



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

“Propuesta didáctica para el área de Educación Física en 5º curso de Educación Primaria”

TRABAJO FIN DE GRADO

MAESTRO EN EDUCACIÓN PRIMARIA
MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR:

Juan Maestu Gallego

TUTOR:

Gustavo González Calvo

Palencia

RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado (TFG) pretende mostrar la elaboración de una Programación Didáctica, partiendo del estudio de la nueva legislación vigente (LOMCE) para la Educación Primaria. El planteamiento de esta Programación diseñada para el área de Educación Física se adapta al centro CEIP Jorge Manrique de Palencia, considerando así los recursos materiales y espaciales del centro, y destinada al alumnado de 5º de Primaria. La programación consta de 15 Unidades Didácticas, dos de las cuales están ampliadas ya que fueron puestas en práctica durante mi estancia de práctica en el Jorge Manrique.

Lo que persigo con este trabajo es adecuar y aplicar todos los elementos del Currículum (objetivos, contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje...) para así elaborar una Programación Didáctica donde se vea claramente qué es lo que tenemos que enseñar, cómo hay que enseñarlo y cuáles son los criterios que hay que seguir para evaluar los contenidos enseñados.

PALABRAS CLAVE

Educación Física, Educación Primaria, Programación didáctica, Unidad didáctica, LOMCE.

ABSTRACT

This Project tries to show the elaboration of a Didactic Programming, starting from the study of the new law (LOMCE) for Primary Education. The planning of this programming designed for the Physical Education subject has been done for the CEIP Jorge Manrique, in Palencia, so I have considered the material and spatial resources of the centre, and the 5th level of Primary Education students. The Programming has got 15 didactic units two of them are enlarged since they were developed along my practice period in the centre. What I want with this project is to make all the elements of the curriculum (objectives, contents, assessment criteria, learning standards...) suitable, to elaborate a Didactic Programming where we can see clearly what we have to teach, how we have to teach it and what the criteria are to assess the taught learnt contents.

KEYWORDS

Physical education, primary education, syllabus design, lesson plan, LOMCE.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. JUSTIFICACIÓN	4
3. OBJETIVOS	4
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	4
4.1. ¿Qué entendemos por Proyecto Curricular?	4
4.2. ¿Qué entendemos por EFE?	7
5. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	9
5.1.Introducción	9
5.2.Contexto	9
5.3.Estructura	12
5.4.Objetivos	13
5.5.Contenidos	15
5.6.Competencias clave	19
5.7.Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje	20
5.8.Metodología	25
5.9.Planificación: (Unidades didácticas elaboradas)	27
5.10. Planificación de UD: 9 y 12	49
6. CONCLUSIÓN	66
7. LISTA DE REFERENCIAS	67
8. ANEXOS	68

1. INTRODUCCIÓN

La realización de este Trabajo Fin de Grado conlleva a finalizar otra etapa de mi formación profesional. En él se pueden ver reflejados muchos de los conocimientos y competencias que he ido adquiriendo durante estos cuatro años de estudio de Grado. Como resulta complicado mostrar en un documento todo lo aprendido, he tratado de mostrar muchos de los objetivos, contenidos y competencias que hemos ido adquiriendo a lo largo de la carrera.

En este TFG voy a poner en práctica algunos de los aprendizajes obtenidos durante mi etapa de estudios de Grado de Ed. Primaria, con mención en Educación Física. Por lo tanto me he centrado en uno de los cometidos más importantes que hay como docente, la programación didáctica. Es la herramienta fundamental de trabajo que tiene el maestro y a través de la cual prepara sus clases, en ella aparece todo lo que el alumnado va a tratar de desarrollar y aprender (objetivos, contenidos, competencias, criterios de evaluación...). El saber programar me parece uno de los aspectos fundamentales que los estudiantes de grado deben dominar ya que posteriormente va a ser de gran ayuda como docente.

Uno de los propósitos del TFG es que los alumnos/as pongamos en práctica la variedad de conocimientos aprendidos durante el Grado. En mi programación didáctica aparecen contenidos de diferentes asignaturas de la mención de educación física relacionados con la planificación, desarrollo y evaluación de procesos de enseñanza-aprendizaje realizado en dichas asignaturas de mi plan de estudios. Las dos unidades didácticas en las que me voy a centrar han sido ejecutadas con alumnado de tercer ciclo en el colegio “Jorge Manrique”, donde he realizado prácticas este último año de Grado.

Mi programación didáctica está basada en la actual ley de educación (LOE), ha sido mi guía como docente durante las prácticas y además es un elemento fundamental en el proceso de enseñanza-aprendizaje (E-A).

2. JUSTIFICACIÓN

El objeto en el que me voy a centrar con este trabajo es aquel que hace referencia al tercer nivel de concreción del currículo, la programación didáctica. También quiero que este tema que he escogido esté relacionado con la EF ya que es la mención que he elegido y creo que puedo desenvolverme con mayor soltura y eficacia, además de la relevancia que tiene en el desarrollo integral de los alumnos/as.

Además, realizar un trabajo de este tipo me va a ayudar en un futuro para seguir ampliando mis conocimientos y me servirá de ayuda para completar con éxito futuras programaciones durante mi carrera como maestro. La programación didáctica es una de las labores más relevantes que puede realizar un docente y es por ello por lo que me he interesado por este tema para realizar mi TFG.

Elaborar una programación didáctica va a poner a prueba el desarrollo de las capacidades que he ido adquiriendo a lo largo del grado en EP, ya que para ello es necesario conocer a fondo el currículo, ser capaz de diseñar, planificar, adaptar y/o evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje, etc.

En el campo educativo, la programación que se realiza de las actividades en el aula será el acto curricular más cercano a la intervención didáctica con el alumnado (Del Valle y García, 2007).

Es por tanto que intentare lograr con mi programación: incidir en todos los ámbitos del desarrollo personal, contribuir al desarrollo de personas más humanas, educar desde la corporeidad y la motricidad y crear alumnos/as responsables, tolerantes y competentes en el ámbito de la actividad física.

3. OBJETIVOS

- . Elaborar una programación didáctica en el 5º curso de Educación Primaria teniendo en cuenta el Currículo Oficial.
- . Planificar 15 Unidades Didácticas teniendo en cuenta el contexto del centro y las características de sus alumnos/as.
- . Conocer y manejar documentos oficiales y leyes referidas a la educación en nuestro país y comunidad autónoma.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1. ¿Qué entendemos por Proyecto Curricular?

El proceso de desarrollo curricular va de niveles de concreción generales a otros más específicos (concreción curricular-**programación didáctica**-programación de aula), nos centraremos sobre todo en el segundo nivel (PD).

La programación es parte de un mismo proceso de planificación docente que se desarrolla de forma continuada; así pues, la programación podría situarse en un continuo que va en primer lugar desde el Proyecto Educativo hasta la Programación en el aula. Por lo tanto, podemos decir que el término “Programación” hace referencia a la “Programación Didáctica” y a la “Programación de Aula”.

Por un lado, la Programación Didáctica se refiere a todas aquellas decisiones, en torno a los contenidos, objetivos, competencias, métodos de enseñanza y criterios de evaluación; mientras que la Programación de Aula es “la planificación sistematizada del proceso de enseñanza-aprendizaje referida a un grupo de alumnos específico para un curso determinado” (Escamilla, 2009).

En sentido general, programar es “Idear y ordenar las acciones necesarias para realizar un proyecto” (Diccionario de la Real Academia Española).

Son muchos los autores que han hecho referencia al concepto de programación didáctica. A continuación incluiremos algunas definiciones:

En primer lugar entendemos por “Programación” al proceso de investigación, como un proyecto o hipótesis de trabajo sometida a juicio reflexivo (Antúnez et al., 1993).

Con esta definición nos damos cuenta del carácter abierto que tiene el hecho de programar, siempre podemos mejorar un primer planteamiento, añadir nuevos aspectos a nuestro trabajo o reflexionar acerca de la actuación que hemos llevado a cabo.

La siguiente definición guarda relación con lo mencionado en las líneas anteriores; en relación directa con la EF, podemos decir que la Programación en el área de Educación Física es “una función reflexiva del docente que consiste en organizar flexible y sistemáticamente los contenidos del currículo de Educación Física y la intervención docente, en función de los objetivos educativos, para proveer, justificadamente, un plan futuro de actuación eficaz” (Viciana, 2001; en Sánchez Bañuelos, 2003). Vemos como esta descripción de Programación también nos habla del carácter abierto y reflexivo con el que se pretenden llevar a cabo cualquier Programación, buscando siempre y como principal finalidad una actuación docente eficaz.

Las definiciones que veremos a continuación se centran en un aspecto muy importante de la Programación, como es el contexto educativo.

Según Del Valle y García (2007), “programar en educación física es organizar un conjunto de contenidos y actividades pensadas para que sean trabajadas en un contexto determinado”.

Asimismo, el Ministerio de Educación y Ciencia, cuando habla de Programación hace referencia al “conjunto de acciones mediante las cuales se transforma las intenciones educativas en propuestas didácticas concretas que posibiliten la consecución de los objetivos previstos” (MEC, 1996).

Por lo tanto, entendemos que para llevar a cabo un buen proyecto didáctico es imprescindible conocer el contexto en el cual se va a trabajar (espacios y tiempos de trabajo, recursos personales y materiales, alumnado...).

La estructura y los elementos de una Programación Didáctica pueden ser diversos, aunque siguiendo lo establecido por los diferentes autores y en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, la Programación deberá incluir, al menos, los siguientes apartados:

1. Una introducción que recoja las prioridades establecidas en el proyecto educativo, características del alumnado y las propias de cada área.
2. Los objetivos, las competencias clave, la secuenciación de los contenidos por cursos y los criterios de evaluación de las áreas con sus respectivos estándares de aprendizaje evaluables.
3. La metodología didáctica, la organización de tiempos, agrupamientos y espacios, los materiales y recursos didácticos seleccionados y las medidas normalizadas y de apoyo para dar respuesta a la diversidad del alumnado.
4. Las actividades complementarias, diseñadas para responder a los objetivos y contenidos del currículo, debiéndose reflejar el espacio, el tiempo y los recursos que se utilicen.

La propuesta de Programación Didáctica ha de tener como referente los estándares de aprendizaje y su concreción para cada uno de los cursos, interrelacionando los elementos curriculares y por tanto estableciendo una coherencia entre dicha concreción y los criterios de evaluación, las competencias clave, los objetivos y contenidos, para finalmente diseñar y ejecutar una metodología basada en tareas competenciales que contribuyan a la adquisición de dichos estándares.

Con todo lo visto anteriormente, entendemos que la Programación Didáctica es la parte del proyecto curricular que describe la planificación realizada para el curso escolar.

4.2. ¿Qué entendemos por Educación Física?

La LOMCE en su artículo 18 y el RD 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, disponen que entre las áreas del bloque de asignaturas específicas que se cursarán en la Educación Primaria se encuentra la Educación Física, que tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados a la conducta motora fundamentalmente.

La Educación Física persigue el fomento y desarrollo de las posibilidades expresivas, cognoscitivas y lúdicas del propio cuerpo.

En esta etapa el área incluye conocimientos, destrezas y actitudes en relación con la imagen, percepción y organización corporal, con los hábitos y conductas más saludables y que más benefician el desarrollo corporal, con las habilidades básicas de la competencia motriz en diferentes medios y situaciones, con los juegos y con la utilización del cuerpo y del movimiento como medios de expresión y comunicación.

Por lo tanto, consideramos que la Educación Física es un área del currículo que sirve para lograr la educación integral de la persona, usando el cuerpo y el movimiento en la mejora de la calidad de vida.

En la actualidad el término de Educación Física no sólo se refiere al ámbito psicomotor, sino además al cognitivo y socio-afectivo, abarcando conocimientos, técnicas, juegos, relaciones y habilidades sociales, lo que supone un desarrollo integral del niño/a.

La Educación Física pretende contribuir a la formación de personas en los campos de la cultura física y deportiva (Barbero, 2007). La diversidad de actividades que se llevan a cabo en el área ya sean de condición física o deportiva permiten a los niños/as mejorar la competencia motriz y desarrollar sus capacidades y habilidades en índole deportiva, con la intención además de contribuir a su formación para la autonomía, el desarrollo y bienestar personal y para la integración, inserción y participación social.

La enseñanza de la Educación física ha sufrido una evolución, donde se ha pasado de tratar de conseguir la realización de un determinado ejercicio (mejorar las posibilidades de acción motriz), a centrarse en el proceso mediante el cual el alumno/a llega a conseguir la ejecución de ese ejercicio (reflexión sobre la finalidad de la acción misma), sin olvidar en ningún momento la ejecución del mismo. Es por esto que la Educación Física ha de promover y facilitar que el alumnado adquiera una comprensión significativa de su cuerpo y de sus posibilidades motrices, con el fin de conocer y controlar diversas actuaciones que le permitan desenvolverse en su entorno y establecer relaciones fluidas con los demás.

5. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

5.1. Introducción

Mi propuesta está basada en el Decreto Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.

Mi propuesta curricular consta de un total de 15 UD, dos de las cuales van a ser desglosadas y tratadas de manera más específica, mientras que el resto van a estar desarrolladas brevemente pero sabiendo bien lo que se va a trabajar. Con esta propuesta quiero que se vea por un lado, cuáles son mis intenciones didácticas, y por otro, conseguir esa unión necesaria entre el currículum, propuesta curricular y programación didáctica (PD).

