



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA  
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA TERCER CURSO DE PRIMARIA

TRABAJO FIN DE GRADO  
MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

Amando Rey Torres

# ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN .....	3
2. JUSTIFICACIÓN.....	4
3. CONTEXTO .....	6
A. SOCIOCULTURAL Y ECONÓMICO .....	6
B. EDUCATIVO .....	6
C. MATERIALES, TEMPORAL Y ESPACIAL.....	7
4. CONTEXTUALIZACIÓN DEL GRUPO-CLASE .....	8
5. OBJETIVOS DEL PROYECTO.....	8
6. OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA.....	9
7. PERFIL DE SALIDA Y COMPETENCIAS CLAVE A DESARROLLAR.....	11
8. CONTENIDOS/SABERES BASICOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FISICA PARA TERCERO DE PRIMARIA .....	25
9. COMPETENCIAS ESPECIFICAS .....	28
10. METODOLOGIA .....	31
A. Principios metodológicos de la etapa.....	31
B. Agrupamientos y organización del espacio y el tiempo. ....	33
11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD .....	34
12. INTERDISCIPLINARIEDAD .....	35
13. EVALUACIÓN .....	36
A. Para la evaluación del alumnado.....	36
B. Evaluación del docente: .....	37
C. Evaluación del proceso de enseñanza .....	37
14. SECUENCIACIÓN LAS UNIDADES .....	38
15. CONCLUSIÓN .....	40
16. BIBLIOGRAFIA .....	41
17. Anexo I .....	42
18. Anexo II.....	52

# 1. INTRODUCCIÓN

En esta introducción trato de proporcionar una visión global de mi proyecto y de su importancia dentro del sistema educativo, apoyándome en el currículo actual. La programación trata de preparar al alumnado y para proporcionarles las situaciones optimas en las cuales ellos puedan desarrollarse de manera global, por lo tanto, se atenderán aspectos como la condición física, emocional y social, promoviendo así el desarrollo efectivo a lo largo del proceso.

Desde el papel del docente la programación es la herramienta de planificación de sesiones en las cuales se desarrollan competencias físicas, hábitos de vida saludables y la intención de transmitir los valores que transmiten la actividad física y los deportes, todo esto dirigido a un contexto concreto en el cual se llevaran a cabo.

Esta programación estará compuesta por doce situaciones de aprendizaje las cuales serán secuenciadas durante el curso, dependiendo de la dificultad de contenidos o desarrollos, pero también se tendrá en cuenta espacios y condiciones meteorológicas para su desarrollo. En estas situaciones de aprendizaje se llevarán a cabo diferentes actividades, deportes y juegos de diferentes ámbitos, centradas siempre en despertar el interés en los estudiantes y conseguir así que estén motivados, consiguiendo así su participación y colaboración con el resto del alumnado.

La intención de la programación es construir un proceso de enseñanza y aprendizaje coherente en el cual se planifique las actividades que se desarrollaran para poder observar las posibles dificultades que surgen y de esta forma ser capaces de solventar las dificultades individuales que se presenten.

Dentro de mi programación, se presentarán diversas situaciones de aprendizaje las cuales estarán desarrolladas de manera progresiva en su dificultad, proporcionando al alumnado unos conocimientos previos que le ayudarán a enfrentarse a las dificultades que le surjan más adelante.

## 2. JUSTIFICACIÓN

Para comenzar a justificar este proyecto, debo centrarme en la obligatoriedad de los docentes para programar y evaluar sus enseñanzas, esto estará recogido en los diferentes decretos como puede ser Decreto 38/2022, de 29 de septiembre perteneciente al boletín oficial del estado y también o la orden EFP/678/2022, de 15 de julio del en la cual se concretan las condiciones específicas de Castilla y León. En el artículo 16 recoge las partes que componen una programación didáctica.

1. Las programaciones didácticas de cada una de las áreas o ámbitos serán elaboradas por el equipo que imparta docencia en el mismo ciclo.
2. Dichas programaciones incluirán, al menos, los siguientes elementos:
  - a) Contextualización, para cada ciclo, de los criterios de evaluación de las competencias específicas y de los saberes básicos asociados, y secuenciación por cursos de estos en unidades de programación integradoras que serán desarrolladas a través de situaciones de aprendizaje.
  - b) Principios metodológicos y didácticos.
  - c) Procedimientos e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes del alumnado.
  - d) Criterios de calificación.
  - e) Recursos y materiales didácticos.
  - f) Actividades extraescolares y complementarias.
  - g) Procedimiento de evaluación de la programación didáctica, del proceso de enseñanza y de la práctica docente.

Para justificar el desarrollo de mi proyecto de final de grado, revise la labor que los docentes realiza en su día a día y de qué manera podía ayudarme a desarrollar mis capacidades y conocimientos.

Cuando observo la labor que desarrolla un docente, me doy cuenta de que una de las facetas en las que se necesita mayor preparación y atención, siempre era previa a las sesiones. El trabajo que se realiza para poder llevar a cabo unos conocimientos de manera que respondan a un contexto concreto y que fomenten tanto la evaluación del alumnado como mi propia evaluación me hizo darme cuenta. Cuando programo estoy teniendo en cuenta todos los factores que pueden influir en desarrollo de los contenidos y adaptándome, aun contexto cultural, social y material.

Conseguir a través de la programación una mirada panorámica y detallada de la ruta que se debe seguir para llevarlo a cabo un aprendizaje exitoso del alumnado.

Para esta programación desarrollare once sesiones del área de Educación Física, en el curso de tercero de primaria. De estas sesiones quedaran recogidas dos en la parte de anexos del documento.

A través de este proyecto busco realizar un gran desarrollo personal y profesional siendo objetivo, con los conocimientos acumulados tanto en desarrollos teóricos como en los prácticos, en los que he sido el protagonista o he estado cercano a ellos. En esta programación desarrollare los diferentes elementos que deben aparecer y como se relacionan estos con el trabajo que pretendo realizar. Este proyecto contara con una programación para doce sesiones, de las cuales dos, estarán recogidas en el apartado de anexos. Esta programación centrada en la educación física tratara de proporcionar a los alumnos unas herramientas que les permitan desarrollar su proceso de aprendizaje, a la vez que despertar en ellos unos valores y actitudes los cuales sean beneficioso en su vida cotidiana.

## **3. CONTEXTO**

### **A. SOCIOCULTURAL Y ECONÓMICO**

El centro en el que se llevara a cabo la programación es el colegio Ramon Carande y Thovar es un centro de educación Infantil y primaria, situado dentro de la comunidad autónoma de Castilla y León, más concretamente en la ciudad de Palencia.

El centro se encuentra en el extrarradio palentino, en la zona sur de la ciudad, formado por zonas residenciales y bloques de viviendas. Es un barrio de clase obrera, con un nivel socioeconómico medio en el cual conviven múltiples perfiles de vecinos, familias jóvenes con sus hijos y personas de edad avanzada en su mayoría. En los últimos años este barrio está cambiando gracias a la inclusión de estas familias jóvenes tanto locales como extranjeras, favorecen que el ambiente cultural sea muy variado. De todas estas familias se nutre el centro y esto influye también en las

La zona donde se encuentra el colegio cuenta con buenas conexiones, ya sean paradas del bus para llegar desde otros puntos, como la proximidad a las diferentes entradas de la ciudad para los estudiantes que residan fuera de núcleo urbano. Cuentan también con zonas verdes, el Hospital San Telmo y también dos centros educativos concertados, con los cuales se disputa los alumnos este centro. También podemos encontrar a escasa distancia elementos como el parque multi aventura de La Roca. Por lo tanto, cuenta con servicios a la altura de las necesidades locales y los favorecen el crecimiento de la zona proporcionándole dinamismo.

### **B. EDUCATIVO**

Este centro ha sufrido grandes cambios en los últimos, en el número de alumnos que en él están matriculados, el cual es cada año inferior. Esto es debido a que los centros que comparten ubicación con el cuentan con toda la educación obligatoria, sin embargo, este únicamente cuenta con infantil y primaria. Este descenso del alumnado ha provocado que solo exista una línea en cada nivel y excepto en quinto de primaria que contarán con dos. Otro de los cambios ha sido cultural y social, el aumento de la diversidad en zona provoca que se transmita también al centro, consiguiendo que esa diversidad sea parte principal de los

programas que en él se trabajan. Cuentan con alumnado de múltiples procedencias como, por ejemplo: Marruecos, Turquía o Bulgaria, también cuenta con alumnado de etnia gitana. El centro tiene en cuenta todas estas características, y aborda la enseñanza del alumnado, atendiendo a esa diversidad y a las necesidades que presenta.

### **C. MATERIALES, TEMPORAL Y ESPACIAL**

El colegio cuenta con una jornada escolar continua la cual se realiza por la mañana, en horario de nueve de la mañana a dos del mediodía. Como consecuencia de las medidas de adquiridas para la pandemia, las entradas y salidas, serán escalonadas, también en los recreos. El centro cuenta con servicio de madrugadores y comedor, por lo tanto, el tiempo que los alumnos pasan en el centro aumentara. La jornada escolar estará compuesta por cinco horas, las cuales se repartirán en tres sesiones de una hora, antes del recreo de media hora y una sesión más después de él de una hora.

El edificio está distribuido en dos plantas, en la primera están las aulas de los cursos de infantil, el despacho del director, la sala de profesores y el gimnasio, en el cual el centro tiene una gran cantidad de materiales a disposición del profesorado, tanto para el desarrollo de los deportes clásicos, como para múltiples actividades específicas que realicemos. En la segunda planta encontraremos las aulas de primaria en un pasillo junto con los baños y en el otro están las aulas para los PT y AI, la sala de informática y la biblioteca.

