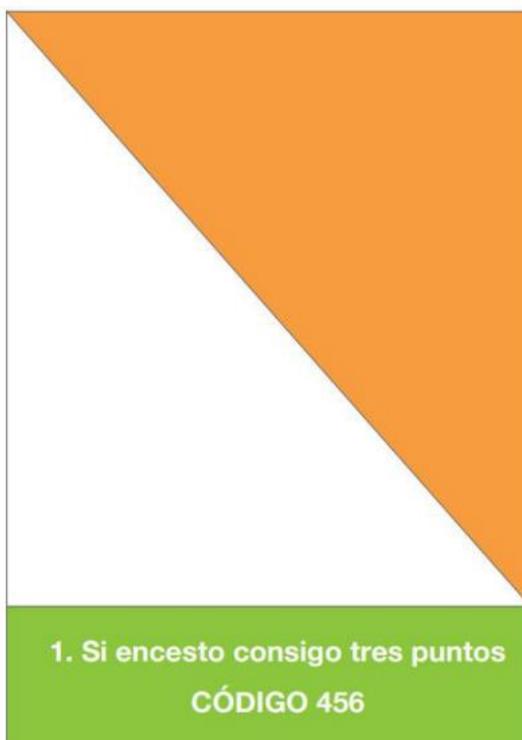
Nombre del equipo:
Integrantes del equipo:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50

Nº balizas correctas: _____

Puntuación (nº balizas/5): _____

HOJA MAESTRA DEL PROFESOR



EJEMPLO DE BALIZA

Recorrido A

Nombre equipo

Integrantes

Hora de salida

Hora de llegada

Pista: «Si encesto consigo tres puntos»

Empezar anotando código encontrado en el n° 1

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15

Recorrido B

Nombre equipo

Integrantes

Hora de salida

Hora de llegada

Pista: «Un árbol gigante solitario»

Empezar anotando código encontrado en el n° 1

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15

HOJA RECORRIDOS EQUIPOS