5.2. Contexto

La propuesta que estoy elaborando necesita tener un contexto de referencia. Un contexto humano (alumnado), un contexto espacial (escenarios y materiales de trabajo) y un contexto temporal que nos ayuda y nos da información sobre los elementos más relevantes que conforman el entorno educativo. Estos elementos hacen referencia a aspectos como las edades, agrupamientos, situaciones socioeconómicas, espacios y tiempos educativos...

Tener un contexto de referencia me permite pensar en unos espacios, lugares y alumnado concreto, que van a condicionar el ambiente de aprendizaje, dándole un carácter único. Esto me ayudará a crear mi programación didáctica.

Debemos tener en cuenta como docentes la necesidad de adaptar nuestras programaciones a los diferentes contextos educativos, ya que por ejemplo no es lo mismo programar para el primer ciclo que para el tercero. Al igual que es distinto elaborar una propuesta curricular para una gran ciudad con muchos alumnos en cada clase que para un colegio rural.

El contexto en el que voy a desarrollar mi programación didáctica se encuentra en la ciudad de Palencia, y es el Colegio Público Jorge Manrique. Ha sido mi centro de prácticas durante este último año de mis estudios de Grado y me parecía adecuado

escogerlo, ya que he llegado a conocerlo bastante bien y he impartido algunas de las UD de la programación que presento.

El entorno del centro

El CEIP Jorge Manrique es un centro de titularidad pública situado en el centro de Palencia. La mayoría de las familias pertenecen a un nivel socio-económico medio-alto.

Pude comprobar durante mi estancia de prácticas que las familias están muy implicadas en la educación de sus hijos. Siempre que mis tutores han pedido colaboración a los padres, estos no han tenido ningún problema para ofrecer todo lo que podían.

El centro cuenta con recursos/instalaciones de todo tipo: 2 patios, uno exterior y otro interior; aulas de clase (infantil y primaria); aulas de informática, bibliotecas, laboratorios, sala de psicomotricidad...

El centro escolar

El centro Jorge Manrique cuenta con dos líneas completas de Educación Infantil y Primaria, con seis y doce unidades respectivamente, contando con un total de 418 alumnos. En lo que se refiere al área de EF, he impartido clase al tercer ciclo. En concreto el grupo de alumnos al que va dirigida esta programación es quinto de primaria, y por lo tanto dispongo de tres horas semanales.

HORARIO SEMANAL Educación Física

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2B	2 ^a	3 ^a	3B	6 ^a
4 ^a	6B	5B	1 ^a	5 ^a
5B	5 ^a	6 ^a	1B	5B
RECREO				
1B	1 ^a	4B	4B	2 ^a
5 ^a	3 ^a	3B	4 ^a	6B

Los espacios donde realizamos las sesiones de educación física son en el patio cubierto. Este tiene un tamaño reducido, además de que cuenta con una columna justo en medio de este, lo que limita algunas actividades.

Sin embargo los alumnos son conscientes desde los primeros cursos de esta columna, por lo que realizan todas las tareas sin mayor problema evitándola casi sin darse cuenta.

Por lo demás el patio está delimitado con unas líneas pintadas en el suelo, la distribución que dibuja son el de un campo de balón-tiro. Las paredes de este están rodeadas por espalderas, donde los alumnos realizan los estiramientos al entrar en clase. En la zona de la derecha hay un círculo pintado en el suelo orientado a la pizarra, este es el punto de reunión donde los alumnos se sientan a escuchar las explicaciones del profesor. En la pared de la entrada el patio consta de dos canastas orientadas hacia el mismo lado y en la pared de enfrente se sitúan las colchonetas. También hay dos tablones de corcho donde se ponen las hojas importantes ya sea para el curso como para la unidad didáctica que estamos realizando.

El material Se guarda en un almacén situado al lado de la entrada al patio cubierto. Dispone de gran variedad de materiales para realizar las Unidades Didácticas de Educación Física. Hay en rasgos generales:

- Balones de baloncesto, espuma, fútbol, vóley etc.
- Pelotas de tenis, espuma, de diferentes tamaños etc.
- Conos grandes y pequeños.
- Aros
- Petos de diferentes colores.
- Palas de bádminton y de madera.
- Bates de madera y espuma.
- Cestas.
- Canastas de baloncesto
- Colchonetas.

Grupo de trabajo, 5º de educación primaria

Mi programación didáctica va dirigida a alumnos de 5º de Primaria, más en concreto al grupo B, con un total de 22 alumnos/as.

Por lo que podemos decir que son clases bastante numerosas. Según la ley, el número máximo de alumnos por clase en primaria es de 25 alumnos.

La mayor parte de los alumnos presentan una gran motivación e interés en la asignatura de E.F ya que en el gimnasio no están cohibidos de movimiento, pueden interactuar de manera más libre y fluida, moverse en espacios más amplios y practicar diferentes juegos y deportes.

Todos participan en los ejercicios y no suelen tener problemas a la hora de actuar con los demás compañeros, atender a las explicaciones del profesor, recoger el material utilizado durante la sesión, etc.

El nivel también varía respecto a los niños que están apuntados a actividades extra-escolares deportivas, apreciando que su nivel en muchas de las actividades que realizamos es superior, por lo que introducimos mayor grado de dificultad en ellos y menor en los que tengan más dificultades dentro de un mismo ejercicio con el fin de motivar a todos por igual.

Los alumnos ya cuentan con unas bases establecidas en los cursos anteriores, lo que agiliza las Unidades Didácticas que trabajamos en este quinto curso y nos permite profundizar más en estas Unidades elevando el nivel de dificultad tanto a nivel conceptual como procedimental.

5.3. Estructura de la Programación Didáctica

Como he dicho antes, con esta Programación didáctica trato de dar respuesta a los objetivos, contenidos y criterios de evaluación que aparecen en el Decreto 126/2014. Las 15 unidades didácticas están distribuidas a lo largo de todo el curso escolar, agrupadas por trimestres.

Con esta distribución los contenidos que voy a trabajar van de menor a mayor grado de dificultad, además de que es necesario trabajar antes determinados aspectos para después poder desarrollar con éxito otros planteados posteriormente.

Primer trimestre:

- UD 1. Volvemos a la asignatura de EF.
- UD 2. Mi cuerpo en movimiento (juegos y desplazamientos)
- UD 3. Coordino con mi cuerpo
- UD 4. El mundo de los saltos y giros
- UD 5. Pasas, recibes, lanzas y golpeas

Segundo trimestre:

- UD 6. Jugamos en equipo “Indiaca y Frisbee”
- UD 7. Béisbol
- UD 8. Hockey
- UD 9. Baloncesto
- UD 10. Bádminton

Tercer trimestre:

- UD 11. Mi cuerpo se expresa
- UD 12. Acrosport
- UD 13. Conocemos juegos tradicionales
- UD 14. Hacemos malabares
- UD 15. ¡Nos orientamos!

5.4. Objetivos de la Programación Didáctica

Teniendo en cuenta los objetivos de la Educación Primaria expuestos en el Decreto 126/2014, he ajustado dichos objetivos a mi programación didáctica:

- Conocer y valorar el propio cuerpo y la actividad física como medio para disfrutar de las posibilidades motrices, la relación con los demás y organizar el tiempo libre.

- Ser conscientes del bienestar que genera la actividad física, desarrollando actitudes responsable con uno mismo y los compañeros.
- Conocer los efectos del ejercicio físico y los hábitos posturales sobre la salud física.
- Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
- Resolver problemas motores escogiendo la manera de actuar más eficaz y autónoma durante la práctica de actividades físico-deportivas.
- Capacitar al alumno para regular su esfuerzo en las tareas, consiguiendo así un nivel de autoexigencia apto y acorde a la naturaleza de la tarea.
- Desarrollar actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de cada uno.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo de forma estética y creativa, comunicando sensaciones e ideas.
- Indagar las posibilidades del lenguaje corporal, expresando sus emociones y estableciendo relaciones de confianza con los demás.
- Colaborar en la creación de diferentes bailes y coreográficas utilizando el lenguaje corporal.
- Establecer relaciones de cooperación en las actividades físicas para conseguir objetivos comunes.
- Resolver mediante el diálogo los posibles conflictos que surjan durante las tareas y así evitar discriminaciones dentro del grupo.
- Desarrollar el trabajo individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando y cumpliendo normas y reglas establecidas.
- Hacer uso de las Tics para buscar e intercambiar información acerca de los temas que se lleven a cabo en materia de EF.
- Reconocer juegos y deportes y las actividades físicas como parte de la propia cultura, teniendo una actitud crítica tanto desde el punto de vista de participante como de espectador.
- Hacer actividades en el medio natural, respetando el mismo y participando en su cuidado.
- Valorar, conocer y participar en diferentes juegos y deportes tradicionales, conociendo el valor y la importancia de contribuir a su conservación.

5.5. Contenidos de la Programación Didáctica

En esta programación se trabajará con los alumnos de 5º B de Primaria contenidos pertenecientes a los bloques 1, 2, 3, 4, 5 y 6 del Currículum. Lo que he hecho ha sido concretar los contenidos del quinto curso para poder sacar núcleos de contenido más precisos de cada bloque:

- Del Bloque 1: Contenidos comunes.
 - Técnicas de trabajo individual y en grupo con atención a los diferentes roles y a la responsabilidad individual y colectiva.
 - Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego, y valoración del respeto a los demás.
 - Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.
 - Lectura, análisis e interpretación de textos relacionados con el área de Educación física.
 - Utilización del lenguaje oral y escrito para expresar ideas, pensamientos, argumentaciones y participación en debates, utilizando el vocabulario específico del área.
 - Integración responsable de las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de búsqueda, análisis y selección de la información en Internet o en otras fuentes.

- Del Bloque 2: Conocimiento corporal.
 - Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales. El control postural en reposo y/o movimiento de forma económica y equilibrada.
 - Ejecución y experimentación de movimientos de progresiva dificultad con los segmentos corporales no dominantes.

- Direccionalidad del espacio. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos.
- Organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a aprendizajes motores cada vez más complejos.
- Percepción y estructuración espacio-temporal: coordinación de varias trayectorias; coordinación de las acciones propias con las de otros con un objetivo común: anticipación configurativa.
- Valoración, aceptación y respeto de la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica ante los modelos sociales estético –corporales.
- Del Bloque 3: Habilidades motrices.
 - Adaptación y asimilación de nuevas habilidades o combinaciones de las mismas y adaptación de las habilidades motrices adquiridas a contextos de práctica de complejidad creciente, lúdicos o deportivos, con eficiencia y creatividad.
 - Control y dominio del movimiento: resolución de problemas motrices que impliquen la selección y aplicación de respuestas basadas en la aplicación de las habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos específicos lúdicos y deportivos.
 - Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad y de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza.
 - Ejecución de acciones relacionadas con las capacidades coordinativas en contextos lúdicos o predeportivos.
 - Coordinación y equilibrio estático y dinámico en situaciones inestables y de complejidad creciente.

- Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones. Anticipación de estrategias y procedimientos para la resolución de problemas motrices con varias alternativas de respuestas,
- Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades. Interés por mejorar la competencia motriz.
- Del bloque 4: Juegos y actividades deportivas.
 - Iniciación al deporte adaptado al espacio, al tiempo y los recursos: juegos deportivos, convencionales y recreativos adaptados.
 - Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, las direcciones y trayectorias de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
 - Preparación y realización de juegos y actividades deportivas en el medio natural. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
 - Actividades de adaptación al entorno urbano en el buen uso de la bicicleta, patines y monopatines.
 - Diferenciación entre la circulación por vías urbanas y carreteras.
 - Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- Del bloque 5: Actividades físicas artístico-expresivas.
 - Descubrimiento y experimentación de las posibilidades corporales expresivas del cuerpo y del movimiento.
 - Práctica de diferentes bailes y coreografías infantiles populares de ejecución simple.
 - Ajuste espontáneo del movimiento a estructuras espacio-temporales sencillas.

- Descubrimiento y exploración de las posibilidades expresivas del movimiento relacionadas con el espacio, el tiempo y la intensidad.
 - Imitación de personajes, objetos y situaciones.
 - Exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con desinhibición.
 - Observación y comprensión de mensajes corporales sencillos.
 - Disfrute mediante la expresión a través del propio cuerpo. Valoración de los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo, propios y de los compañeros.
 - Participación en situaciones que supongan comunicación corporal.
 - Reconocimiento y respeto por las diferentes formas de expresarse.
- Del bloque 6: Actividad física y salud.
 - Uso consciente de hábitos posturales saludables y autonomía de la higiene corporal.
 - Calentamiento: desarrollo de su propio calentamiento global y conocimiento de las adaptaciones básicas del mismo para cada tipo de actividad.
 - Reconocimiento y valoración de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud e identificación de las prácticas poco saludables. Mejora de la condición física orientada a la salud y al desarrollo corporal.
 - Conocimiento de las posibilidades y limitaciones corporales para la prevención de lesiones o riesgos para la salud.
 - Prevención de lesiones en la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación.
 - Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes, anticipación y empleo habitual de las medidas adecuadas a la actividad a realizar.

Todos los núcleos de contenido tendrán al menos una UD de referencia a tratar en el desarrollo del curso, aunque en función de la importancia que el maestro le quiera dar o de la densidad del núcleo de contenido se puede ocupar más de una UD.