En la parte exterior cuenta con dos campos uno de futbol sala y otro de baloncesto, en los cuales estarán los alumnos en el tiempo de recreo y en las clases de Educación Física, zonas verdes, un huerto urbano, el aparcamiento de profesores y un parque o zona de recreo para los alumnos de infantil. Todas estas zonas en el exterior son el lugar ideal para el desarrollo de la asignatura de Educación Física, ya que nos ayudaran a trabajar muchos de los contenidos al aire libre, siendo así más beneficio y motivante para el alumnado

## **4. CONTEXTUALIZACIÓN DEL GRUPO-CLASE**

El grupo de trabajo con el que se llevara a cabo esta programación es tercero de primaria, es una clase de ratio bajo, cuenta con 11 alumnos los cuales son seis chicos y cinco chicas, entre ellos encontramos una gran diversidad de nacionales lo cual es muy enriquecedor para los alumnos. A pesar de proceder de diversas culturas para la realización de las sesiones no será necesarias adaptaciones pues todos los alumnos reúnen las capacidades motrices y e intelectuales mínimas para esta etapa. Si que es cierto que en otras asignaturas presentan más dificultades, como consecuencia de su procedencia tienen problemas de comprensión y escritura de ciertos conceptos. En el aula contamos un problema que afecta solo a parte de clase es la falta de motivación y la excesiva competitividad temas que abordaremos de manera transversal en el proceso. También contamos con un alumno con TDAH, el cual suele estar extra motivado en las sesiones no, aunque no supone ninguna dificultad en la realización de la asignatura.

## **5. OBJETIVOS DEL PROYECTO**

A través de esta programación busco desarrollar aquellas facetas del profesorado en las cuales toma una gran importancia tanto la planificación del conocimiento como la adaptación a los ritmos de un alumnado concreto, en este caso el de tercero de primaria, siendo un referente para el desarrollo del proyecto.

Otro de los objetivos será el diseño de sesiones, en el cual pondremos en valor tanto las metodologías que he elegido para llevarlas a cabo, como los contenidos a desarrollar. Buscando que la elección de las actividades vaya dirigida al desarrollo completo del alumnado, atendiendo a sus necesidades en función de las dificultades y siendo así lo más coherente posible con el trabajo que quiero realizar.

También tiene una gran importancia dentro de esta programación la secuenciación de los contenidos, consiguiendo así que mi programación no deje nada a la suerte,



los contenidos serán trabajados de forma lógica y progresiva a lo largo de las unidades.

## **6. OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA**

Estos objetivos podremos extraerlos del artículo **7 del R.D. 157/2022**, en el cual desarrolla los objetivos de la etapa primaria de manera global ya que no encontrare estos objetivos distribuidos por áreas. Estos objetivos son los que viene recogidos en el Real Decreto:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas de forma empática, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.
- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y, si la hubiere, la lengua cooficial de la comunidad autónoma y desarrollar hábitos de lectura.
- f) Adquirir en, al menos, una lengua extranjera la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas.
- g) Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo,

conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.

h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.

i) Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.

j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.

k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.

m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

n) Desarrollar hábitos cotidianos de movilidad activa autónoma saludable, fomentando la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico.

Todos estos objetivos de la educación primaria son trabajados en todas las áreas, pero cabe resaltar que los que trabajare de manera más específica serán: el a, b, j, k y n. Los cuales recogerán algunas de las características más representativas de mi propuesta. Todos estos objetivos serán desarrollados a lo largo de toda la etapa, por lo tanto, deberé tener en cuenta los trabajados en cursos anteriores y posteriores dándole así una mayor transcendencia a la programación y convirtiéndola en un proyecto para un momento determinado de la etapa, pero desarrollado con visión a toda la ella.

## 7. PERFIL DE SALIDA Y COMPETENCIAS CLAVE A DESARROLLAR

El perfil de salida es la herramienta que empleare para fijar una conexión entre las bases y objetivos que el sistema educativo busca, con aquellos retos a los que el alumnado deberá enfrentarse en el siglo XXI. Con este perfil de salida determinaremos una enseñanza por competencias, de esta forma poder identificar los resultados de mi programación a través de los aprendizajes y de los alumnos Como recoge en el **anexo I.A de la orden ECD 65/2015 del 21 de enero**.

*“La finalidad más importante de todo sistema educativo es lograr que los jóvenes alcancen su máximo desarrollo integral, en un contexto de igualdad de oportunidades, adquiriendo las competencias que les permitan desenvolverse con garantías en la sociedad global de las próximas décadas”.*

Por lo tanto, el desarrollo del alumnado está dirigido a la superación de diferentes áreas en las cuales se trabajan contenidos específicos. Sin embargo, todas ellas tienen algo en común unas competencias clave en las cuales se sustenta todo el proceso de aprendizaje y enseñanza. A través de estas competencias trato de desarrollar en alumnados unos principios y actitudes para prepararlos para su futuro laboral y personal. Tienen un carácter global pues se trabaja de manera conjunta en todas las facetas del alumnado, entregándole herramientas para la realización exitosa de su proceso. Hay que tener en cuenta que se trabaja con estas competencias a lo largo de toda la educación, pero en la etapa primaria hacia la que está dirigida esta unidad, será el momento donde mayor desarrollo se llevará a cabo. Todas estas estas competencias deben ir relacionadas con los descriptores operativos que se recogen en el decreto la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo.

- Competencia en comunicación lingüística.

Tiene una gran importancia en el desarrollo pues ayudara al alumnado a la adquisición de vocabulario relacionado con las situaciones de aprendizaje que realizamos. El cual será indispensable para llevarlas a cabo. También favorecerá que los alumnos se comuniquen y que creen diferentes situaciones donde se trabaje esas

habilidades comunicativas que favorezcan su ampliación de conocimientos. Esta comunicación se conseguirá dedicando momentos durante las situaciones de aprendizaje cuales ellos expongan que han aprendido o como lo han desarrollado, la verbalización de los conocimientos que han desarrollado les ayudara a tener que ordenar la información y reflexionar sobre ella.

Descriptores operativos:

Cuando complete la educación	Al completar la enseñanza básica
CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.	CCL1. Se expresa de forma oral, escrita, signada o multimodal con coherencia, corrección y adecuación a los diferentes contextos sociales, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información, crear conocimiento y transmitir opiniones, como para construir vínculos personales.
CCL2. Comprende, interpreta y valora textos orales, escritos, signados o multimodales sencillos de los ámbitos personal, social y educativo, con acompañamiento puntual, para participar activamente en contextos cotidianos y para construir conocimiento.	CCL2. Comprende, interpreta y valora con actitud crítica textos orales, escritos, signados o multimodales de los ámbitos personal, social, educativo y profesional para participar en diferentes contextos de manera activa e informada y para construir conocimiento.
WCCL3. Localiza, selecciona y contrasta, con el debido acompañamiento, información sencilla procedente de dos o más fuentes, evaluando su fiabilidad y utilidad en	CCL3. Localiza, selecciona y contrasta de manera progresivamente autónoma información procedente de diferentes fuentes, evaluando su fiabilidad y pertinencia en función de los objetivos

<p>función de los objetivos de lectura, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>	<p>de lectura y evitando los riesgos de manipulación y desinformación, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.</p>
<p>ccl4. lee obras diversas adecuadas a su progreso madurativo, seleccionando aquellas que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; reconoce el patrimonio literario como fuente de disfrute y aprendizaje individual y colectivo; y moviliza su experiencia personal y lectora para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria a partir de modelos sencillos.</p>	<p>ccl4. lee con autonomía obras diversas adecuadas a su edad, seleccionando las que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; aprecia el patrimonio literario como cauce privilegiado de la experiencia individual y colectiva; y moviliza su propia experiencia biográfica y sus conocimientos literarios y culturales para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria de progresiva complejidad.</p>
<p>ccl5. pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.</p>	<p>ccl5. pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la resolución dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, evitando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.</p>

-Competencia plurilingüe

Con esta competencia se pretende que los alumnos sean capaces de emplear diferentes lenguas, de manera que se expresen correctamente y comprendan de forma escrita u oral sin importar el contexto en el que se encuentren

Descriptores operativos:

Cuando complete la educación	Al completar la enseñanza básica
CP1. Usa, al menos, una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos de los ámbitos personal, social y educativo.	CP1. Usa eficazmente una o más lenguas, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a sus necesidades comunicativas, de manera apropiada y adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a diferentes situaciones y contextos de los ámbitos personal, social, educativo y profesional.
CP2. A partir de sus experiencias, reconoce la diversidad de perfiles lingüísticos y experimenta estrategias que, de manera guiada, le permiten realizar transferencias sencillas entre distintas lenguas para comunicarse en contextos cotidianos y ampliar su repertorio lingüístico individual.	CP2. A partir de sus experiencias, realiza transferencias entre distintas lenguas como estrategia para comunicarse y ampliar su repertorio lingüístico individual.
CP3. Conoce y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno, reconociendo y comprendiendo su valor como factor de diálogo, para mejorar la convivencia.	CP3. Conoce, valora y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en la sociedad, integrándola en su desarrollo personal como factor de diálogo, para fomentar la cohesión social.

- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

La competencia matemática se representa a la hora de realizar las sesiones, en las nociones sobre medidas o distancias, en la cuales ellos tienen que desarrollar las tareas. También aparecen los cálculos mentales necesarios para establecer nuevas marcas o la superación de marcas anteriores. También a la hora de representar tanto escalas como distancias ellos tendrán que ser conscientes de las necesidades matemáticas presentes en las situaciones de aprendizaje y emplear sus conocimientos conjuntos para poderlas realizar.