Al igual que ocurre con los objetivos de mi propuesta curricular, los núcleos de contenidos están pensados para y desde el quinto curso en su conjunto.

5.6. Competencias clave de la Programación Didáctica

El desarrollo de las competencias clave es indispensable para la educación integral del alumno, para que, más adelante, sea capaz de utilizar estos saberes en el correcto ejercicio de su ciudadanía. Asegurándose un porvenir a nivel social y personal.

De acuerdo con lo establecido en el artículo 2.2. del Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, las competencias del currículo serán las siguientes.

- a) Comunicación lingüística: En todas las tareas, juegos o deportes que se llevan a cabo en EF los niños realizan intercambios comunicativos, se da mucha importancia a la verbalización de los sentimientos y las impresiones de los niños en las tareas concretas. Además los niños aprenden vocabulario específico del área.
- b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: la competencia matemática en las clases de Educación Física se trabaja en muchos momentos, por ejemplo a la hora de hacer recuento o división de los grupos, sumar los puntos que se hacen en un partido, contar el número de errores en lanzamientos, cronometrar tiempos, medir distancias... etc.
- c) Competencia digital: Esta competencia la desarrollan con la búsqueda de información sobre temas concretos (vídeos, ejercicios, imágenes...)
- d) Aprender a aprender: El área de EF intenta que los niños sean cada vez más autónomos en el aprendizaje, proporcionándoles múltiples recursos para que puedan trabajar con la menor ayuda posible. Y de esta manera consigan realizar tareas motrices más complejas y alcanzar las metas que se les propone.
- e) Competencias sociales y cívicas: El estar en continuo contacto con los compañeros de clase durante las actividades ayuda a mejorar las habilidades sociales de los alumnos/as. Además a la hora de trabajar en grupo comprenden mejor las normas que abarcan los juegos, esto ayuda a que los alumnos aprendan a aceptar determinados códigos de relación, cooperación y respeto que les servirán para aceptar las diferencias y limitaciones propias y ajenas.

f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: En todas las unidades de esta programación se desarrolla esta competencia, es imprescindible que en algún momento del trabajo el niño/a actúe de manera autónoma y propia dándose cuenta de lo que hace mejor o peor y siendo consciente de su progresión en las actividades.

g) Conciencia y expresiones culturales: Desde el área de EF se trata de enseñar a los alumnos a que sean capaces de expresar e identificar sus sentimientos a través del cuerpo y del movimiento. La realización de actividades, juegos o deportes tradicionales o procedentes de diversas culturas hacen que el niño tenga una visión más amplia de las distintas manifestaciones culturales de la motricidad humana.

La normativa LOMCE en la Orden ECD/65/2015, nos habla sobre la relación entre los estándares de aprendizaje y las competencias clave diciendo lo siguiente:

Los criterios de evaluación deben servir de referencia para valorar lo que el alumnado sabe y sabe hacer en cada área o materia. Estos criterios de evaluación se desglosan en estándares de aprendizaje evaluables. Para valorar el desarrollo competencial del alumnado, serán estos estándares de aprendizaje evaluables, como elementos de mayor concreción, observables y medibles, los que, al ponerse en relación con las competencias clave, permitirán graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas. (p.6989).

5.7. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje de la Programación Didáctica

El Real Decreto 126/2014 define los criterios de evaluación como aquello que se quiere evaluar y que el alumno debe lograr. Estos criterios de evaluación se concretan en los estándares de aprendizaje, los cuales son “especificadores de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados del aprendizaje”. (p19352)

Las distintas unidades didácticas que voy a llevar a cabo en mi programación, tienen aspectos comunes con los cuales evaluaré los procesos de E-A:

- **Inicial:** Donde observaremos las habilidades y capacidades previas de los alumnos/as. Realizaremos actividades iniciales de dificultad básica para después orientar las sesiones en dificultad creciente. Esto dependerá de cómo sea el nivel previo de la clase en conjunto.

- **Evaluación continua y formativa:** A lo largo del tiempo, en todos los momentos de E-A, informando al alumnos de sus logros y progresos; y no únicamente al finalizar el proceso. Lo llevaremos a cabo de dos formas, por un lado, mediante las reuniones o acercamientos verbales que tengamos en las clases (reflexiones de grupo acerca de las actividades realizadas al final de la sesión); y por otro lado, durante la realización de diversas fichas a lo largo de las sesiones, donde podré ver si afianzan contenidos y estándares de aprendizaje propuestos y si consiguen desarrollar con éxito los objetivos planteados.

- **Evaluación personalizada:** Teniendo en cuenta el nivel particular de cada alumno y el trabajo individual que deben realizar “cuaderno del alumno/a”, que deberá incluir todos los trabajos (individuales y/o grupales), reflexiones, noticias... que se consideren importantes en el proceso de e-a. En este apartado también debemos tener en cuenta la Atención a la Diversidad.

- **Evaluación final:** Basándome en el currículum se tendrán en cuenta los siguientes criterios comunes de evaluación para cada unidad:
 - Participar y colaborar en las actividades propuestas.
 - Conocer las técnicas básicas desarrolladas en la unidad.
 - Adaptar o modificar acciones motrices.
 - Adaptar espacio-temporalmente las estructuras dinámicas de coordinación adquiridas y otras de nueva adquisición, a contextos específicos progresivamente más complejos.
 - Resolver problemas de movimiento y situaciones motrices que impliquen las habilidades desarrolladas.
 - Actuar de forma coordinada y cooperativa para resolver retos.
 - Opinar de manera crítica en las situaciones conflictivas que surgen en la práctica de actividad física.
 - Ajustar la propia actuación a las posibilidades y limitaciones corporales.
 - Utilizar recursos expresivos del cuerpo.
 - Hacer uso de las TIC's como apoyo en la búsqueda de información.

En cuanto a los **estándares de aprendizaje**, mi programación buscará en los alumnos muchos de los estándares que plantea el BOE. Concretamente, los relacionados con las Unidades Didácticas que voy a desarrollar son:

- 1.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo. (B1)
- 1.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable. (B1)
- 1.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos. (B1)
- 2.1. Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para localizar y extraer la información que se le solicita. (B1)
- 2.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación. (B1)
- 2.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, y respeta las opiniones de los demás. (B1)
- 1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. (B2)
- 1.2. Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas. (B2)
- 1.5. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico- expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos, y ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural. (B2)
- 2.1. Describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza. (B2)

3.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase. (B2)

1.1. Practica desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados. (B3)

1.2. Realiza saltos desarrollando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados. (B3)

1.3. Mejora los giros realizando correctamente gestos técnicos básicos como volteretas adelante y atrás. (B3)

1.4. Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados. (B3)

2.3. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad. (B3)

3.2 Conoce las capacidades físicas básicas, las relaciona con un ejercicio y es capaz de explicar sus características. (B3)

3.3 Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices. (B3)

3.4 Conoce y practica ejercicios de desarrollo de las diferentes capacidades físicas. (B3)

1.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices. (B4)

2.1 Conoce y maneja las estrategias de cooperación, oposición y cooperación-oposición en diferentes juegos y actividades deportivas. (B4)

2.2. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual (acciones de 1X1 de diferentes deportes). (B4)

2.3. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica colectiva (acciones de 2X2, 3X3 de diferentes deportes). (B4)

3.1. Clasifica la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas. (B4)

- 3.2. Investiga y expone las diferencias entre juegos populares, tradicionales y autóctonos. (B4)
- 3.3. Es capaz de explicar a sus compañeros las características de un juego practicado en clase. (B4)
- 3.5. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte. (B4)
- 4.1. Conoce las reglas básicas de los juegos y las actividades deportivas. (B4)
- 4.2. Realiza cálculos con las dimensiones de los diferentes campos de juego. (B4)
- 5.2. Demuestra un comportamiento responsable hacia el cuidado y conservación del medio natural. (B4)
- 6.1. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad. (B4)
- 6.2. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases. (B4)
- 6.3. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad. (B4)
- 6.4. Acepta y cumple las normas de juego. (B4)
- 1.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos. (B5)
- 1.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos. (B5)
- 1.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales. (B5)
- 2.3. Habla y escucha cuando aparece un conflicto en el desarrollo de las actividades. (B5)
- 1.1. Demuestra interés por el cuidado e higiene del cuerpo (utiliza ropa deportiva y bolsa de aseo; adopta posturas correctas). (B6)

1.4. Explica la influencia de su condición física en su vida diaria y en su salud. (B6)

1.5. Regula y dosifica el esfuerzo acorde a sus posibilidades. (B6)

2.1. Reconoce y explica de forma oral o escrita la importancia del calentamiento antes de realizar cualquier actividad deportiva. (B6)

5.8. Metodología de la Programación Didáctica

Podemos decir que la metodología es la manera que tenemos los docentes de enseñar a nuestros alumnos. El conjunto de actuaciones (la forma en que nos dirigimos a nuestros alumnos, el grado de autonomía que les ofrecemos, el tipo de tareas que les presentamos, etc.), condicionan el aprendizaje.

A partir de estas premisas, voy a destacar dos estilos de enseñanza u opciones metodológicas utilizadas en el área de Educación Física:

- Estilos de instrucción directa: basado en la reproducción de modelos, el mando directo y la asignación clara de tareas.
- Estilos de búsqueda: basado en la resolución de problemas, el descubrimiento guiado y la exploración libre.

Desde mi punto de vista no creo que exista una metodología ideal ya que dentro del área de Educación Física varían muchos factores: los alumnos/as, las instalaciones, los recursos, la planificación, el tipo de centro educativo...

Por eso como docentes debemos estar preparados para poder cambiar en cualquier momento la metodología para poder conseguir el éxito con cada una de las sesiones, pudiendo realizar las unidades didácticas planteadas en la programación didáctica.

Haciendo alusión al centro Jorge Manrique sobre el cual he basado mi programación, he de decir que en lo referente a la metodología de enseñanza, conseguí desarrollar mi propia dinámica de funcionamiento basada en:

- Rutinas; donde los niños una vez que vamos a buscarlos saben que tienen que coger las zapatillas y el cuaderno y colocarse en fila, antes de llegar al gimnasio se cambian de calzado, entran y estiran en las espalderas. Cuando terminan de estirar hacen un calentamiento que ya tienen establecido, luego se colocan en un círculo que hay enfrente de la pizarra para escuchar las explicaciones. Al terminar la clase cada uno recoge su material utilizado y vuelven a cambiarse de calzado. A veces antes de terminar realizamos algunas cuñas de relajación con varas de bambú o de otro tipo. Después de cambiarse se colocan en fila y vuelven a clase.
- Mezcla de trabajo individual y cooperativo según nos convenga. Se establecen grupos compensados ya que conocemos bien a los alumnos/as y sabemos quién puede trabajar mejor con otro. Las unidades didácticas se preparan también atendiendo a la diversidad que pueda existir dentro de la clase y se trata de incorporar tareas específicas para dicho alumno o proporcionarle apoyo de otro compañero. Intentamos también que el alumno no solo sepa realizar las actividades sino que además conozca la finalidad y el sentido de las mismas, adquiriendo de esta manera nuevos aprendizajes y aplicando los nuevos conocimientos a diferentes situaciones con la intención de dar significatividad a los aprendizajes.
- Sistemas de evaluación; por una lado una evaluación inicial para observar y tener unas nociones previas del nivel del alumnado, por otro lado una evaluación continua centrada en observar la dinámica de las sesiones y de registrar aspectos reseñables que surjan en la tabla evaluativa del profesor. Por último en la evaluación final se tendrán en cuenta una serie de criterios de evaluación para la unidad. En algunas ocasiones también se lleva a cabo un proceso autoevaluativo de cada alumno a sí mismo y coevaluativo de cada alumno o por grupos a sus compañeros, donde podemos ver la capacidad que tienen de ser objetivos con sus compañeros y ver si han adquirido los conocimientos que se pretendían. El cuaderno de trabajo de cada alumno también es un instrumento importante a la hora de realizar el proceso evaluativo porque vemos en él todo el trabajo que han ido realizando a lo largo de la unidad.

5.9. Planificación: (UNIDADES DIDÁCTICAS ELABORADAS)

A continuación voy a redactar mi programación de manera breve pero suficientemente explícita para que se entienda de qué trata cada proceso de e-a y qué quiero conseguir con cada uno de ellos. Para la elaboración de mis Unidades Didácticas he utilizado una tabla modelo en la que van a parecer elementos básicos de la Unidad como:

- Título: nos da una idea general del contenido de la Unidad Didáctica.
- Localización en el Currículum: donde se relaciona a la Unidad Didáctica con los diferentes elementos del marco legislativo.
- Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje: vemos de que trata cada Unidad Didáctica (relación con el núcleo de contenido de la propuesta curricular).
- Justificación de la UD: nos dice por qué merece la pena tratar la Unidad Didáctica y cuáles son los objetivos que pretende el profesor con ella.
- Interdisciplinariedad del proyecto: desde este apartado se reflejan contenidos que pueden ser tratados junto con otras asignaturas de forma interdisciplinar.

Título de la Unidad Didáctica: 1º Volvemos a la asignatura de EF (todas las siglas utilizadas aparecen en el ANEXO I).