Descriptores operativos:

Cuando complete la educación	Al completar la enseñanza básica
STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.	STEM1. Utiliza métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea diferentes estrategias para resolver problemas analizando críticamente las soluciones y reformulando el procedimiento, si fuera necesario.
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.	STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, planteándose preguntas y comprobando hipótesis mediante la experimentación y la indagación, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, apreciando la importancia de la precisión y la veracidad y mostrando una actitud

	<p>crítica acerca del alcance y las limitaciones de la ciencia.</p>
<p>STEM3. Realiza, de forma guiada, proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, adaptándose ante la incertidumbre, para generar en equipo un producto creativo con un objetivo concreto, procurando la participación de todo el grupo y resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir.</p>	<p>STEM3. Plantea y desarrolla proyectos diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos para generar o utilizar productos que den solución a una necesidad o problema de forma creativa y en equipo, procurando la participación de todo el grupo, resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir, adaptándose ante la incertidumbre y valorando la importancia de la sostenibilidad.</p>
<p>STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de algunos métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y veraz, utilizando la terminología científica apropiada, en diferentes formatos (dibujos, diagramas, gráficos, símbolos...) y aprovechando de forma crítica, ética y responsable la cultura digital para compartir y construir nuevos conocimientos.</p>	<p>STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de procesos, razonamientos, demostraciones, métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y precisa y en diferentes formatos (gráficos, tablas, diagramas, fórmulas, esquemas, símbolos...), aprovechando de forma crítica la cultura digital e incluyendo el lenguaje matemático-formal con ética y responsabilidad, para</p>



	compartir y construir nuevos conocimientos.
STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.	STEM5. Emprende acciones fundamentadas científicamente para promover la salud física, mental y social, y preservar el medio ambiente y los seres vivos; y aplica principios de ética y seguridad en la realización de proyectos para transformar su entorno próximo de forma sostenible, valorando su impacto global y practicando el consumo responsable.

- Competencia digital.

Cuando las propuestas que se desarrollan en el aula presentan los contenidos que se van a trabajar, las TIC nos ampliarán las herramientas para ser capaces de transmitir unos conocimientos no de una manera clásica, en la cual el profesor aplique una clase magistral y los alumnos únicamente escuchen. Gracias a ellas la información que los alumnos van a recibir para poder desarrollar las diferentes actividades, además de poder ser expuestas en múltiples formatos, tendrá un desarrollo más interactivo y motivante para los alumnos pues podrán participar de manera más activa y consciente en esas explicaciones. Las posibilidades que ofrece esta competencia son muy amplias conseguirán que nuestras situaciones de aprendizaje se construyan con una mayor calidad, tanto práctica como teóricamente.

Cuando complete la educación	Al completar la enseñanza básica
CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante,	CD1. Realiza búsquedas en internet atendiendo a criterios de validez, calidad, actualidad y fiabilidad, seleccionando los resultados de manera crítica y archivándolos, para

organización de datos...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.	recuperarlos, referenciarlos y reutilizarlos, respetando la propiedad intelectual.
CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático...) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.	CD2. Gestiona y utiliza su entorno personal digital de aprendizaje para construir conocimiento y crear contenidos digitales, mediante estrategias de tratamiento de la información y el uso de diferentes herramientas digitales, seleccionando y configurando la más adecuada en función de la tarea y de sus necesidades de aprendizaje permanente.
CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.	CD3. Se comunica, participa, colabora e interactúa compartiendo contenidos, datos e información mediante herramientas o plataformas virtuales, y gestiona de manera responsable sus acciones, presencia y visibilidad en la red, para ejercer una ciudadanía digital activa, cívica y reflexiva.
CD4. Conoce los riesgos y adopta, con la orientación del docente, medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.	CD4. Identifica riesgos y adopta medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y para tomar conciencia de la importancia y necesidad de hacer un uso crítico, legal, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Se inicia en el desarrollo de soluciones digitales sencillas y sostenibles (reutilización de materiales tecnológicos, programación informática por bloques, robótica educativa...) para resolver problemas concretos o retos propuestos de manera creativa, solicitando ayuda en caso necesario.	CD5. Desarrolla aplicaciones informáticas sencillas y soluciones tecnológicas creativas y sostenibles para resolver problemas concretos o responder a retos propuestos, mostrando interés y curiosidad por la evolución de las tecnologías digitales y por su desarrollo sostenible y uso ético.
---	--

- Competencia personal, social y de aprender a aprender.

Esta competencia va dirigida a que los alumnos sean conscientes de sus capacidades y reflexionen sobre las enseñanzas recibidas, siendo capaces de relacionarse con el resto de sus compañeros y así crear un aprendizaje construido por ellos mismos.

Descriptores operativos:

Cuando complete la educación	Al completar la enseñanza básica
CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.	CPSAA1. Regula y expresa sus emociones, fortaleciendo el optimismo, la resiliencia, la autoeficacia y la búsqueda de propósito y motivación hacia el aprendizaje, para gestionar los retos y cambios y armonizarlos con sus propios objetivos.
CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.	CPSAA2. Comprende los riesgos para la salud relacionados con factores sociales, consolida estilos de vida saludable a nivel físico y mental, reconoce conductas contrarias a la convivencia y aplica estrategias para abordarlas.
CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás	CPSAA3. Comprende proactivamente las perspectivas y las experiencias de

personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.	las demás personas y las incorpora a su aprendizaje, para participar en el trabajo en grupo, distribuyendo y aceptando tareas y responsabilidades de manera equitativa y empleando estrategias cooperativas.
CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.	CPSAA4. Realiza autoevaluaciones sobre su proceso de aprendizaje, buscando fuentes fiables para validar, sustentar y contrastar la información y para obtener conclusiones relevantes.

- Competencia ciudadana.

Para el desarrollo de esta competencia, tratare de dirigir los contenidos que se ven involucrados en las situaciones de aprendizaje, trabajándolos de forma cercana a su realidad como punto de partida para más adelante poder elaborar contexto que presenten mayor dificultad.

Descriptores operativos:

Cuando complete la educación	Al completar la enseñanza básica
CC1. Entiende los procesos históricos y sociales más relevantes relativos a su propia identidad y cultura, reflexiona sobre las normas de convivencia, y las aplica de manera constructiva, dialogante e inclusiva en cualquier contexto.	CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.
CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de	CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la

<p>forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad, y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.</p>	<p>Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.</p>
<p>CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.</p>	<p>CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.</p>
<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.</p>	<p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecodependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.</p>

- Competencia emprendedora.

A través de esta competencia se busca que los alumnos sean los protagonistas del aprendizaje que fomentemos en ellos, un pensamiento crítico que les ayude a enfrentarse a las problemáticas que puedan surgirles en las diferentes situaciones en las que se encuentren. Como ellos serán los que construyan esas conclusiones y actuaciones deberemos ser conscientes de la necesidad de que sean autocríticos y

que conozcan sus límites. En esta programación plantearemos diferentes actividades en las cuales ellos tendrán que descubrir a través de la prueba y error cual es la forma de llevarlas a cabo.

Descriptores operativos:

Cuando complete la educación	Al completar la enseñanza básica
CC1. Entiende los procesos históricos y sociales más relevantes relativos a su propia identidad y cultura, reflexiona sobre las normas de convivencia, y las aplica de manera constructiva, dialogante e inclusiva en cualquier contexto.	CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.
CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad, y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.	CC2. Analiza y asume fundadamente los principios y valores que emanan del proceso de integración europea, la Constitución española y los derechos humanos y de la infancia, participando en actividades comunitarias, como la toma de decisiones o la resolución de conflictos, con actitud democrática, respeto por la diversidad, y compromiso con la igualdad de género, la cohesión social, el desarrollo sostenible y el logro de la ciudadanía mundial.
CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y	CC3. Comprende y analiza problemas éticos fundamentales y de actualidad, considerando críticamente los valores propios y ajenos, y desarrollando

creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.	juicios propios para afrontar la controversia moral con actitud dialogante, argumentativa, respetuosa y opuesta a cualquier tipo de discriminación o violencia.
CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.	CC4. Comprende las relaciones sistémicas de interdependencia, ecoddependencia e interconexión entre actuaciones locales y globales, y adopta, de forma consciente y motivada, un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable.
CC1. Entiende los procesos históricos y sociales más relevantes relativos a su propia identidad y cultura, reflexiona sobre las normas de convivencia, y las aplica de manera constructiva, dialogante e inclusiva en cualquier contexto.	CC1. Analiza y comprende ideas relativas a la dimensión social y ciudadana de su propia identidad, así como a los hechos culturales, históricos y normativos que la determinan, demostrando respeto por las normas, empatía, equidad y espíritu constructivo en la interacción con los demás en cualquier contexto.

- Competencia en conciencia y expresiones culturales.

Para desarrollarla los alumnos tendrán que ser conscientes de sus posibilidades y capacidades a la hora de realizar diferentes proyectos o actividades. Además de conocer su contexto e interesarse por contextos cercanos, respetando las diferentes culturas y sus costumbres.

Descriptores operativos:

Cuando complete la educación	Al completar la enseñanza básica
------------------------------	----------------------------------

<p>CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias entre distintas culturas y la necesidad de respetarlas.</p>	<p>CCEC1. Conoce, aprecia críticamente y respeta el patrimonio cultural y artístico, implicándose en su conservación y valorando el enriquecimiento inherente a la diversidad cultural y artística.</p>
<p>CCEC2. Reconoce y se interesa por las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</p>	<p>CCEC2. Disfruta, reconoce y analiza con autonomía las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, distinguiendo los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</p>
<p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.</p>	<p>CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones por medio de producciones culturales y artísticas, integrando su propio cuerpo y desarrollando la autoestima, la creatividad y el sentido del lugar que ocupa en la sociedad, con una actitud empática, abierta y colaborativa.</p>
<p>CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.</p>	<p>CCEC4. Conoce, selecciona y utiliza con creatividad diversos medios y soportes, así como técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para la creación de productos artísticos y culturales, tanto de forma individual como colaborativa, identificando oportunidades de desarrollo personal, social y laboral, así como de emprendimiento.</p>



## **8. CONTENIDOS/SABERES BASICOS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA TERCERO DE PRIMARIA**

En el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, nos indica los saberes básicos asignados a un ciclo y área concreta a través de estos saberes conoceremos los contenidos y destrezas necesarias para adquirir aquellas competencias específicas que se desarrollan en el área de Educación Física.

### **A. Vida activa y saludable.**

- Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultra procesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.
- Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).
- Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.

### **B. Organización y gestión de la actividad física.**

- Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos, lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto de las elecciones de los demás.
- Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.
- Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.

#### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones cooperativas. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria.
- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas.
- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.

– Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos.

#### D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

– Gestión emocional: reconocimiento de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.

– Habilidades sociales: escucha activa y estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices.

– Concepto de deportividad.

– Conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación.

#### E. Manifestaciones de la cultura motriz.

– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.

– Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples.

– Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.

– Deporte y perspectiva de género: ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes. Referentes en el deporte de distintos géneros.

#### F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

– Normas de uso: educación vial para bicicletas. Movilidad segura, saludable y sostenible.

- Espacios naturales en el contexto urbano: uso, disfrute seguro y mantenimiento.
- Estado del material para actividades en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación ante desperfectos.
- Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión.
- Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven como servicio a la comunidad, durante la práctica segura de actividades físicas en el medio natural y urbano.

## **9. COMPETENCIAS ESPECIFICAS**

### Competencia específica 1.

1.1 Reconocer los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria.

1.2 Integrar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene en la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.

1.3 Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.

1.4 Identificar y abordar conductas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

## Competencia específica 2.

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios, si es preciso, durante el proceso, y generando producciones motrices de calidad, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

2.2 Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

2.3 Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

## Competencia específica 3.

3.1 Participar en actividades motrices, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándolas de forma asertiva.

3.2 Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo las actuaciones de compañeros y rivales.

3.3 Convivir mostrando en el contexto de las prácticas motrices habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto a la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, así como una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, haciendo especial hincapié en el fomento de la igualdad de género.

## Competencia específica 4.

4.1 Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura propia, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, reconociendo y transmitiendo su valor cultural y su potencial como espacio generador de interacciones constructivas entre personas con orígenes diferentes y entendiendo las ventajas de su conservación.

4.2 Valorar el deporte como fenómeno cultural, analizando los estereotipos de género o capacidad y los comportamientos sexistas que a veces suceden en su contexto, rechazándolos y adoptando actitudes que eviten su reproducción en el futuro.

4.3 Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.

#### Competencia específica 5.

5.1 Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una perspectiva ecosostenible del entorno y comunitaria.

# 10. METODOLOGIA

## A. Principios metodológicos de la etapa

Para la realización exitosa de la programación utilizare metodologías que fomenten el desarrollo de las actividades y contenidos de manera global, buscando que el alumnado experimente libremente a través de las actividades propuestas. Como se recoge en el **ANEXO II.A DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre:**

*“A lo largo de la escolarización se contribuirá al desarrollo de las competencias clave previstas en el Perfil de salida y para su adquisición los aspectos metodológicos adquieren gran relevancia. Para ello, el aprendizaje debe tener carácter transversal, dinámico e integrador, debe abordarse desde todas las áreas desde una perspectiva globalizadora, implica un proceso de desarrollo mediante el cual los individuos van adquiriendo progresivos niveles de desempeño en la aplicación de las competencias y ha de adaptarse a las características y ritmos de aprendizaje individuales”.*

Todas las metodologías que desarrollare en el proyecto irán dirigidas a una enseñanza integral en la cual desarrollemos todas las competencias recogidas anteriormente, las cuales serán el punto de partida de toda mi programación. La idea que seguiré es la de conseguir despertar en el alumnado los valores y capacidades necesarios para el crecimiento progresivo a través de la programación. Este crecimiento progresivo será apoyado por las situaciones de aprendizaje, las propuestas metodológicas con las que se trabajare todas las facetas que tienen relevancia en su desarrollo.

Las metodologías que vamos a desarrollar serán flexibles teniendo en cuenta las capacidades de los alumnos y adaptándose continuamente. El alumno será el centro de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje y por lo deberemos enseñarle a pensar por sí mismo y ser crítico. además, ser capaz de trabajar con sus compañeros y aprender de ellos. Por último, debo destacar la importancia de la motivación, factor indispensable para que mi programación tenga el impacto que busco.

Algunas de las metodologías que trabajare en esta programación serán:

- La enseñanza por descubrimiento:

A través de ella busco que el alumnado sea el que realice por sí mismo la experimentación en las actividades, para ello deberá emplear los conceptos y habilidades que hemos trabajado en unidades o sesiones anteriores. Mi papel como docente será guiar esas experimentaciones y proporcionar a los alumnos las herramientas que necesitan para llevarlas a cabo. Si algo define esta metodología es el desarrollo de la autonomía de los alumnos

- Metodología global:

Para poder desarrollar esta metodología en el aula, debo de crear situaciones de aprendizaje en las que el alumno desarrolle los conceptos en situaciones reales, por lo que le daremos las herramientas para que el propio alumno participe de manera activa, realizan aprendizajes como las diferentes acciones motrices que intervienen en las diferentes sesiones y aumentar así progresivamente la dificultad.

- Metodología cooperativa

Esta metodología será trabajada en gran parte de las sesiones debido a la importancia que para mí supone el desarrollo de actividades a través del aprendizaje de manera conjunta que no sea únicamente el alumno quien desarrolle sus conocimientos con los conceptos que le entrego, sino que entre los propios alumnos se agrupen y fomentemos así el crecimiento conjunto. Con esta metodología trabajare la atención a la diversidad, pues dentro del grupo encontramos diferentes niveles y gracias a estos trabajos cooperativos compartirán sus dificultades, con sus compañeros y conseguiremos que el aprendizaje sea más integral y conjunto, que ellos vayan creando nuevos conocimientos gracias a su propia experimentación y la de sus compañeros

- Principios DUA

Los principios del diseño universal de aprendizaje en esta programación los hemos enfocado, de acuerdo con la propuesta del tratamiento pedagógico de lo corporal, TPC, en esta propuesta planteamos diferentes fases, en las que el alumnado explora sus posibilidades, experimenta vivencia, hace junto a otros. Descubre sus posibilidades y limitaciones y en todas ellas el maestro desempeña el papel de guía y orienta sus aprendizajes



## **B. Agrupamientos y organización del espacio y el tiempo.**

En esta programación los espacios tendrán una gran importancia a través de ellos, conseguiremos crear situaciones de las cuales los alumnos pueda extraer conocimientos y experiencias relevantes para su desarrollo. cada una de las localizaciones en las que desarrollemos las actividades tendrá una gran relevancia en los aprendizajes que desarrollen.

yo como maestro deberé organizar las acciones motrices para que las desarrollen en espacios en los cuales no suelen ser lo comunes, consiguiendo así que los alumnos sean capaces de desarrollar múltiples desarrollos motrices, interpretando la información que el entorno le proporciona, sin importar el espacio en el que se encuentre, no limitar las posibilidades.

Los materiales utilizados serán muy variados, dependiendo de las sesiones encontraremos unos u otros, sin embargo, todos tendrán en común una misma propiedad, la polivalencia para diferentes ámbitos y situaciones de aprendizaje. estos materiales les proporcionaran una gran variedad de posibilidades dentro de una misma situación de aprendizaje.

El trabajo realizado en las situaciones de aprendizaje no será únicamente a través de actividades en las cuales el alumnado tenga que desarrollar actividades de manera individual, si no que busco que los alumnos aprendan unos de otros, que sean conscientes de los aprendizajes, y que sean capaces de ayudarse y trabajar de manera conjunta para enriquecer ese proceso de aprendizaje. Se realizarán actividades en grupo, individuales y por parejas. Estas agrupaciones fomentaren la atención a la diversidad, así como el fomento del trabajo en equipo y la integración de todos los componentes que pertenecen al grupo de clase.

Por último, la distribución del tiempo en el aula está dirigido a través de la metodología del TPC, la cual nos indica la necesidad de otorgar coherencia a las programaciones entendiendo esto como, nuevos métodos que conecten lo que queremos enseñar a los alumnos con las actividades que proponemos para ello. También se busca que las enseñanzas estén adecuadas a los niveles de comprensión de los alumnos, partiendo de sus conocimientos previos para que el aprendizaje sea progresivo y pueda así atender con mayor precisión a los problemas que surjan. Dentro de las sesiones se debe observar

esa progresión, también la organización de las programaciones ira diseñada en función de los conocimientos que se trabajen en cada una. por lo que empezare trabajando de manera más específica para que desarrollen conocimientos que más adelante necesitaran en las siguientes unidades. Para terminar las sesiones constan de tres momentos principales: el momento de encuentro, el de construcción de los aprendizajes y el momento de despedida.