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Conocer y valorar el propio cuerpo y la actividad física como medio para disfrutar de las posibilidades motrices, la relación con los demás y organizar el tiempo libre. / Ser conscientes del bienestar que genera la actividad física, desarrollando actitudes responsable con uno mismo y los compañeros. / Resolver problemas motores escogiendo la manera de actuar más eficaz y autónoma durante la práctica de actividades físico-deportivas. / Capacitar al alumno para regular su esfuerzo en las tareas, consiguiendo así un nivel de autoexigencia apto y acorde a la naturaleza de la tarea. / Desarrollar actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de cada uno. / Establecer relaciones de cooperación en las actividades físicas para conseguir objetivos comunes. / Resolver mediante el diálogo los posibles conflictos que surjan durante las tareas y así evitar discriminaciones dentro del grupo.

- **Contenidos:** Bloque 1, Contenidos comunes. “Técnicas de trabajo individual y en grupo con atención a los diferentes roles y a la responsabilidad individual y colectiva.”

/ “Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego, y valoración del respeto a los demás.” y “Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.” – **EA:** 1.2. “Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.” 1.3. “Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.” 1.4. “Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.” 2.3. “Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, y respeta las opiniones de los demás.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

El objetivo principal de esta UD es que los alumnos/as se adapten correctamente al funcionamiento y dinámica de clase. Con esto nos referimos a las normas básicas, que se establecerán al principio de curso y deberán respetarse en todas las unidades que llevaremos a cabo. También señalamos los apartados de calentamiento y estiramientos, que son de gran importancia y todos los niños/as de clase deberán conocerlo y practicarlo. Todos estos aspectos serán creados por ellos mismos en consenso para que puedan desarrollarlos de manera autónoma sin ayuda del profesor.

Levaremos a cabo algunos juegos y actividades para que vayan adquiriendo también aspectos como la cooperación y la colaboración, la responsabilidad en las tareas, el respeto hacia los compañeros, la resolución de conflictos... etc.

La evaluación la llevaremos a cabo mediante la observación de los ejercicios donde veremos si van desarrollando los objetivos planteados y si adquieren los estándares de aprendizaje propuestos. Así mismo evaluaremos las sesiones de manera conjunta entre todos, comentando la dinámica de las mismas y viendo lo que se ha hecho mal y cómo se puede mejorar.

Justificación de la UD:

Con esta Unidad inicial vamos a entrar en contacto con nuestros alumnos ya que es inicio de curso además nos va a servir de evaluación inicial. Lo que busco con esta UD es que los niños mediante diversas actividades vuelvan de nuevo a la dinámica de las clases de Educación Física, de que vuelvan a recordar las normas de funcionamiento y de seguridad de la clase, además de las rutinas de trabajo que vamos a establecer durante todo el curso.

Interdisciplinariedad del proyecto:

Con esta Unidad desarrollamos hábitos como los mencionados anteriormente (colaboración, respeto, autonomía, normas de convivencia... etc.) que van a ser utilizados en todas las áreas y para todos los niveles.

Título de la Unidad Didáctica: 2º Mi cuerpo en movimiento (juegos y desplazamientos)

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Conocer y valorar el propio cuerpo y la actividad física como medio para disfrutar de las posibilidades motrices y la relación con los demás. – **Contenidos:** Bloque 2, Conocimiento corporal. “Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales. El control postural en reposo y/o movimiento de forma económica y equilibrada.” y “Ejecución y experimentación de movimientos de progresiva dificultad con los segmentos corporales no dominantes.” – **EA:** 1.1. “Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

El objetivo es que los niños aprendan con y de sus posibilidades motrices. Aprender contenidos como el de lateralidad y las distintas partes del cuerpo implicadas en el movimiento ayudando a que tenga una mejor concienciación del esquema corporal y por lo tanto una visión completa de su propio cuerpo. Dentro de esta Unidad llevaré a cabo actividades o juegos introductorios como el de la “gallinita ciega” o el “escondite inglés”; con ellos iremos avanzando en el tema y comenzaremos a realizar las primeras posturas de equilibrio.

A medida que progresan, empezaremos con ejercicios individuales y por parejas en los que se inventarán posturas que el compañero copiará y viceversa.

Las últimas sesiones tendrán mayor complejidad comenzaremos a desplazarnos a la pata coja, en zigzag, sobre bancos, realizaremos cambios de ritmo... etc.

La evaluación se realizará mediante fichas (**ANEXO 2**), donde tendrán que responder a preguntas, apuntar las dificultades que han tenido y sacar conclusiones sobre su actuación en las actividades y la sesión en general.

Justificación de la UD:

El conocimiento y control corporal es un aspecto fundamental en el desarrollo del niño/a tanto a nivel motriz como educativo. Es imprescindible que un niño conozca su cuerpo y de ahí sus posibilidades y limitaciones de este.

Interdisciplinariedad del proyecto:

Los niños en las demás asignaturas suelen estar sentados en sus pupitres y por lo tanto también deben ser conscientes de la postura que adoptan en clase y mantener el control de su posición que los permita estar más cómodos. Otro aspecto es el equilibrio corporal, el cual deberán dominar cuando se encuentren también jugando fuera de la escuela, en el parque o en sus casas.

Título de la Unidad Didáctica: 3º “Coordino con mi cuerpo”

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. - **Contenidos:** Bloque 2, Conocimiento corporal. “Percepción y estructuración espacio-temporal: coordinación de varias trayectorias; coordinación de las acciones propias con las de otros con un objetivo común: anticipación configurativa.” Bloque 3, Habilidades motrices. “Ejecución de acciones relacionadas con las capacidades coordinativas en contextos lúdicos o predeportivos.” y “Coordinación y equilibrio estático y dinámico en situaciones inestables y de complejidad creciente.” - **EA:** 1.1. “Practica desplazamientos realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados.” y 3.1. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

El objetivo principal que pretendemos es afianzar la coordinación dinámica general y segmentaria a través de actividades de integración de las habilidades físicas.

Comenzaremos la unidad con ejercicios de coordinación básicos (saltos, desplazamientos, conducciones...) y después iremos adaptando estas habilidades

motrices a contextos más complejos. Terminaremos la unidad con circuitos de habilidad donde explicaremos a los alumnos cada una de las tareas que van realizar en el circuito. Ellos se encargaran de realizar dibujos explicativos de las estaciones del circuito para luego mostrárselo entre los demás grupos.

A continuación muestro un circuito de evaluación final diseñado para el desarrollo de la coordinación: dividimos a los alumnos en 4 grupos de 6 personas. El circuito consta de 4 estaciones por las que deberán rotar todos los grupos. Cada grupo trabajará 2-3 minutos por estación y tendrán un descanso de 1 minuto. Las estaciones son las siguientes:

- Hacer zig-zag entre los conos, conduciendo el balón con el pie.
- Avanzar de pie sobre los bancos hasta llegar a la zona del aro. Colocarse en cuadrupedia, pasar por dentro del aro y seguir hasta el final del banco.
- Saltar a pies juntos dentro de los aros con un balón en la mano, después hacer zig-zag botando el balón.
- Transportar una pica colocada en la nuca de un cono a otro, giramos y volvemos.

La evaluación se realizará según una serie de criterios de calificación:

- Conoce los diferentes tipos de coordinación.
- Ha adquirido las destrezas que se pedían (lanzamientos, desplazamientos, conducciones...etc.).
- Actúa de forma coordinada para adaptar el movimiento a la dificultad exigida por la tarea.
- Valora el esfuerzo realizado por encima del resultado obtenido.

Justificación de la UD:

La coordinación es un elemento fundamental en el desarrollo físico del niño. Está presente en todos los movimientos que realiza, desde las actividades diarias hasta los gestos deportivos. En esta unidad pretendemos desarrollar la coordinación del cuerpo en su conjunto (coordinación dinámica general) y la coordinación con una parte del mismo (coordinación parcial-segmentaria), como las extremidades.

Interdisciplinariedad del proyecto:

Para ir mejorando y practicando la coordinación que desarrollamos en esta Unidad, propondremos a maestros de las demás áreas la realización de algunas cuñas motrices que trabajen la coordinación. A lo largo del curso escolar se irán haciendo 3 cuñas

motrices por semana, un ejemplo de cuña puede ser: durante 30 segundos con los ojos cerrados, intentar pasar el estuche de una mano a otra. Podremos repetir la cuña 3-4 veces hasta que salga cada vez mejor.

Título de la Unidad Didáctica: 4º El mundo de los saltos y giros

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. – **Contenidos:** Bloque 2, Conocimiento corporal. “Organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a aprendizajes motores cada vez más complejos.” y “Percepción y estructuración espacio-temporal: coordinación de varias trayectorias; coordinación de las acciones propias con las de otros con un objetivo común: anticipación configurativa.” Bloque 3, Habilidades motrices. “Control y dominio del movimiento: resolución de problemas motrices que impliquen la selección y aplicación de respuestas basadas en la aplicación de las habilidades básicas, complejas o de sus combinaciones a contextos específicos lúdicos y deportivos.”

- **EA:** 1.5. “Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico- expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos, y ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.” 1.2. “Realiza saltos desarrollando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados.” y 1.3. “Mejora los giros realizando correctamente gestos técnicos básicos como volteretas adelante y atrás.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

Con esta propuesta pretendo consolidar en mis alumnos/as las diferentes formas de desplazarse, girar y saltar; y para ello vamos a realizar actividades en las que apliquemos dichas habilidades motrices en situaciones cada vez más complejas. Algunas de las tareas que propongo son:

- **Tarea 1:** Se formarán 4 equipos de 6 alumnos cada uno, cada equipo colocado en fila detrás de una línea, a la señal del profesor realizarán una carrera de

relevos atravesando un circuito en zig-zag formado por conos separados a una distancia de 1 metro, la vuelta se realizará a la pata coja.

- **Tarea 2:** Realizamos 4 grupos de 6 personas cada uno, todos los grupos sobre una misma línea del lateral de la pista de fútbol sala. El primero de cada grupo debe realizar un salto con los pies juntos intentado llegar a la máxima distancia posible, el segundo deberá hacer lo mismo pero saltando desde donde ha llegado el primero. El equipo que más distancia consiga con la suma de todos los saltos gana un punto. Se pueden variar los saltos, saltando con un solo pie o en carrera.
- **Tarea 3:** Se forman 3 grupos de 7 alumnos colocados en fila detrás de una línea. Delante habrá una fila de 8 aros colocados a una distancia de 20 cm uno del otro. El maestro hará un ejemplo de una secuencia de saltos en los aros, por ejemplo: pies dentro, pies fuera, dentro, dentro, fuera, fuera, dentro, dentro; o por ejemplo: izquierda, izquierda, derecha, derecha... Los alumnos deberán imitar esta misma secuencia, un alumno no saldrá hasta que haya terminado el siguiente. Después se dará la opción a que cada fila cree varias secuencias para conseguir hacer fallar a los demás.
- **Tarea 4:** Todos corriendo por la mitad del campo de fútbol sala. La pista está llena de conos rojos, azules y verdes. Cuando un alumno que este corriendo se encuentre o pase cerca de un cono rojo debe de dar una vuelta de 360° sobre sí mismo, si encuentra un cono azul, deberá dar una vuelta al cono hacia la derecha y si el cono es de color verde deberá dar la vuelta hacia la izquierda.
- **Tarea 5:** realizar giros longitudinales por parejas, un integrante de la pareja agarra al otro por las piernas y ambos giran a la vez sobre un camino de colchonetas, intentaremos mantener una línea recta y coordinarnos con el compañero para realizar los giros al mismo tiempo. Realizaremos la misma actividad pero haciendo giros transversales, agarrados de los tobillos y las manos por parejas intentaremos rodar por la fila de colchonetas.

La evaluación de esta unidad se centra en 3 criterios principales: primero, la adaptación de saltos, giros y desplazamientos en distintos lugares del aula; en segundo lugar, la combinación de saltos y desplazamientos ajustando dichos movimientos corporales en cada actividad; y por último, la realización de giros longitudinales y transversales,

diversificando las posiciones segmentarias y mejorando las respuestas motrices en las diferentes tareas.

Justificación de la UD:

Esta unidad didáctica trata de desarrollar dentro del ámbito educativo, las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos y giros). El trabajo en las diferentes sesiones de las habilidades y destrezas llevará a los alumnos/as a la consecución de una autonomía motriz que le permitirá desenvolverse en cualquier situación y circunstancia de su vida social.

Interdisciplinariedad del proyecto:

En esta UD los niños tendrán que calcular y medir distancias, también se les dará la oportunidad de crear sus propias secuencias en los circuitos y además tendrán que ser capaces de trabajar cooperativamente con el compañero para conseguir objetivos comunes.

Título de la Unidad Didáctica: 5º Pasas, recibes, lanzas y golpeas

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. / Resolver problemas motores escogiendo la manera de actuar más eficaz y autónoma durante la práctica de actividades físico-deportivas. – **Contenidos:** Bloque 3, Habilidades motrices. “Adaptación y asimilación de nuevas habilidades o combinaciones de las mismas y adaptación de las habilidades motrices adquiridas a contextos de práctica de complejidad creciente, lúdicos o deportivos, con eficiencia y creatividad.” y “Ejecución de acciones relacionadas con las capacidades coordinativas en contextos lúdicos o predeportivos.” - **EA:** 1.4. “Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados.” y 3.1. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

Para familiarizarnos con estas habilidades empezaremos a realizar algunos juegos, como por ejemplo el juego conocido como “cementerio”, donde dos equipos, uno de ellos intenta eliminar a los jugadores del otro equipo dándoles con una pelota o móvil (el jugador que posee la pelota no puede moverse).

Después de esto pasaremos a actividades donde se trabaje el lanzamiento estático y dinámico, el lanzamiento con una mano o con las dos manos, lanzamientos en distintas posiciones (sentado, de rodillas, a la pata coja...). Una vez adquiridas estas habilidades podremos pasar a actividades con un reto mayor para el alumno, donde el alumno debe tener precisión en el lanzamiento (meter móvil dentro de un aro desde cierta distancia), velocidad y fuerza de lanzamiento.

Para afianzar estos aprendizajes, llevaremos los mismos a situaciones de juego en los que resulta más complejo llevarlos a cabo con éxito debido a que se van a encontrar en situaciones de colaboración con compañeros o de oposición con adversarios; se realizarán juegos como “pelota cordón” o “balón colchoneta”.

La evaluación para esta unidad consiste en una ficha de trabajo que el niño tendrá consigo a lo largo de las sesiones, en ella se verá reflejado si entiende lo que se pretende enseñar con cada actividad. Además de manera directa observaremos la actuación de nuestros alumnos y veremos si aplican los conocimientos adquiridos en la práctica de la actividad.

Justificación de la UD:

En esta Unidad vamos a desarrollar en profundidad una de las habilidades manipulativas más completa como es el lanzamiento de móviles, esto conlleva también a practicar la recepción de estos, ya que es una habilidad que acompaña al hecho de lanzar dentro de cualquier actividad de este tipo. Mediante el desarrollo de esta unidad vamos a proporcionar al alumno gran variedad de posibilidades de acción a la hora de realizar lanzamientos, con la finalidad de que sea capaz de adaptar su actuación motriz de forma autónoma a las diferentes situaciones que se le plantean.

Interdisciplinariedad del proyecto:

La UD se trabajará dentro del gimnasio o en el patio si el tiempo lo permite. No obstante sería interesante trabajar estas habilidades en otros entornos (salidas escolares) para que los niños puedan poner en práctica lo aprendido en espacios más reales.

Título de la Unidad Didáctica: 6º Jugamos en equipo “Indiaca y Frisbee”

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. / Establecer relaciones de cooperación en las actividades físicas para conseguir objetivos comunes. – **Contenidos:** Bloque 1, Contenidos comunes. “Técnicas de trabajo individual y en grupo con atención a los diferentes roles y a la responsabilidad individual y colectiva.” Bloque 2, Conocimiento corporal. “Direccionalidad del espacio. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos.” y “Organización del espacio de acción: ajuste de secuencias de acciones a diferentes intervalos de distancia; ajuste de trayectorias en la proyección de móviles.” Bloque 4, Juegos y actividades deportivas. “Iniciación al deporte adaptado al espacio, al tiempo y los recursos: juegos deportivos, convencionales y recreativos adaptados.”

- **EA:** 1.2. “Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas.” 1.4. “Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados.” 1.2. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.” (B4)

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

Trataremos esta unidad a nivel de iniciación al principio, con diversidad de actividades, para después profundizar en cada uno de los juegos. El objetivo principal es conocer y valorar nuestras posibilidades motrices y trabajar de forma cooperativa en las actividades físico-deportivas que exijan un esfuerzo conjunto, poniendo énfasis en conseguir un buen resultado.

Justificación de la UD:

He escogido estos dos juegos/deportes (Indiaca y frisbee) ya que me parece una forma lúdica y novedosa de introducir el juego en equipo en la educación física. Con su práctica se trabajan muchos aspectos del ámbito motriz. He propuesto realizar las sesiones de frisbee al final ya que requieren unas exigencias técnicas mayores.

Las primeras actividades con indiaca serán de puesta en acción: realizarán diferentes golpes (alto, medio, bajo), con las manos, con el puño cerrado, con las piernas... etc.

Seguidamente se crearán pequeñas canchas delimitadas donde podrán realizar partidos por equipos (estilo libre, intervención para corrección y sugerencias). Estos partidos van a servir para mejorar el juego cooperativo entre ellos y desarrollar estrategias grupales con las que vencer al equipo contrario.

Las primeras actividades con frisbee serán de puesta en acción: por parejas realizar distintos pases y recepciones. En grupos de 4 realizar pases procurando que el frisbee no caiga al suelo. Tomaremos un tiempo de la sesión para explicar normas (el que tiene el frisbee no puede desplazarse y el oponente no puede tocar al que tiene el frisbee).

Al final de cada sesión se realizará una pequeña competición entre los grupos de clase.

La evaluación estará centrada en el desarrollo y consecución de ciertas capacidades como golpes y pases certeros tanto con la indíaca como con el frisbee; aunque la evaluación principal se centrará en el desarrollo de actitudes cooperativas en el juego y en la colaboración por equipos para conseguir buenos resultados.

Interdisciplinariedad del proyecto:

Ambas actividades pueden llevarse a cabo en otros espacios naturales como campos o parques. Sería bueno que los alumnos realizasen otras actividades o juegos inventados con el frisbee y la indíaca y que organicen un pequeño torneo.

Título de la Unidad Didáctica: 7º Béisbol

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Desarrollar actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de cada uno. / Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. / Resolver mediante el diálogo los posibles conflictos que surjan durante las tareas y así evitar discriminaciones dentro del grupo. / Desarrollar el trabajo individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando y cumpliendo normas y reglas establecidas. - **Contenidos:** Bloque 2, Conocimiento corporal. “Direccionalidad del espacio. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos.” / “Organización del espacio de acción: ajuste de secuencias de acciones a diferentes intervalos de distancia; ajuste de trayectorias en la proyección de móviles.” y

“Organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a aprendizajes motores cada vez más complejos.” Bloque 3, Habilidades motrices. “Ejecución de acciones relacionadas con las capacidades coordinativas en contextos lúdicos o predeportivos.” / “Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.” / “Anticipación de estrategias y procedimientos para la resolución de problemas motrices con varias alternativas de respuestas, que impliquen al menos tres jugadores, con actitud cooperativa y mentalidad de trabajo en equipo.” y “Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades. Interés por mejorar la competencia motriz.” Bloque 4, Juegos y actividades deportivas. “Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, las direcciones y trayectorias de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.” y “Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.” - EA: 1.2. “Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas.” 3.1. “Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.” 1.4. “Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados.” 3.1. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.” (B3) 1.1. “Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.” 1.2. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.” (B4) 4.1. “Conoce las reglas básicas de los juegos y las actividades deportivas.” 6.3. “Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.” 6.4. “Acepta y cumple las normas de juego.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

Los objetivos fundamentales en los que me he centrado han sido el bateo y el conocimiento de las reglas. Para ellos profundizaremos en los fundamentos técnico-tácticos del béisbol, y en otros aspectos de su estructura (espacio, tiempo...) y forma (superficie, metas, tanteo...). Otros de los objetivos es la participación, con independencia del nivel de destreza alcanzado en las distintas actividades, fomentando

un espíritu de cooperación y trabajo en equipo para alcanzar objetivos comunes.

Las primeras actividades están centradas en mejorar la técnica (lanzamientos, recepciones, bateo...). Después pasaremos a desarrollar la táctica: ocupar racionalmente el espacio, realizar relevos tácticos, formas de eliminar...etc.

Otros aspectos a desarrollar son: el cumplimiento de las normas y reglas independientemente del resultado, aceptación del propio nivel de ejecución, participación activa...

Los criterios de evaluación son:

- Recepciona correctamente la pelota.
- Realiza correctamente la carrera.
- Imprime una trayectoria correcta en pases y lanzamientos.
- Golpea la pelota correctamente con el bate.

Justificación de la UD:

El béisbol es un deporte poco conocido en nuestro país, por eso he creído conveniente desarrollar esta UD y poder descubrir los efectos positivos que tiene la práctica del béisbol, como una actividad que favorece el desarrollo personal y social.

Interdisciplinariedad del proyecto:

Esta unidad podría llevarse mejor a cabo en espacios más abiertos y no en gimnasios como la realizamos nosotros. La amplitud de otros entornos nos puede permitir desarrollar el juego del béisbol en su sentido más completo.

Título de la Unidad Didáctica: 8º Hockey

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. / Desarrollar el trabajo individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando y cumpliendo normas y reglas establecidas.
- **Contenidos:** Bloque 2, Conocimiento corporal. “Direccionalidad del espacio. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los

desplazamientos propios y ajenos.” / “Organización del espacio de acción: ajuste de secuencias de acciones a diferentes intervalos de distancia; ajuste de trayectorias en la proyección de móviles.” y “Organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a aprendizajes motores cada vez más complejos.” Bloque 3, Habilidades motrices. “Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades. Interés por mejorar la competencia motriz.” Bloque 4, Juegos y actividades deportivas. “Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, las direcciones y trayectorias de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.” y “Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.” - **EA:** 1.4. “Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados.” 3.1. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.” (B3) 1.1. “Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.” 1.2. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.” (B4) 4.1. “Conoce las reglas básicas de los juegos y las actividades deportivas.” 6.3. “Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.” 6.4. “Acepta y cumple las normas de juego.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

Los objetivos didácticos que se pretenden con esta unidad son los siguientes:

- Conocer las partes del cuerpo y sus acciones implicadas en el manejo del stick.
- Conocer los movimientos básicos del stick que intervienen en el juego.
- Conocer las reglas básicas del hockey.
- Realizar correctamente las diversas técnicas que requiere el stick.

Comenzaremos la unidad con sesiones de trabajo individual: conducción de la bola sobre una línea, entre una hilera de cono... también les explicare las diferentes técnicas de tiro (tiro en carrera, tras finta...). Después seguiremos con el trabajo en parejas y tríos: pase a un compañero que se mueve, pase de precisión en carrera, tiro tras pase,

etc. Realizaremos circuitos de coordinación, ruedas de jugadas con finalización de tiro a portería desde diferentes distancias; y para terminar jugaremos partidos por equipos, determinando entre todos el espacio de juego, las reglas básicas del mismo y la duración de los partidos.

La evaluación de esta UD se centra en los siguientes criterios de evaluación:

- Conoce las reglas básicas del hockey.
- Conoce la posición básica.
- Práctica diferentes tipos de pase y recepción.
- Desarrolla la técnica del tiro.
- Ayuda a sus compañeros.

Justificación de la UD:

La manipulación de un stick de hockey supone siempre un atractivo para el niño, su novedad satisface su necesidad de manipulación y exploración. Le permite desarrollar todo tipo de percepciones en las habilidades motrices básicas. La utilización del stick, obliga al niño a adaptar su acción motriz a una nueva situación en la que van a variar las distancias, las trayectorias y también las percepciones.

Interdisciplinariedad del proyecto:

La práctica del hockey aumenta y mejora la capacidad física del individuo, así mismo mejora las relaciones interpersonales y la comunicación ya que es un juego donde la cooperación supera la individualidad para favorecer así el trabajo en grupo.

Título de la Unidad Didáctica: 10º Bádminon

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. / Resolver problemas motores escogiendo la manera de actuar más eficaz y autónoma durante la práctica de actividades físico-deportivas. - **Contenidos:** Bloque 1, Contenidos comunes. “Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.” Bloque 2, Conocimiento corporal. “Ejecución y experimentación de movimientos de progresiva dificultad con

los segmentos corporales no dominantes.” / “Direccionalidad del espacio. Dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de los desplazamientos propios y ajenos.” y “Organización del espacio de acción: ajuste de secuencias de acciones a diferentes intervalos de distancia; ajuste de trayectorias en la proyección de móviles.” Bloque 3, Habilidades motrices. “Adaptación y asimilación de nuevas habilidades o combinaciones de las mismas y adaptación de las habilidades motrices adquiridas a contextos de práctica de complejidad creciente, lúdicos o deportivos, con eficiencia y creatividad.” - **EA:** 1.2. “Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas.” 2.3. “Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.” 3.1. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.” 1.1. “Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.” (B4) 2.2. “Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual (acciones de 1X1 de diferentes deportes).”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

Los principales objetivos didácticos que se van a desarrollar en esta unidad son los siguientes:

- Conocer el material que se va a emplear (raqueta y volante), así como su correcto uso.
- Conocer y emplear el vocabulario específico que designa las acciones básicas (revés, volea, remate, globo, dejada...).
- Realizar correctamente los golpes básicos nombrados anteriormente.
- Mejorar las capacidades de coordinación y percepción como condición necesaria para una buena técnica de golpeo.
- Practicar las posiciones básicas de juego (recepción, saque, colocación en el campo...).
- Poner en práctica los conceptos tácticos vistos.

Las primeras sesiones serán de familiarización con la raqueta, iremos poco a poco mejorando los golpes de volante con ejercicios simples tirando el volante y golpeándolo hacia arriba, de revés, golpes por encima de la cabeza. Cuando han adquirido cierta destreza comenzarán a golpear desplazándose por la pista, alternando

golpeos de trayectoria muy alta y/o muy larga.

Después empezarán a realizar ejercicios por parejas, alternando golpeos sin que el volante caiga al suelo, pasando de un lado a otro de la red; cada vez más alejados uno de otros y también colocándose cerca de la red. Irán aumentando la dificultad trabajando en tríos y cuartetos, realizarán ejercicios pasándose el volante en grupos de 4 niños en diagonal, unos por arriba y otros por abajo.