## 11. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Como señala el artículo 24 de la **Orden EFP/678/2022, de 15 de julio**, recoge las diferentes medidas que deben llevarse a cabo dentro del aula para que los alumnos desarrollen sus capacidades atendiendo a sus necesidades, para que así logren superar los objetivos marcados para esta etapa. Como ya recogí en las metodologías el aprendizaje colaborativo nos proporcionara una gran versatilidad para el desarrollo de estas medidas de atención a la diversidad pues a través de los alumnos, construirán aprendizajes y reforzaran los que ya tienen. También podrán completar los de sus compañeros compartiendo lo aprendido y reflexionando de manera conjunta para conseguir enriquecer los conocimientos del grupo. Nuestra evaluación ira dirigida también a la atención a estas diferencias, desarrollando una evaluación continua que me ayudara a observa los avances y dificultades que surgen en las sesiones y así poder intervenir de manera positiva. En este grupo los alumnos presentaran un nivel de desarrollo cognitivo y motriz homogéneo, sin embargo, encontramos dificultades con el desarrollo del vocabulario necesario para la realización de las situaciones de aprendizaje. Por lo tanto, centraremos los momentos iniciales de las sesiones, a la construcción de esos conocimientos indispensables, esto lo llevare a cabo, empleando elementos como las tic, las cuales me permitan exponer, de manera clara y motivante para el alumnado los conocimientos necesarios para llevar a cabo y comprender correctamente los elementos principales de las diferentes tareas que se llevaran a cabo. Mi intención no es la de proporcionar esta atención a la diversidad únicamente cuando surjan estos problemas si no que, estará presente a lo largo de todas las unidades, pues porque esperar a que surjan dificultades si podemos atenderlas antes de que supongan un problema para el alumno. De esta manera evitare que aparezca en los alumnos una desconexión con lo que estamos trabajado y pierdan así la motivación indispensable para la superación de los objetivos. El seguimiento del alumnado de

manera individualiza, a través de la observación directa será una herramienta que me proporcionará, que las sesiones no estén atadas a lo estipulado en la situación de aprendizaje si no que pueda modificarlas de manera directa en el momento en el que surja una dificultad, gracias a ello poder atender y subsanar las dificultades antes de que estas se conviertan en un problema para el desarrollo de los alumnos.

## **12. INTERDISCIPLINARIEDAD**

Cuando hago referencia a la interdisciplinariedad me refiero a la utilización de diversos contenidos pertenecientes a otras áreas que no sean la educación física, los cuales integraremos en las sesiones para que así estas sean más significativas en el proceso de enseñanza. La obligación para trabajar de esta manera conjunta nos proporcionara una mayor cantidad y diversidad recursos, los cuales podremos crear con la ayuda de docentes de otras áreas, trabajando de manera conjunta para que las sesiones tengan una mayor utilidad y complejidad. El trabajo que se desarrollara en el área me proporcionara la oportunidad de relacionar la Educación física, de manera sencilla con el resto de las áreas.

- Con el área de educación artística, encontraremos relación con todas aquellas tareas en las que sea necesaria la utilización de materiales alternativos para el desempeño como puede ser la creación de material para malabares o a la hora de presentar a sus compañeros de manera más interactiva como pueden ser los murales.
- Respecto al área de Lengua y Literatura tendrá una gran relevancia en esta área, pues la adquisición de vocabulario necesaria para la correcta realización de las actividades y el trabajo colaborativo el cual supondrá el uso de la comunicación tendrá una gran relevancia, por lo que el lenguaje verbal estará presente siempre. pero también desarrollaremos el lenguaje no verbal a través del cual, para actividades como la transmisión de sentimientos o intensidades en la danza.
- En el área de matemáticas su desempeño será de gran importancia para conocer las medias de distancia o peso para la realización de actividades como los saltos o lanzamientos. también serán necesarios para poder conocer cómo funcionan las gráficas o magnitudes en orientación.
- Con el área de ciencias sociales, podrán descubrir las diferentes culturas y su historia, a través de juegos que realizaremos a lo largo de la programación. También

desarrollaremos gracias a ello unos valores y un respeto hacia el resto de los compañeros.

- Para el área de ciencias naturales, conectaremos con contenidos como pueden ser comprender su propio cuerpo y como este se comporta ante diferentes situaciones, esto le proporcionara al alumnado un control total de sus movimientos.
- El área de Lengua extranjera está cada día más presente en todas las unidades que realizaran, debido a su gran importancia tanto a la hora de practicar diferentes deportes en los cuales se utiliza vocabulario o expresiones que no pertenecen a la lengua principal. Por ello tendrán que comprender y saber emplearlas.

## **13. EVALUACIÓN**

### **A. Para la evaluación del alumnado**

Para el desarrollo de esta evaluación empleare los aspectos que son destacados en el decreto 157/2022 y la Orden EFP/678/2022, los cuales establecen el currículo para educación primaria. En el artículo 14 del real decreto 157/2022, de 1 de marzo, recoge las características de una evaluación, esta nos indica que debe ser global, ya que atiende de manera conjunta a todas las competencias clave y específicas que se trabajaran durante cualquier programación, también será formativa y continúa puesto que no busca calificar la superación de las pruebas a las que le haga frente, si no que se evalúa la evolución durante el proceso de enseñanza.

Para la evaluación de los conceptos trabajados en las situaciones de aprendizaje utilizare como herramientas las preguntas una vez finalizadas las sesiones para obtener información, del grado de comprensión de los alumnos en cada sesión. Otra herramienta será la realización de presentaciones o trabajos, promoviendo así que los alumnos tengan que investigar y aclarar los conceptos para después plasmarlos en las presentaciones que realicen.

Para la evaluación de los desarrollos que se llevan a cabo en las sesiones empleare la observación sistemática a través de la cual recogeré información diaria de las sesiones y los elementos o situaciones reseñables que vaya ocurriendo en cada una, también empleare las pruebas de destreza y los circuitos de ejecuciones técnicas gracias a ellos obtendré una visión clara de la evolución o las dificultades que ocurren en el desempeño de la sesión. Estas dos herramientas facilitan la labor de

evaluación al obtener una gran cantidad de información sobre los alumnos y poder desempeñar una labor docente más precisa y dirigida.

Para la evaluación de las actitudes del alumnado deberé llevar a cabo un registro anecdótico de lo ocurrido durante las sesiones, además de la observación directa para completar y ampliar la información que los alumnos nos proporcionan durante la realización.

### **B. Evaluación del docente:**

Como ya recogí en anteriores apartados la evaluación no debe ser únicamente un proceso que llevemos a cabo con los alumnos, si no que deberé tener en cuenta también los problemas surgidos durante el desarrollo de las sesiones y el cumplimiento de los objetivos que pretenda realizar en cada una de ellas. Para ello tendré en cuenta los resultados obtenidos por los estudiantes, analizaré si las situaciones están adaptadas al contexto de grupo en el que se llevan a cabo y si las modificaciones introducidas durante cada una de las sesiones fueron eficaces, de qué manera vario el resultado de la actividad.

Algunas de los instrumentos que utilizare para el desarrollo de mi propia evaluación, serán el diario de las sesiones que iré realizando día a día en el aula, también puedo realizar una rubrica en la que destaque los factores determinantes para el desarrollo efectivo de las sesiones y así poder destacar los puntos fuertes y débiles de mi labor docente.

### **C. Evaluación del proceso de enseñanza**

Por último, debo evaluar la programación didáctica que he desarrollado, observando las diferentes concreciones curriculares que he realice para su diseño, como su desempeño practico en el aula. Para esta evaluación debo tener los resultados obtenidos en las evaluaciones del alumnado y del docente, pudiendo obtener de ellas, una gran parte de la información necesaria para llevar esta evaluación, esto nos indicara que objetivos han desarrollado y en cuales han surgido dificultades o no estaban correctamente desarrollados, si observo que estos indicadores no son aceptables, significara que mi programación necesitara adaptaciones para que sea completamente efectiva

## 14. SECUENCIACIÓN LAS UNIDADES

Unidades didácticas

Primer trimestre:

Para comenzar el primer trimestre trabajare unidades que nos permitan conocer al alumnado, saber sus condiciones físicas y perceptivo motrices. Estableciendo así unos principios de actuación para ellos. Será el momento de recuperar los conocimientos que han trabajado en cursos anteriores. Busco que los alumnos trabajen de manera conjunta y que se desarrolle un dialogo entre ellos, del cual puedan extraer unos mayores conocimientos. el trabajo de habilidades motrices será leve, pero estará presente, para el desarrollo de las futuras sesiones. Como en este periodo las condiciones climáticas no acompañan, las sesiones estarán orientadas al gimnasio o al aula.

1º unidad: Juegos y actividades recreativas

2º unidad: Expresión corporal y danza

3º unidad: Juegos populares

4º unidad: Habilidades motrices básicas-lanzamientos

Segundo trimestre

En este segundo trimestre nos centraremos más específicamente en el desarrollo de habilidades motrices. Buscaremos el desarrollo del alumnado tanto en el aspecto prersonal, por lo que ellos desarrollaran unas capacidades concretas necesarias para la ejecución de próximas sesiones, como de manera deportiva pues obtendrá las nociones básicas de la iniciación a los deportes más concretamente el atletismo y sus diferentes facetas. Gracias a estas habilidades puedo introducir también los valores de deporte, los cuales serán de gran importancia para la predisposición del alumnado al respeto por sus compañeros y el conocimiento de sus propios límites. Las condiciones climáticas serán menos extremas y por lo tanto podremos combinar el trabajo en el gimnasio y la utilización de las zonas al aire libre del centro.