Tras estas actividades de iniciación general, pasamos a habilidades más específicas del bádminton como son el saque y los golpeos de mano alta (globo dejada y remate). Y por último trabajaremos la táctica en el juego del bádminton, tratando de aprender y llevar a cabo las 3 teorías básicas del juego que son: la teoría de la distancia (consiste en enviar el volante después de cada golpeo al lugar más alejado de la pista para el contrario); la teoría de las cuatro esquinas (consiste en enviar el volante a esas zonas para que el contrario realice desplazamiento largos y de esta manera no llegue a golpear bien); y la teoría de la finta (consiste en engañar al adversario haciéndole creer que vamos a realizar un golpe para después hacer el contrario).

En esta unidad vamos a emplear 3 criterios de evaluación bien definidos:

- Posee habilidad en la realización de las acciones técnicas propias del bádminton.
- Tiene autonomía para mantener un duelo o encuentro usando las reglas, gestos técnicos y estrategias tácticas trabajados.
- Muestra una actitud participativa, colaborativa y deportiva durante las sesiones.

Justificación de la UD:

Esta Unidad ha sido programada para el alumnado de tercer ciclo, ya que los alumnos/as en esta etapa ya poseen cierto nivel técnico para poder desarrollar este tipo de juegos deportivos. A través de la práctica del bádminton continuamos con el aumento y mejora de dichas habilidades y capacidades básicas trabajadas con anterioridad. Los juegos de raqueta son un contenido atractivo y de interés para niños de esta edad, además son fácilmente adaptables al centro educativo y a diferentes niveles técnicos y tácticos.

Interdisciplinariedad del proyecto:

Con esta Unidad no solo mejoramos capacidades como la resistencia, la coordinación óculo-manual o la percepción espacio-temporal; así mismo se mejoran también las

relaciones interpersonales, la inserción social y la comunicación, debido al trabajo cooperativo y en grupo. Además aumentan las posibilidades del niño/a de poder ocupar su tiempo libre practicando juegos deportivos de este tipo.

Título de la Unidad Didáctica: 11º Mi cuerpo se expresa

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Utilizar los recursos expresivos del cuerpo de forma estética y creativa, comunicando sensaciones e ideas. / Indagar las posibilidades del lenguaje corporal, expresando sus emociones y estableciendo relaciones de confianza con los demás.

- **Contenidos:** Bloque 5, Actividades físicas artístico-expresivas. “Exploración y toma de conciencia de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal con espontaneidad y creatividad.” / “Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.” / “Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales.” / “Representaciones y dramatizaciones utilizando el lenguaje gestual y corporal.” y “Disfrute mediante la expresión a través del propio cuerpo: valoración de los usos expresivos del lenguaje corporal.” - **EA:** 1.1. “Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.” 1.2. “Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

El objetivo primordial de esta UD es que los niños lleguen a conocer su cuerpo a través de la expresión corporal. Para ello he pensado en algunas actividades como:

- Realizar diferentes ritmos con el cuerpo en movimiento escuchando músicas distintas. Esta actividad se puede hacer individual o en parejas tratando de imitar al compañero.
- Otra actividad consiste en representar mediante gestos sin hablar, programas de televisión o personajes de ficción y los compañeros tendrán que adivinar de que se trata. También se puede hacer por parejas o grupos de 5 personas.
- Se pueden realizar variaciones de esta última actividad, representando animales

o profesiones conocidas por niños.

Para evaluar estas actividades nos centraremos en cómo han llevado a cabo sus imitaciones y si han adaptado su expresión corporal a lo que se pedía. También se evaluarán entre ellos mediante fichas, donde valorarán la actuación de sus compañeros.

Justificación de la UD:

En esta Unidad trabajaremos el conocimiento del propio cuerpo, sus capacidades y limitaciones; así como la comunicación y expresión por medio del mismo, desarrollando de esta manera la creatividad, originalidad e imaginación del niño/a. Con esto conseguiremos que nuestros alumnos/as tengan mayor confianza en sí mismos y por consiguiente mejorarán su control corporal. Además de expresar sensaciones y sentimientos deberán comprender los mensajes que transmiten los demás.

Interdisciplinariedad del proyecto:

La expresión corporal no debe trabajarse únicamente en el área de EF, sino que debe trasladarse a todos los ámbitos posibles. En muchos momentos del tiempo escolar los niños utilizan elementos de comunicación no verbal (gestos, sentimientos...), por ejemplo en el patio realizando juegos donde exteriorizan sus sentimientos (“estatuas” o “profesiones”).

Título de la Unidad Didáctica: 13º Conocemos juegos tradicionales

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Reconocer juegos y deportes y las actividades físicas como parte de la propia cultura, teniendo una actitud crítica tanto desde el punto de vista de participante como de espectador. / Hacer actividades en el medio natural, respetando el mismo y participando en su cuidado. / Valorar, conocer y participar en diferentes juegos y deportes tradicionales, conociendo el valor y la importancia de contribuir a su conservación. - **Contenidos:** Bloque 4, Juegos y actividades deportivas. “Valoración del juego y del deporte como manifestaciones sociales y culturales.” / “Conocimiento y práctica de juegos y deportes que conforman el patrimonio cultural popular y tradicional.” y “Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.” - **EA:** 3.1. “Clasifica la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.” 3.2. “Investiga y

expone las diferencias entre juegos populares, tradicionales y autóctonos.” 3.3. “Es capaz de explicar a sus compañeros las características de un juego practicado en clase.” 3.4. “Conoce las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.” 3.5. “Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

El objetivo es que los niños conozcan algo más sobre su propia comunidad, aumentando su cultura motriz explorando y reproduciendo juegos y deportes del pasado.

En esta Unidad vamos a visitar “Marcilla”, un pueblo cercano a la localidad de Palencia donde vamos a conocer diferentes juegos tradicionales y donde van a poder observar los diferentes espacios donde anteriormente sus antepasados jugaban a juegos como “la cachaba”, “los bolos” o “la petanca”. A lo largo del día rellenarán un cuaderno con diferentes tareas, utilizaremos el cuaderno como instrumento de evaluación. En el **ANEXO 4** dejo plasmada la unidad y su total desarrollo.

Justificación de la UD:

Es importante que los niños conozcan los juegos y deportes tradicionales que forman parte de nuestra cultura. Por eso de manera entretenida esta UD nos permite conocer parte de la riqueza cultural de nuestro país. Con ella los niños van a ver las diferencias entre los juegos tradicionales y modernos, comparando unos de otros pero identificando ambos como parte de nuestra cultura.

Interdisciplinariedad del proyecto:

Sería conveniente trabajar con familiares de los alumnos, en este caso abuelos, donde con su presencia en las clases puedan acercarnos a la época pasada y contarnos sus experiencias y visión de los juegos tradiciones y los juegos actuales.

Título de la Unidad Didáctica: 14º Hacemos malabares

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. / Resolver problemas motores escogiendo la manera de actuar más eficaz y autónoma durante la práctica de

actividades físico-deportivas - **Contenidos:** Bloque 2, Conocimiento Corporal. “Ejecución y experimentación de movimientos de progresiva dificultad con los segmentos corporales no dominantes.” y “Desarrollo de la percepción selectiva: anticipación de las consecuencias sensoriales del movimiento.”

Bloque 3, Habilidades motrices. “Adaptación y asimilación de nuevas habilidades o combinaciones de las mismas y adaptación de las habilidades motrices adquiridas a contextos de práctica de complejidad creciente.” / “Ejecución de acciones relacionadas con las capacidades coordinativas en contextos lúdicos o pre-deportivos.” y “Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades. Interés por mejorar la competencia motriz.” - **EA:** 1.4. “Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados.” 3.1. “Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

En esta Unidad se van a desarrollar una serie de objetivos principales, que son.

- Conocer la técnica básica de los juegos malabares con bolas.
- Concienciarse de la importancia de realizar una ejecución técnica correcta.
- Desarrollar las habilidades motrices específicas (coordinación, percepción espacio-temporal, velocidad de reacción...) a través de los malabares con bolas.
- Aceptar el nivel propio de ejecución.

Para alcanzar un nivel apto en el manejo de los malabares con bolas vamos a realizar una progresión técnica. Empezaremos la UD afianzándonos en el manejo de las bolas, tanto en situaciones estáticas como dinámicas con ambas manos para después automatizar las ejecuciones técnicas: figuras (columna, ducha y cascada). Primero realizaremos malabares con dos pelotas y de forma individual y después continuaremos ejecutando malabares con tres bolas. Una vez adquirido el nivel podremos realizar combinaciones de malabares en movimiento o superando obstáculos.

La evaluación se tendrán en cuenta 3 aspectos principales:

- La práctica y participación activa en los juegos de malabares.
- Adquisición de un conocimiento básico de las figuras de malabares.
- Comportamiento ante la práctica de juegos malabares, respetando a los compañeros, las reglas y el material utilizado.

Justificación de la UD:

Estos juegos malabares se caracterizan por su factor creativo, debido a que su práctica ofrece al alumnado situaciones nuevas de manipulación de materiales diferentes.

Se caracteriza por la cooperación que fluye en su juego, el desarrollo del autoesfuerzo, constancia y autoestima; así como desarrollo de las capacidades perceptivo-motoras (coordinación, y percepción espacio-temporal) y las motoras (velocidad de reacción, frecuencia de movimiento, etc.)

Interdisciplinariedad del proyecto:

El niño no solo aprende a realizar malabares sino que también aprende a colaborar y ayudar a sus compañeros y a respetar las normas de la clase. Además aprende a valorar el nivel de posibilidades de ambos sexos sin discriminar en función de este, aceptando las peculiaridades y diferencias entre personas de sexo distinto.

Título de la Unidad Didáctica: 15º ¡Nos orientamos!

Localización en el Currículum:

- **OEF:** Establecer relaciones de cooperación en las actividades físicas para conseguir objetivos comunes. / Hacer actividades en el medio natural, respetando el mismo y participando en su cuidado. - **Contenidos:** Bloque 4, Juegos y actividades deportivas. “Preparación y realización de juegos y actividades deportivas en el medio natural. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.” - **EA:** 3.4. “Conoce las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.” 4.2. “Realiza cálculos con las dimensiones de los diferentes campos de juego.” 5.1. “Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se generan en las actividades en el medio natural.” 5.2. “Demuestra un comportamiento responsable hacia el cuidado y conservación del medio natural.”

Propuesta de Enseñanza – Aprendizaje:

El objetivo de esta UD es que los alumnos/as aprendan a respetar el medio ambiente teniendo en cuenta normas de respeto hacia la naturaleza (no tirar basura, cortar plantas, quemar árboles...). Otros objetivos son conocer y usar correctamente los

materiales para la práctica de orientación como la brújula, el mapa, las balizas... etc. Llevaremos a cabo la unidad en el parque del Sotillo donde los alumnos tienen un recorrido preparado con 10 postas, que deberán encontrar; tratarán de hacer el recorrido en el menor tiempo posible y encontrado todas las postas ya que la evaluación se sacará de dicha prueba.

Justificación de la UD:

Con esta Unidad vamos a mejorar en nuestros alumnos/as la concepción del espacio-tiempo, el cálculo de distancias, la organización espacial... Además de todo esto también se favorecen las relaciones de cooperación ya que estas actividades se realizan en pequeños grupos donde se tienen que tomar decisiones en común sobre la dirección que deben tomar durante el circuito de orientación.

Interdisciplinarietà del proyecto:

Esta unidad tiene cohesión con áreas como Conocimiento del medio (vegetación, curvas de nivel...), las matemáticas (debido al cálculo de distancias o la interpretación de dibujos geométrico y ángulos en el mapa) y la Educación en valores (respeto del medio ambiente).

5.10. Planificación de UD: “Acrosport” y “Baloncesto”

En el apartado anterior hemos visto una breve presentación de las Unidades Didácticas, pero ahora con estas dos unidades vamos a ver una serie de elementos que no se han mencionado antes y que considero fundamentales. Para ver todos estos elementos he utilizado el dispositivo pedagógico que nos facilita el Profesor Marcelino Vaca, “La carpeta”, la cual he utilizado en numerosas ocasiones durante estos años de Grado. En ella vamos a plasmar no solo la planificación de las unidades sino también el desarrollo y la evaluación de cada proceso de E-A.

Como dice Marcelino Vaca (2008), “La carpeta”:

No es más que una forma organizada de construir las hipótesis que nos ayudan a ir más seguros a la práctica, determinar mejor la oportunidad de lo que enseñamos, orientar con mayor precisión nuestras intervenciones en la acción, regular la práctica al ritmo que se va produciendo, establecer mejor los parámetros que nos permitan evaluar lo sucedido, y reflexionar sobre el proceso desarrollado (p. 76)

La carpeta cuenta con 4 páginas en cada una de estas páginas podemos ver:

- Página 1: donde aparece; Título de la Unidad, Contexto al que está dirigida, Justificación, Localización en el Currículum, Interdisciplinariedad del proyecto, referencias bibliográficas si las hubiera y Documentos que se adjuntan.
- Página 2: aquí situamos las propuestas de enseñanza aprendizaje de la Unidad Didáctica correspondiente. Divididas en tres momentos: Momento de encuentro, Momento de construcción del aprendizaje y Momento de Despedida.
- Página 3: en esta nos encontramos con las previsiones para la regulación de la práctica, los objetivos que queremos que el niño alcance y desarrolle, los contenidos y el sistema de evaluación.
- Página 4: como estas dos Unidades Didácticas han sido llevadas a cabo, voy a incluir en esta página fichas de contenidos, autoevaluación, co-evaluación...

Planificación de UD 9: “Baloncesto”

Página 1:

TITULO del Proceso de enseñanza y aprendizaje: Juegos pre-deportivos en equipo “Baloncesto”

LOCALIZACIÓN: CURRÍCULO OFICIAL; DOCUMENTOS ELABORADOS:

- **OEF:** Ser conscientes del bienestar que genera la actividad física, desarrollando actitudes responsable con uno mismo y los compañeros. / Utilizar nuestras capacidades físicas, nuestras habilidades motrices y el conocimiento y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. / Resolver problemas motores escogiendo la manera de actuar más eficaz y autónoma durante la práctica de actividades físico-deportivas. / Capacitar al alumno para regular su esfuerzo en las tareas, consiguiendo así un nivel de autoexigencia apto y acorde a la naturaleza de la tarea. / Desarrollar el trabajo individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando y cumpliendo normas y reglas establecidas. - **Contenidos:** Bloque 3, Habilidades motrices. “Ejecución de acciones relacionadas con las capacidades coordinativas en contextos lúdicos o pre-

deportivos.” / “Coordinación y equilibrio estático y dinámico en situaciones inestables y de complejidad creciente.” / “Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones.” y “Anticipación de estrategias y procedimientos para la resolución de problemas motrices con varias alternativas de respuestas, que impliquen al menos tres jugadores, con actitud cooperativa y mentalidad de trabajo en equipo.” Bloque 4, juegos y actividades deportivas. “Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, las direcciones y trayectorias de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.” / “Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación-oposición.” y “Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.” - **EA:** 1.4. “Ejecuta lanzamientos y recepciones realizando correctamente gestos técnicos básicos y adaptados.” 3.3. “Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.” 3.4. “Realiza las pruebas de condición física, intentando mejorar los resultados de tomas anteriores.” 1.1. “Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.” (B4) 2.1. “Conoce y maneja las estrategias de cooperación, oposición y cooperación-oposición en diferentes juegos y actividades deportivas.” 2.2. “Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual (acciones de 1X1 de diferentes deportes).” 2.3. “Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica colectiva (acciones de 2X2, 3X3 de diferentes deportes).” 4.1. “Conoce las reglas básicas de los juegos y las actividades deportivas.” 6.3. “Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.” 6.4. “Acepta y cumple las normas de juego.” 2.3.”Habla y escucha cuando aparece un conflicto en el desarrollo de las actividades.” (B5) 1.5. “Regula y dosifica el esfuerzo acorde a sus posibilidades.” (B6)

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO:

Esta Unidad Didáctica la planteo como una iniciación a los conocimientos básicos para la práctica del baloncesto. La finalidad es conseguir que los alumnos puedan jugar de una forma correcta y sin interrupciones, más que centrarme en alcanzar un conocimiento estricto de todas las reglas.

Este juego/pre-deporte desarrolla en el alumno la motricidad general haciendo que su

experiencia motriz sea más rica.

CONTEXTO:

Responsable: Juan Maestu Gallego

Para desarrollar con alumnado de 5º de Primaria.

Está diseñada para realizarla en el segundo trimestre y su duración aproximada es de 3 semanas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

BOE

DOCUMENTOS QUE SE ADJUNTAN:

- Ficha de Reglamento Básico de Baloncesto.

INTERDISCIPLINARIEDAD DEL PROYECTO:

En esta Unidad Didáctica trabajaremos los siguientes temas transversales:

Educación sexual y Educación para la salud:

- Valorar y tomar consciencia de la propia Educación Física.
- Valorar las actitudes positivas de la práctica del Baloncesto.
- Promocionar la realización de la actividad física por igual, tanto en hombres como en mujeres.

Educación ambiental:

- Realización de actividades físicas cuidando el lugar donde se ejecutan.

Educación para la paz:

- Aceptar el nivel de ejecución de los compañeros.
- Valorar la mejora personal y la de los demás por encima del resultado

Educación natural y cultural en Palencia:

- Mejorar la práctica del Baloncesto en la escuela y a partir de ahí la posibilidad de

<p>realizarlo en el medio natural o al aire libre</p> <p>Coeducación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eliminar en su justa medida la sensación de competición entre los alumnos.
--

Página 2:

ESTRUCTURA DE FUNCIONAMIENTO. PROPUESTAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE	
<p>Momento de Encuentro Disposición Implicación</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Se trata de un grupo que ya tiene establecidas una serie de rutinas antes de empezar las sesiones, así que ellos mismo saben cuál es el proceso que deben realizar antes de que comience con las explicaciones para la sesión. - Mientras yo preparo el material necesario para la sesión y repaso que vamos a trabajar, ellos se van cambiando de calzado, entran en la sala y estiran en las espalderas, acto seguido se colocan en fila y comienzan el calentamiento (lo dirigen tres cada día). - Antes de comenzar con la nueva sesión, hacemos un breve repaso de lo visto anteriormente (bote, desplazamiento con balón...) y seguidamente hablamos de la sesión y que vamos a trabajar. <p>La sesión de hoy se basa en la práctica del tiro a canasta y de la acción de rebote.</p> <p>Comenzamos la sesión con una parte principal: Rueda de rebote. Dividimos la clase en las dos canastas que tenemos, haciendo cuatro filas, una en frente de la otra (un grupo colocado enfrente de la canasta y el otro debajo de ella). Los que están de cara a la canasta deben ir botando el balón y hacer una bandeja a canasta y el de la fila de enfrente (debajo de la canasta) debe coger el balón sin que bote y llevarlo a la fila mediante un pase, que puede ser normal o picado.</p>
<p>Momento de Construcción del Aprendizaje</p>	<p>La segunda actividad, divididos en tríos entre las dos canastas. Dos atacan y uno defiende. Van rotando en acción de ataque y defensa así van a poder</p>

<p>Momento de Despedida</p>	<p>trabajar tanto el tiro a canasta como el rebote.</p> <p>Después realizamos la misma actividad pero en grupos de mayor tamaño. Grupos de 5, tres atacan y dos defienden. Se busca siempre la superioridad en ataque ya que al principio de la sesión hemos realizado una tarea específica de rebote y ahora es más importante que el niño practique el tiro a canasta.</p> <p>Vuelta a la calma: Mientras estiramos repartimos las hojas del reglamento básico del baloncesto que deberán traer leídas y comprendidas el próximo día.</p>
------------------------------------	---

Página 3:

<p>PREVISIONES PARA LA REGULACION DE LA PRÁCTICA</p> <p><u>Previas.-</u></p> <p>Como ya he dicho, tanto la sala como el material estarán a punto antes de comenzar la sesión. Es muy importante tener los materiales dentro de la sala, ya que en ningún momento los alumnos se pueden quedar solos.</p> <p>Tanto en la corchera como en la pizarra habrá información de lo que ya hemos realizado, pueden echar un vistazo para recordar aspectos trabajados.</p> <p>En la mesa dejo colocado mi cuaderno de notas, donde anotó observaciones durante la práctica, realizo evaluación por grupos de trabajo...</p> <p><u>En el desarrollo:</u> Hay veces que durante la sesión no se llevan a cabo las actividades que tenías pensadas, ya sea porque la tarea se ha desviado del objetivo o porque estás viendo que no es lo que quieres trabajar con los alumnos. Por eso es bueno tener la capacidad de pensar en otros ejercicios y saber adaptarlos al momento o al alumno (atención a la diversidad).</p>

OBJETIVOS Capacidades que desarrolla el alumnado al realizar las tareas previstas

- Realizar lanzamientos y entradas a canasta desde diferentes zonas del campo.
- Relacionarse con todos los compañeros, aceptando limitaciones propias o ajenas.
- Conocer y practicar conceptos básicos de ataque y defensa.
- Trabajar el rebote.

CONTENIDOS Aprendizajes que el alumnado construye al realizar las tareas previstas.

- Conocer el correcto proceso mecánico del pase, entradas, parada...
- La defensa es fundamental para evitar canastas.
- Colaborar con el compañero en la consecución de un objetivo común.
- El tiro a canasta.
- Acción de rebote.

EVALUACIÓN Saber qué aprendieron, qué capacidades desarrollaron.

Los criterios que seguiré en esta Unidad Didáctica son:

- 1- A nivel actitudinal, vestimenta y asistencia. Registros de asistencia.
Registro de actitudes: participativa, pasiva, interés, actitud con los compañeros y con el profesor.
- 2- Aptitud física y pruebas de baloncesto.
Habilidades pre-deportivas: bote de balón, entrada a canasta, pases, lanzamientos.
- 3- Nivel teórico de los contenidos explicados.
Atención prestada en las explicaciones teóricas.

Página 4: Ficha de Reglamento Básico de Baloncesto (sesión 3-4).

FICHA DE REGLAMENTO BÁSICO DE BALONCESTO

El baloncesto se juega en un campo rectangular de 28 metros de largo y 15 de ancho, con dos canastas en cada extremo.

Las canastas están formadas por un tablero y un aro. El aro está situado a una altura de 3m y 5cm.

Se juega con un balón de color naranja.

Los equipos están formados por 5 jugadores y los suplentes.

El tiempo de juego se divide en 4 periodos de 10 minutos cada uno.

Existen dos árbitros que intentan mantener el buen orden en los partidos y que se cumpla el reglamento.

El equipo que más puntuación consiga en sus canastas será el ganador.

Los jugadores pueden moverse por todas las partes del campo. Las posiciones son: Base, Escolta, Pívot y Alero.

Al baloncesto se juega llevando la pelota hacia la canasta del equipo contrario e intentando introducirla en ella. Para ello podemos utilizar el bote, el pase a los compañeros y el lanzamiento a canasta.

Las líneas del campo señalan distintas cosas:

-Líneas de fuera.

-Líneas de tiro libre.

-Líneas de medio campo; separa el campo en dos mitades iguales.

VIOLACIONES DEL REGLAMENTO:

FUERA DE BANDA: Si el jugador con balón pisa o traspasa la línea lateral de fondo de la pista cometerá fuera de banda, perdiendo su equipo la posesión del balón.

DOBLES: El balón no se puede botar con dos manos a la vez y se debe mantener la mano encima del balón cuando se bota, de lo contrario se penaliza con pérdida de posesión y saque de banda para el equipo contrario.

PASOS: No se puede andar con el balón en las manos, para desplazarse se ha de emplear el bote.

FALTA PERSONAL: No se puede impedir avanzar con los brazos extendidos, las caderas o las rodillas, ni agarrar, empujar ni cualquier otro contacto de este tipo.

Planificación de UD 12: “Acrosport”

Página 1:

TITULO del Proceso de enseñanza y aprendizaje: “Acrosport”

LOCALIZACIÓN: CURRÍCULO OFICIAL; DOCUMENTOS ELABORADOS:

- **OEF:** Conocer los efectos del ejercicio físico y los hábitos posturales sobre la salud física.
/ Desarrollar actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de cada uno.
/ Utilizar los recursos expresivos del cuerpo de forma estética y creativa, comunicando sensaciones e ideas. / Resolver mediante el diálogo los posibles conflictos que surjan durante las tareas y así evitar discriminaciones dentro del grupo. / Hacer uso de las Tics para buscar e intercambiar información acerca de los temas que se lleven a cabo en materia de EF. / Indagar las posibilidades del lenguaje corporal, expresando sus emociones y estableciendo relaciones de confianza con los demás. / Colaborar en la creación de diferentes bailes y coreográficas utilizando el lenguaje corporal. / Establecer relaciones de cooperación en las actividades físicas para conseguir objetivos comunes. - **Contenidos:** Bloque 2, Conocimiento corporal. “Conciencia y control del cuerpo. Aspectos propioceptivos relacionados con las posturas corporales. El control postural en reposo y/o movimiento de forma económica y equilibrada.” y “Valoración, aceptación y respeto de la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica ante los modelos sociales estético –corporales.” Bloque 5, Actividades físicas artístico-expresivas. “Exploración y toma de conciencia de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal con espontaneidad y creatividad.” / “Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.” / “Representaciones y dramatizaciones utilizando el lenguaje gestual y corporal.” y “Disfrute mediante la expresión a través del propio cuerpo: valoración de los usos expresivos del lenguaje corporal.” Bloque 6, Actividad física y salud. “Conocimiento de las posibilidades y limitaciones corporales para la prevención de lesiones o riesgos para la salud.” y “Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes, anticipación y empleo habitual de las medidas adecuadas a la actividad a realizar.” - **EA:** 1.2. “Resuelve problemas motrices seleccionando las estrategias más adecuadas.” 1.5. “Controla el equilibrio corporal en situaciones de complejidad creciente.” 6.3. “Acepta formar parte del grupo que le

corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.” 1.4. “Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.” (B5) 1.5. “Regula y dosifica el esfuerzo acorde a sus posibilidades.” (B6)

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO:

El Acroport tiene una serie de características cooperativas e integradoras que le convierten en un instrumento de gran importancia en su aplicación dentro de las clases de Educación física.

Esta es una actividad en la que todos son “imprescindibles” para el desarrollo y consecución exitosa de la tarea.

El acroport ayuda a aprender y valorar, las posibilidades de su cuerpo, y el de los demás.

Una de las características que definen la práctica del Acroport es la creatividad; excelente instrumento para el desarrollo del rendimiento motor de los alumnos, mejorando de forma evidente cualidades físicas como la fuerza, flexibilidad o equilibrio.

CONTEXTO

Responsable: Juan Maestu Gallego

Para desarrollar con alumnado de 5º de Primaria.