5 ° unidad: Habilidades motrices básicas-equilibrio, coordinación

6 ° unidad: Iniciación al atletismo

7 ° unidad: Habilidades motrices básicas -Saltos

8 ° unidad: Deportes con raquetas

Tercer trimestre

Para este tercer trimestre, las unidades que se trabajarán tendrán una mayor complejidad debido a que es necesario, la utilización de las habilidades motrices necesarias que han trabajado anteriormente, como a la hora de realizar las actividades de manera conjunta con sus compañeros. Gracias al trabajo previo en otras unidades los alumnos tendrán los conocimientos necesarios para realizarlas de manera exitosa. Para la realización de unidades como la orientación, la climatología será mucho más beneficiosa a estas alturas del curso, por lo que podremos utilizar las zonas al aire libre del centro para el desarrollo de gran parte de las sesiones.

9 ° unidad: El circo

10 ° unidad: Iniciación deportiva

11 ° unidad: Iniciación con deportes alternativos

12 ° unidad: Orientación

## 15. CONCLUSIÓN

Para finalizar esta programación me gustaría destacar que todos los factores que intervienen en la programación están tan estrechamente relacionados, así que debemos construirla siendo conscientes del currículo vigente. Este nos aportara la hoja de ruta para llevarla a cabo de la mejor manera posible.

Cuando el docente construye una programación, el contexto en el cual se desarrollará tendrá una gran importancia y conocerlo nos ayudará a adaptar y elaborar de manera adecuada tanto la evolución de las competencias y contenidos que busco desarrollar, como la atención individualizada que deberemos tener en cuenta para que todos los alumnos sean capaces de superar las competencias que favorecerán el desarrollo integral. Por ello el docente debe tener claro que la programación no debe estar sujeta a sus propias convicciones, si no al trabajo que quiere desarrollar y las características que presenta el alumnado.

En esta programación busco desarrollar en el alumnado los valores y beneficios que el deporte favorece en el desarrollo social, físico y mental de los alumnos.

Como profesor, debo conseguir que se despierte en los alumnos la motivación e interés necesarios, para que ellos sean los que se acerquen a estas actividades y busquen dar su mejor versión en ellas. Siendo yo un referente para ellos a la hora de enfrentarse a las situaciones que les planteamos.

Por lo tanto, como docente mi misión es la de planificar con coherencia y diseñar las diferentes situaciones de aprendizaje que se desarrollan en la programación didáctica de un forma cercana y motivadora, atendiendo a las necesidades. Además de preparar a los alumnos para su futuro profesional, personal y social.

Consiguiendo que sea el protagonista de su propio aprendizaje y que pueda colaborar en el de sus compañeros. Fomentando así que todos sean partícipes su proceso de aprendizaje y enseñanza.



## **16. BIBLIOGRAFIA**

BOE núm. 52. Real Decreto 157/2022 (Mecd, Madrid 1 marzo 2022).

BOCyL núm. 190. Decreto 38/2022 (29 de septiembre 2022)

Calle, N. J. B. (2005). La Lección de educación física en el tratamiento pedagógico de lo corporal: materiales de investigación-acción en distintos contextos educativos. INDE.

## 17. Anexo I

Título

“Conocemos el cole”

Contextualización:

Esta unidad estará centrada en el desarrollo de las capacidades físicas, en entornos reconocidos, así como la adaptación a los diferentes problemas que puedan surgir en el desarrollo de la situación de aprendizaje. Pero esta situación de aprendizaje no solo busca ese desarrollo físico si no que busca el desarrollo de dinámicas para fomentar los estilos de vida saludable y respeto al medio que rodea las sesiones. El alumnado trabajo estos contenidos en años anteriores, aun así, fueron vistos de manera ligera sin sumergirse completamente en la orientación en entornos cercanos. El centro nos ofrece diversidad de espacios en los cuales llevar a cabo las actividades planteadas y que estas tengan una gran importancia e en su aprendizaje y desarrollo.

Intención educativa:

¿Serán capaces de descubrir el colegio y orientarse correctamente por él, conocen su colegio a fondo?

Los alumnos deberán interactuar con el centro y descubrirlo a través del mapa y la orientación.

Objetivos de etapa	Saberes básicos
<ul style="list-style-type: none"><li>• Fomentar un estilo de vida saludable.</li><li>• Adquirir conocimientos sobre deportes y actividades físicas.</li><li>• Indicadores de logro</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• B. Organización y gestión de la actividad física. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención, medidas de seguridad y control corporal para la prevención de lesiones. (CE 1.3)</li><li>• C. Resolución de problemas en situaciones motrices. –Toma de decisiones: Distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones</li></ul>

	<p>cooperativas. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. (CE 2.1)</p> <p>– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Intervención de las partes del cuerpo en el movimiento. Definición de la lateralidad: reconocimiento de la izquierda y la derecha en los demás y en los objetos. Coordinación dinámica general y segmentaria.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</li> </ul> <p>Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas y adopción de una actitud crítica. (CE 3.2)</p>
--	--

#### Objetivos de aprendizaje

- Desarrollar habilidades espaciales y de orientación.
- Aprender a leer y utilizar mapas sencillos.
- Fomentar la cooperación y el trabajo en equipo.
- Desarrollo de las actividades físicas teniendo en cuenta las medidas de seguridad

#### Interdisciplinariedad

Trabajaremos con contenidos de áreas como las Ciencias Naturales y Ciencias Sociales

#### Principios DUA

Esta situación de aprendizaje tiene como referencia metodológica los principios DUA, los cuales nos indican que el desarrollo de estas debe ir ligado a la variedad en la representación de la información, para ello tendremos presente los

conocimientos previos del alumnado y con este punto de partida, utilizo las clases magistrales y el uso de las TICS como método para presentar los conocimientos que el alumnado debe tener claros para el desarrollo de sus capacidades. También tendré en cuenta que la preparación de diversas formas de acción y expresión a través de las cuales practicar y demostrar los conocimientos adquiridos, todos los alumnos y alumnas tendrán la oportunidad durante las sesiones de poner en práctica lo aprendido tanto en las actividades individuales y colectivas, como en la reflexiones al final de las sesiones en las cuales compartirán los conocimientos adquiridos y así podrán elaborar unos conocimientos de mayor calidad, ayudando así al resto de compañeros y compañeras a completar sus conocimientos y reflexionar sobre las diferentes enfoques que cada uno percibe . Por último, tendremos la motivación pieza clave en el desarrollo de cualquier aprendizaje y punto de partida para el desarrollo de las situaciones. En estas situaciones de aprendizaje la motivación está presente a la hora de llevar a cabo los contenidos durante todas las situaciones nos encontraremos actividades que por un lado buscan, que el alumnado conozca sus límites y sea consciente de los progresos que realiza, pues él será consciente de su progreso pues la evolución de las sesiones de menor dificultad a mayor, le obligara a ir mejorando y por lo tanto a estar más motivado, pues pondrá a prueba todos esos conocimientos constantemente. También las incorporaciones de actividades en las cuales trabaje de manera colectiva nos ayudan a mantener su atención y fomentar que su produzcan aprendizaje en el cual ellos sean los protagonistas, pero que no sea individual si o que se trabaje de manera conjunta y consigamos que los adaptar los ritmos de todo el alumnado para que la experiencia de aprendizaje sea completa, lo más exitosa y motivadoras posible.

#### Metodología

- Aprendizaje cooperativo y participativo.
- Enseñanza por descubrimiento, a través de la experimentación y la práctica.
- Utilización de materiales y recursos didácticos variados (mapas, etc.).
- Actividades adaptadas a las capacidades y necesidades de los estudiantes.

#### Recursos

- Analógicos: mapas para el desarrollo de las actividades
- Tic: pizarra digital, ejemplos deferentes movilidades

- Espaciales: el aula, gimnasio y zonas al aire libre del centro
- Material: mapas, conos, vallas, aros

DESCRPTORES OPERATIVOS	Competencia específica	Criterios de evaluación	INSTRUMENTO DE EVALUACION
STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5	1	1.3 Identificar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto	
STEM1, CPSAA3, CPSAA5, CE3	2	2.1 Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, empleando estrategias de seguimiento que permitan observar los resultados obtenidos y mejorar el repertorio motriz	
(CPSAA1, CPSAA3, CC2, CC3	3	3.2 Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, observando la aportación de los participantes.	

Situación de aprendizaje

El alumnado comenzara explorando su movilidad y los diferentes espacios en los que se sitúa dentro del centro, avanzando desde el aula hasta el centro al completo. El será el protagonista de su propia aventura a través de las pruebas que iremos realizado, ellos irán diseñando diferentes mapas aplicando en ellos lo aprendido en sesiones anteriores.

Esta unidad está compuesta por 4 situaciones de aprendizaje.

### Evaluación

Momentos en los que la llevo a cabo inicial continua y final.

- La observación directa será mi principal herramienta para el desarrollo de la evaluación de los alumnos y la mía misma al reconocer así también las posibles dificultades.
- Evaluación inicial se realizará en la primera sesión recogiendo las impresiones del alumnado al conocer la nueva unidad que se desarrolla en este caso la orientación.
- Evaluación continua: Durante las sesiones los alumnos trabajarán con croquis y mapas de las diferentes ubicaciones, estos serán recogidos al finalizar las sesiones, de esta manera, tendré un control diario de los problemas que surgen en cada sesión, para poder reforzarlos en las siguientes sesiones. También tendré mucha más información sobre la evolución de los alumnos a lo largo de la unidad, lo cual me servirá de gran apoyo a la hora de evaluar al alumnado.
- Para la evaluación final realizaremos una sesión en la que se pongan en práctica los conocimientos que han ido acumulando durante las sesiones. En ella deberán realizar las tareas encomendadas y al finalizar las sesiones serán recogidos los mapas

### Secuencia de las situaciones de aprendizaje y temporalización

Esta unidad será trabajada en cuatro sesiones, estas serán realizadas en dos semanas debidos a que contamos con dos clases por semana.

En la primera sesión presentaremos la unidad y estableceremos los objetivos a desarrollar por los alumnos. Es el momento en el cual debo despertar el interés de los alumnos y así conseguir una mayor sensibilización y motivación para el alumnado. Tomamos consciencia de los conocimientos previos y ponemos la primera piedra para el desarrollo del aprendizaje.

En las segunda y tercera sesión construiremos la parte central de los conocimientos en ellas trabajaremos los principales conceptos que tendrán relevancia durante la unidad. Combinaremos actividades practicas con desarrollos teóricos los cuales

serán representados a través de diversos recursos. Estas dos sesiones buscan anclar los nuevos conocimientos con los previos que el alumnado trae de otros cursos. La cuarta sesión es el cierre de la unidad, es el momento de poner en práctica, los aprendizajes adquiridos durante las primeras sesiones. Esta última sesión la utilizaremos como herramienta final de evaluación en ellas se trabaja todo lo aprendido y poder realizar una evaluación final del trabajo que se ha desarrollado, por cada uno de los alumnos

### **Sesión 1**

Contenido: Orientación

Título: Conocemos el cole

Localización: Aula

### **Objetivos y contenidos**

#### **Material**

- Lápiz y goma de borrar
- Croquis

### **Momento de encuentro**

- Presentamos la nueva unidad
- Nociones básicas y aplicaciones a la vida real
- Entregaremos un croquis del aula
- Conocer sus conocimientos actuales

### **Momento de construcción del aprendizaje**

- 1º actividad: una vez investigado el plano los alumnos deberán encontrar su posición en el, utilizando referencias de objetos que estén cerca de él. Tendrán que dibujarse en el mapa.
- 2º actividad: localizar a los compañeros
- 3º actividad: localizar objetos del aula. Colocaremos diferentes objetos por el aula y ellos deberán localizarlos en sus mapas
- 4º actividad: ahora que conocen el aula, es el momento de que guíen a sus compañeros por

### **Momento de despedida**

Reflexión

- ¿Qué hemos trabajado?
- ¿Qué hemos aprendido?

### **Sesión 2**

Contenido: Orientación

Título: Conocemos el cole

Localización: Aula

### **Material**

- Lápiz y goma de borrar
- Croquis
- Pizarra digital

### **Momento de encuentro**

- Recordamos lo que hemos aprendido el día anterior
- Comenzaremos con una introducción teórica en el aula, apoyándome en las TIC`S a mi disposición en este caso una pizarra digital que utilizaremos para mostrar ejemplos de los contenidos que trabajaremos
- Nuevas nociones: movimientos necesarios, giros, cambios de sentido, puntos cardinales.
- Movimientos por el aula: deben moverse con su croquis, momento de enseñarles como orientar el croquis

### **Momento de construcción del aprendizaje**

- 1º actividad: los alumnos deben ubicar varios objetos o compañeros en su croquis. Deberán identificar donde se encuentran los elementos y así desarrollaran un mayor conocimiento del croquis. Pueden colorear el lugar en el que se encuentre o poner su nombre encima.
- 2º actividad: para la segunda actividad
- 3º actividad: se intercambian los croquis con un compañero y comprueban si lo siguen correctamente, debe seguir la ruta pasando por todos los puntos de control

### **Vuelta a la calma**

Teléfono Estropeado: los alumnos se sientan en círculo, a uno de ellos se le dirá una frase la cual debe transmitir al siguiente intentando que este la comprenda sin errores. El objetivo será que la frase llegue al último compañero como se le ha dicho al primero.





### **Sesión 3**

Contenido: Orientación

Título: Conocemos el cole

Localización: Gimnasio

### **Objetivos y contenidos**

#### **Material**

- Lápiz y goma de borrar
- Croquis
- Conos
- Aros
- Ladrillos

### **Momento de encuentro**

Juegos de calentamiento:

- Tú la llevas. Un alumno se la queda, el resto deben escarpar. Cuando toca a otro de los compañeros, estos se intercambian los papeles.
- Repartimos unos nuevos croquis esta vez del gimnasio, sin la disposición de los objetos

### **Momento de construcción del aprendizaje**

- 1º actividad: Cada alumno debe colocar los diferentes objetos del gimnasio y orientar correctamente el croquis.
- 2º actividad: colocar conos, aros y ladrillos. Ellos deberán dibujarlos en el lugar adecuado en su croquis.
- 3º actividad: los alumnos se moverán por el aula entre los conos, aros y ladrillos, cuando el profesor menciones uno de ellos deberá buscar el más cercano. Los alumnos que no consigan uno, seguirán jugando. Progresivamente iremos aumentando la dificultad teniendo que ponerse en parejas o grupos

### **Vuelta a la calma**

Relajación

Pez globo: técnica de relajación en la cual nos centraremos en la respiración, alternando diferentes ritmos e intensidades para conseguir que los alumnos

#### **Sesión 4**

Contenido: Orientación  
Título: Conocemos el cole  
Localización: Gimnasio

#### **Objetivos y contenidos**

##### **Material**

- Lápiz y goma de borrar
- Croquis
- Conos
- Aros
- Ladrillos

#### **Momento de encuentro**

Juegos de calentamiento:  
¡Simón dice!: todos los alumnos se distribuyen por el gimnasio del centro, uno realiza el rol de líder y deberá encomendar a sus compañeros, que realicen diferentes gestos o movimientos mientras se desplazan.

#### **Momento de construcción del aprendizaje**

- 1º actividad: Les entregamos a los alumnos diferentes objetos con los que trabajamos el día anterior, deben colocarlos como aparecen en sus croquis entre todos, fomentando que dialoguen entre ellos y fomentando así que trabajen de forma conjunta
- 2º actividad: Se colocan en parejas y se intercambian los croquis, deben comprobar que su compañero es capaz de seguirlo. Siguiendo en caso de error los consejos de su compañero, el objetivo es que el alumno lo complete de principio a fin.
- 3º actividad: para esta actividad uno de la pareja llevara los ojos tapados y el otro deberá ser su guía, únicamente podrán comunicarse de manera fomentando así que utilice el lenguaje que ha ido aprendiendo y viendo la repercusión que tiene.

#### **Momento de despedida**

Director de orquesta. Un alumno es el director y el resto debe seguirle. Uno de los alumnos se apartará para no saber quién es el director. Deben ir cambiando de movimientos hasta que identifique quien es.

## 18. Anexo II

Unidad didáctica 2

Título

“Saltos olímpicos”

Contextualización

Esta unidad va dirigida a la práctica de actividades y deportes, más concretamente se centra en el atletismo. Veremos diferentes tipos de saltos y cuales son más convenientes para las situaciones que nos encontramos. También podemos trasladar los contenidos trabajados a la vida cotidiana del alumnado. Consiguiendo así que ellos mismos los desarrollen a partir de sus conocimientos previos, así como las respuestas intuitivas que provocan.

Objetivos de etapa	Saberes básicos
<ul style="list-style-type: none"><li>• Fomentar la actividad física y el estilo de vida saludable</li><li>• Adquirir conocimientos sobre deportes y actividades</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• A. Vida activa y saludable. – Salud física: Reconocimiento de los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Identificación de los efectos perjudiciales relacionados con un estilo de vida con ausencia de práctica de actividad física. (CE 1.1)</li> <li>• B. Organización y gestión de la actividad física. – Interés por mejorar la competencia motriz y valoración del esfuerzo personal en la actividad física. Confianza en sus propias posibilidades. (CE 1.1)</li> <li>• B. Organización y gestión de la actividad física. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención, medidas de seguridad y control corporal para la prevención de lesiones. (CE 1.3)</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• C. Resolución de problemas en situaciones motrices. <ul style="list-style-type: none"> <li>– Toma de decisiones: Distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones cooperativas. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. (CE 2.1)</li> </ul> </li> <li>• D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices <ul style="list-style-type: none"> <li>– Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que participan en el juego. (CE 3.2 y 4.2)</li> </ul> </li> </ul>
--	---

### Objetivos de aprendizaje

- Identifica los diferentes elementos necesarios para ejecutar saltos.
- Desarrollo de las capacidades físicas necesarias para realizar los saltos
- Conocer los diferentes tipos de saltos y los momentos en que debe utilizar cada uno
- Desarrollar las técnicas necesarias en cada tipo de salto
- Fomentar el trabajo cooperativo y la autosuperación.
- Fomento de habilidades como la concentración y el equilibrio

### Interdisciplinariedad

Esta unidad no solo apoya los contenidos que se trabajan en el área de Educación Física, también podemos observar que se trabajan nociones de áreas como Ciencias de la Naturaleza o Ciencias Sociales. En estas situaciones de aprendizaje propuestas también trabajamos, competencias correspondientes a las relaciones sociales y los

diferentes ámbitos en los que influirá ya sean personales, sociales o educativos, dependiendo de las actividades a desarrollar.

Principios DUA,

Para el desarrollo de las diferentes situaciones de aprendizaje, tenemos claro la necesidad de trabajar con una metodología que fomente el desarrollo de cada uno de los alumnos. Presentaremos los contenidos en diferentes formatos, a través de las clases magistrales en las cuales busco que el alumnado sea consciente de los contenidos que vamos a desarrollar y que tenga unos principios teóricos nuevos que se enlacen con los previos que el traía. También las utilizare los tics como herramienta para clarificar esos contenidos y de observar los de una forma clara y concisa. En estas situaciones está presente este formato digital, para observar las diferentes formas en las cuales llevamos a cabo los saltos y los diferentes elementos técnicos que son necesarios.

Para la acción y representación de las actividades tendremos una clara evolución en las situaciones comenzaremos por actividades en las cuales ellos desarrollen los saltos de manera intuitiva para más tarde ir agregando contenidos más técnicos y así crear un aprendizaje completo sobre estos contenidos. el alumnado será el que nos indique los ritmos a seguir, así como las diferentes dificultades que le surgen. Con los alumnos, realizaremos reflexiones al finalizar cada situación de aprendizaje para así poder, fomentar que verbalicen lo aprendido de una manera coherente y que así sirva al resto de compañeros y compañeras para completar su aprendizaje. Para el desarrollo de las actividades la motivación tendrá una gran importancia, ellos serán los que, a través de su propia superación, conseguirán un mayor crecimiento, en actividades como los saltos de altura y longitud ellos, comprobarán su progreso a través de la medición de los saltos, serán conscientes de su progreso. En el desarrollo de esta unidad, hay una serie de actividades las cuales deben realizar con la ayuda de sus compañeros, con ello conseguiremos que el alumno o alumna que no tiene completamente interiorizado algunos de los desarrollos que trabajamos, será consciente de sus fallos y cuente con un compañero que fomente la mejora y el desarrollo completo de sus capacidades.

Metodología

- Aprendizaje cooperativo y participativo.

- Enseñanza por descubrimiento, a través de la experimentación y la práctica.

#### Recursos

- Tic: pizarra digital, ejemplos diferentes saltos y situaciones para la utilización de cada uno de ellos.
- Espaciales: Gimnasio
- Material: conos, vallas, aros, cintas, cuerdas, colchonetas, cinta métrica, bancos

DESCRIPTORES OPERATIVOS	Competencia específica	Criterios de evaluación	INSTRUMENTO DE EVALUACION
(STEM2, STEM5, CPSAA2)	1	1.1 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y sostenibles y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico que posee adoptar un estilo de vida activo.	
(STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5)	1	1.3 Identificar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto	
(STEM1, CPSAA3, CPSAA5, CE3)	2	2.1 Participar en proyectos motores de carácter individual,	

		cooperativo o colaborativo, empleando estrategias de seguimiento que permitan observar los resultados obtenidos y mejorar el repertorio motriz.	
(CPSAA1, CPSAA3, CC2, CC3)	3	3.2 Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, observando la aportación de los participantes	
. (CPSAA1, CC3)	4	4.2 Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas femeninas, masculinas o mixtas, acercándose al deporte federado e identificando y rechazando comportamientos contrarios a la convivencia	

#### Secuencia de las situaciones de aprendizaje y temporalización

Esta unidad será trabajada en cuatro sesiones, estas serán realizadas en dos semanas debidos a que contamos con dos clases por semana.

En la primera sesión presentaremos la unidad y estableceremos los objetivos a desarrollar por los alumnos. Es el momento en el cual debo despertar el interés de los alumnos y así conseguir una mayor sensibilización y motivación para el alumnado. Tomamos consciencia de los conocimientos previos y ponemos la primera piedra para el desarrollo del aprendizaje.

En las segunda y tercera sesión construiremos la parte central de los conocimientos en ellas trabajaremos los principales conceptos que tendrán relevancia durante la unidad. Combinaremos actividades practicas con desarrollos teóricos los cuales



serán representados a través de diversos recursos. Estas dos sesiones buscan anclar los nuevos conocimientos con los previos que el alumnado trae de otros cursos. La cuarta sesión es el cierre de la unidad, es el momento de poner en práctica, los aprendizajes adquiridos durante las primeras sesiones. Esta última sesión la utilizaremos como herramienta final de evaluación en ellas se trabaja todo lo aprendido y poder realizar una evaluación final del trabajo que se ha desarrollado, por cada uno de los alumnos.

<p><b><u>Sesión 1</u></b>          Contenido: Saltos          Título:” Saltos Olímpicos”          Localización: gimnasio</p>
<p><b><u>Material</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cintas</li> <li>• Cuerda.</li> </ul>
<p><b><u>Momento de encuentro</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación de la nueva unidad</li> <li>• Desarrollo teórico de los saltos, elementos para tener en cuenta en su realización</li> <li>• Enumerar normas de seguridad</li> </ul>
<p><b><u>Momento de construcción del aprendizaje</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1º actividad: calentamiento, ejercicios de movilidad articular en movimiento: saltos laterales,</li> <li>• 2º actividad: los alumnos se distribuirán en medio campo, dos de ellos se pondrán uno cogiendo cada extremo de la cuerda y se pondrán a los lados del campo. Los alumnos que están en el campo deberán evitar que la cuerda les toque coordinando tanto los saltos, como la velocidad de la cuerda. Pero también no empujar a los compañeros para evitar desequilibrarlos y que ellos toquen la toquen.</li> <li>• 3º actividad: Superar los ríos, en este juego trabajaremos los saltos y para ello el campo será dividido con cintas formando ríos en los cuales los alumnos no podrán caer. Comenzaran saltándolos solo con los pies juntos, con una sola pierna, zancadas. Para aumentar la dificultad según pasen las rondas aumentaremos la distancia entre las cintas.</li> </ul>

### **Vuelta a la calma**

- Recogida de material
- Estiramientos suaves
- Reflexión con los alumnos de los contenidos trabajados y los problemas que les surgen, durante la realización de las actividades.

### **Sesión 2**

Contenido: Saltos

Título: "Saltos Olímpicos"

Localización: gimnasio

### **Material**

Bancos, aros, colchonetas, cinta métrica

### **Momento de encuentro**

- Presentación de la nueva unidad
- Desarrollo teórico de los saltos, más en concreto el salto de longitud y elementos para tener en cuenta en su realización
- Enumerar normas de seguridad

### **Momento de construcción del aprendizaje**

- 1º actividad: Calentamiento, carrera suave y ejercicios de movilidad articular
- 2º actividad: comenzarán desplazándose por el aula mediante saltos, cuando se encuentren un elemento como un banco o un aro deberán superarlo cambiando de tipo de salto. (con un solo pie, pies juntos, pies separados, etc.)
- 3º actividad: colocaremos una colchoneta y los alumnos practicarán los saltos de longitud. Cuando lo tengan dominado comenzaremos a medir la distancia a la que llegan.

### **Vuelta a la calma**

- Recogida de material
- Estiramientos suaves
- Reflexión con los alumnos de los contenidos trabajados y los problemas que les surgen, durante la realización de las actividades

### **Sesión 3**

Contenido: Saltos

Título: "Saltos Olímpicos"

Localización: gimnasio

### **Material**

Bancos, aros, colchonetas, cinta métrica

### **Momento de encuentro**

- Presentación de la nueva unidad.
- Desarrollo teórico de los saltos de altura, como se realiza y posibles utilidades.
- Enumerar normas de seguridad,

### **Momento de construcción del aprendizaje**

- 1º actividad: Calentamiento, carrera suave y ejercicios de movilidad articular
- 2º actividad: carrera de obstáculos, dividiremos al grupo en tres. Cada uno tendrá un circuito de obstáculos diferente, en ellos se combinarán variedad de saltos para esquivar los bancos, cintas, etc. Cuando los alumnos realicen unas de los circuitos pasaran al siguiente.
- 3º actividad: salto de altura, colocaremos una valla con un listón, en primer lugar, se realizarán saltos a poca altura para comenzar a coger soltura. Se practicarán los diferentes tipos de saltos: salto de tijera y salto lateral. Para que la tarea sea más motivante podemos medir la altura de cada salto.

### **Vuelta a la calma**

- Recogida de material
- Estiramientos suaves
- Reflexión con los alumnos de los contenidos trabajados y los problemas que les surgen, durante la realización de las actividades

#### **Sesión 4**

Contenido: Saltos

Título: "Saltos Olímpicos"

Localización: gimnasio

#### **Material**

Liston, colchoneta, cinta de medir, papel y boli

#### **Momento de encuentro**

- Realización de las parejas, de manera que emparejemos, a alumnos con mayores dificultades con otros alumnos que tenga un mejor desarrollo en este tipo de actividades
- Enumerar normas de seguridad

#### **Momento de construcción del aprendizaje**

- 1º actividad: Calentamiento, carrera suave y ejercicios de movilidad articular
- 2º actividad: Parejas de salto: Divide a los niños en parejas y haz que cada pareja se enfrente en una competición de saltos de longitud. Haz que cada pareja mida la distancia de sus saltos y anota los resultados. Después, haz que las parejas cambien de compañero y comparen sus resultados para ver quién ha saltado más lejos.
- 3º actividad: Desafío de altura: Coloca una cuerda o barra en una altura moderada y haz que los niños trabajen en equipo para saltarla. Haz que los niños se coloquen uno detrás del otro y salten en secuencia. A medida que vayan saltando con éxito, aumenta la altura de la cuerda o la barra. Anima a los niños a que se animen y se aplaudan mutuamente.

#### **Vuelta a la calma**

- Recogida de material
- Estiramientos suaves
- Reflexión con los alumnos de los contenidos trabajados y los problemas que les surgen, durante la realización de las actividades