Está diseñada para realizarla en el tercer trimestre y su duración aproximada es de 3 semanas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

BOE

DOCUMENTOS QUE SE ADJUNTAN:

- Hoja Normas básicas de trabajo – Recomendaciones básicas de seguridad
- Ficha teórica (Presas y Agarres)
- Fichas de evaluación (profesor) y coevaluación (alumnos) **ANEXO 3**

INTERDISCIPLINARIEDAD DEL PROYECTO:

A través del Acrosport, el niño/a percibe su cuerpo en diferentes situaciones e interacciona con el medio con los compañeros mejorando su rendimiento motriz. Además el Acrosport es una actividad colectiva basada en la cooperación para lograr objetivos comunes. En este contexto el desarrollo de relaciones de respeto, confianza, tolerancia, están garantizados.

Página 2:

**ESTRUCTURA DE FUNCIONAMIENTO.
PROPUESTAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE**

<p>Momento de Encuentro Disposición Implicación</p>	<p>Mi grupo que ya tiene establecidas una serie de rutinas antes de empezar las sesiones, asique ellos mismo saben cuál es el proceso que deben realizar antes de que comience con las explicaciones para la sesión.</p> <p>Mientras yo preparo el material necesario para la sesión y repaso que vamos a trabajar, ellos se van cambiando de calzado, entran en la sala y estiran en las espalderas, acto seguido se colocan en fila y comienzan el calentamiento (lo dirigen tres cada día).</p> <p>Antes de comenzar con la nueva sesión, hacemos un breve repaso de lo visto anteriormente (conceptos de seguridad, equilibrios y fuerzas, presas y agarres con compañeros, práctica de figuras por parejas...) y seguidamente hablamos de la sesión y que vamos a trabajar.</p> <p>En la sesión de hoy vamos a trabajar la elaboración de figuras corporales por dúos y tríos. Para ello nos vamos a apoyar en una ficha que contiene varias figuras a realizar por parejas y tríos; estas figuras van incrementando su dificultad. Utilizaremos colchonetas para las actividades ya que si se produce alguna caída esta amortigua la caída y evita que ocurran incidentes no deseados o lesiones.</p> <p>La primera actividad consiste en: por grupos de tres irán realizando las figuras propuestas en la ficha y deberán apuntar cuales han conseguido</p>
--	--

<p><i>Momento de Construcción del Aprendizaje</i></p>	<p>realizar y cual no, diciendo el por qué en ambas. Todos los integrantes del grupo rotan pasando por las posiciones de portor, ágil y ayuda.</p> <p>Para la segunda actividad: Mediante la hoja orientativa de figuras que les proporcionamos y su capacidad creativa deben ir creando su representación de Acroport. Se dividen en grupos de 5-6 personas, en el cual todos deben participar y realizar los cargos de portor, ágil y apoyo. Pueden utilizar material del gimnasio siempre que no conlleve riesgo. Se les dará una ficha con las instrucciones que deben seguir a la hora de realizar figuras. La representación final tendrá un tiempo de realización de 2-3 minutos.</p> <p>A medida que paso por los grupos voy viendo la participación y cooperación que tienen, así como la creatividad de las figuras, además de observar si cumplen las instrucciones para la creación de figuras y si introducen elementos coreográficos o algún material.</p>
<p><i>Momento de Despedida</i></p>	<p>Para finalizar la sesión llevaremos a cabo la representación coreográfica de los grupos y evaluación de cada uno mediante una ficha. Cada grupo evaluará a los demás. Una vez terminadas las representaciones, nos reuniremos en el círculo de la sala, y haremos un análisis general de la unidad de Acroport. Este es un buen momento para que los alumnos muestren sus pensamientos y opinen sobre que le ha gustado más hacer, que figuras le suponía cierta dificultad, si han trabajado bien con sus respectivos grupos...</p>

Página 3:

<p>PREVISIONES PARA LA REGULACION DE LA PRÁCTICA</p>
<p><u>Previas.</u></p> <p>La sala estará preparada al completo. Cada grupo de trabajo tendrá su zona con colchonetas. Si necesitan otros materiales me encargo de proporcionárselo. Me he encargado previamente de que las zonas donde van a realizar las actividades no conllevan riesgo y tienen cierto aislamiento del resto de grupos para así poder trabajar más</p>

concentrados.

Una vez que han calentado, les reparto las fichas de trabajo por grupos donde vienen las figuras que deben realizar.

En el desarrollo: Mediante la observación de los distintos grupos puedo ver que figuras salen o no y si el grupo se ha estancado en alguna parte de la coreografía. También me doy cuenta de que niños son más capaces y cuales tienen que adaptarse a realizar determinadas funciones como portor y base para los ejercicios o simplemente realizan funciones de ayuda.

OBJETIVOS Capacidades que desarrolla el alumnado al realizar las tareas previstas

- Aprender a conocer sus limitaciones y posibilidades físicas, para saber regular, dosificar su esfuerzo, según la actividad que realice, valorando más el propio esfuerzo y la actitud que el resultado en sí.
- Descubrir las posibilidades del cuerpo y toma de conciencia postural.
- Realizar en grupos pirámides y figuras mediante hoja de tareas.
- Afianzar el equilibrio en diferentes posturas y situaciones.
- Desarrollar las actitudes de cooperación y participación: lograr el respeto mutuo, aportar ideas para un trabajo común.
- Mejorar el equilibrio y la fuerza mediante equilibrios cooperativos

CONTENIDOS Aprendizajes que el alumnado construye al realizar las tareas previstas.

- Elaboración de figuras básicas por parejas y tríos. Posibilidad de cuartetos en función del trabajo y del aprendizaje del grupo.
- Valoración del esfuerzo propio y de los compañeros con independencia del resultado.
- Equilibrios cooperativos (parejas, tríos, cuartetos...).

- El Acrosport. Presas y roles de la actividad.
- Medidas de seguridad.

EVALUACIÓN Saber qué aprendieron, qué capacidades desarrollaron.

Inicial. Mediante observación directa observaremos en un minicircuito de diferentes habilidades cuales son las capacidades previas de los alumnos/as

Continua. Se llevará a cabo a través de la observación de la dinámica de las sesiones y se registrarán todas las incidencias y aspectos reseñables que surjan en la tabla evaluativa del profesor.

Evaluación final. Se tendrán en cuenta los siguientes elementos:

- Participación y colaboración en las actividades propuestas.
- Conocimiento de las técnicas básicas del Acrosport desarrolladas en la unidad.
- Desarrollo de la actuación de Acrosport final por grupos. Fichas de evaluación del profesor y de los alumnos.

Página 4:

Ficha figuras Acrosport (trabajo por tríos)

Nombre y apellidos:

Curso

EJERCICIOS

- 1.- Debes intentar hacer al menos 5 figuras del primer grupo, 5 del segundo y 3 del tercero. Señala debajo del dibujo si has conseguido hacerla o no.
- 2.- Explica las normas de seguridad que debes tener en cuenta al hacerlas (enumera y señala utilizando de ejemplo las figuras que has hecho).
- 3.- Explica cuáles son las dificultades que vas encontrando al realizarlas. Si no has conseguido hacer alguna figura en concreto explica por qué, qué dificultades tenías, qué pasaba al intentarlo. Hay que ser consciente de por qué consigo la figura y por qué no.
- 4.- Dibuja una figura de cada bloque indicando las posturas adecuadas, los ángulos y los apoyos.



FIGURAS DE ACROSPORT



Ficha Teórica: LAS PRESAS Y AGARRES

Son un aspecto técnico muy importante para la construcción de pirámides. Se utilizan en todas las pirámides, independientemente de la fase en que se encuentre, facilitando su construcción y aportando seguridad a las mismas. Se usan principalmente para empujar al compañero en el proceso de unión o formación de la pirámide y para sostenerlo en una posición de formación. Las presas son un aspecto fundamental del Acrosport, ya que dan seguridad y estabilidad a las pirámides y cada una de ellas tiene una función específica:

Presa mano a mano: Las manos se juntan en una posición estrechada como de saludo (darse la mano). Este agarre puede ser simple, cruzado doble o cruzado doble mixto, y se usan principalmente para empujar al compañero en el proceso de unión o formación de una “Pirámide o estructura” y en menor grado, para sostenerlo en una posición de formación.

Presa de pinza: Se utiliza principalmente para sostener las figuras o posiciones adoptadas y en menor grado, para lanzar o empujar al compañero.

Presa Mano-Muñeca: su utilización es exactamente igual que en la presa anterior de pinza.

Presa Brazo-Brazo: esta presa es usada principalmente para sujetar una posición invertida. El que hace de base (portor) sujeta al que se sitúa encima en la unión del deltoides (hombros) y bíceps (brazos), mientras que el ejecutante de arriba (ágil) sujeta el brazo (tríceps) del portor.

Plataforma: para trepar y sujetar en algunas pirámides y para lanzar en acrobacias al alumno/a ágil o acróbata.

Presa Mano-Pie: utilizada por el portor para sostener al ágil situado en la cúpula en una posición de equilibrio estático. El agarre debe realizarse en la parte trasera del pie.



6. CONCLUSIÓN

Tras finalizar el TFG y reflexionar sobre todo el trabajo que he realizado me he dado cuenta de todo lo que me ha aportado personalmente, me ha ayudado a abrir más mi mente y tener una visión más amplia de lo que es ser maestro y el esfuerzo que conlleva preparar todo un año de programación en un colegio.

He disfrutado realizando este trabajo y he podido plasmar en él y poner en práctica muchos de los aprendizajes que he adquirido durante los años de Grado y en especial de mención de EF.

Me he dado cuenta de que programar en el área de Educación Física no es fácil, me ha llevado mucho tiempo analizar y sintetizar aspectos del Currículum Educativo de Castilla y León (Objetivos, Contenidos y Criterios de evaluación), para poder ajustarlos a la programación presentada. Pero gracias a esto he podido investigar y conocer mejor los documentos oficiales y leyes referidas al ordenamiento de la educación, ya que he justificado mi trabajo a través ellas.

En cuanto a la elaboración del proyecto curricular, decir que la elaboración de cada Unidad Didáctica es un trabajo esencial y que hay que dominar como docente. Resulta complicado planificar procesos de enseñanza – aprendizaje para diferentes unidades y conseguir que se entienda de manera clara.

Otro punto a tener en cuenta es el contexto, la propuesta curricular está condicionada por este; y por eso dicha propuesta debe ajustarse al contexto y no al revés. Por esta razón, mi Programación Didáctica está relacionada con el centro educativo Jorge Manrique y refleja como entiendo la propuesta curricular de EF para el 5º curso de Primaria en particular. El conocer el centro y los alumnos con los que trabajas ayuda a la hora de planificar una Unidad Didáctica.

A pesar de centrarme en un contexto conocido y con el que he podido trabajar, mi programación pretende tener un carácter abierto, flexible y mejorable; y que sea fácilmente adaptable a otros contextos futuros y a las necesidades y singularidades de cualquier alumnado.

Una vez finalizado este trabajo me siento más seguro y capacitado para llegar a mi objetivo de convertirme en Maestro de EF. Realizar este trabajo me ha ayudado a crecer profesionalmente y profundizar en un tema que me interesa tanto como es la docencia.

7. LISTA DE REFERENCIAS

Leyes

- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.
- Orden EDU/519/2014, de 17 de junio, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.
- MEC (1996) “Programación Infantil y Primaria.” Madrid.

Autores

- Antúnez, S.; Del Carmen, L. M. y otros (1993): Del proyecto Educativo a la Programación de Aula. Grao. Barcelona.
- Barbero, J. (2007). *Capital(es) corporal(es) que configuran las corrientes y/o contenidos de la educación física escolar. Ágora para la Educación Física y el Deporte*, n.4 y 5, p. 21-38.
- Delgado Noguera y Sicilia (2002): *Estilos de enseñanza y educación física*. ED INDE
- Escamilla, A.: (2009): Las competencias en la programación de aula. Barcelona. Graò.
- Ruiz Navarro, F.J. (2001). *La educación física de base en la enseñanza primaria: Conceptos, procedimientos y actividades para su desarrollo*. Murcia: Diego Marín Librero.

- Sierra, M.A. (2002) *La expresión corporal desde la perspectiva del alumnado de Educación Física* [Tesis doctoral]. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Vaca Escribano, M y Varela, M. S. (2008). *Motricidad y aprendizaje: El tratamiento pedagógico del ámbito corporal (3-6)*. Barcelona. Graò.

Webgrafía

- URL: <http://www.efdeportes.com/>. Lectura de Educación Física y Deportes.
- URL: <http://edufisrd.weebly.com/malabares.html>
- URL: <http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/metodologia.pdf>. Educación Física.

8. ANEXOS

Anexo 1 - (Siglas)

Aclaración de siglas que aparecen a lo largo del trabajo:

- **TFG:** Trabajo Fin de Grado
- **EFE:** Educación Física Escolar
- **PC:** Proyecto Curricular
- **CE:** Criterios de Evaluación
- **EP:** Educación Primaria
- **EF:** Educación Física
- **PD:** Programación Didáctica
- **Proceso de E-A:** Proceso de Enseñanza-Aprendizaje
- **UD:** Unidad Didáctica
- **EA:** Estándares de Aprendizaje
- **LOMCE:** Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa
- **OEF:** Objetivos Educación Física

Anexo 2 - (ficha)

Nombre:
Preguntas: ¿Qué postura utilizas con mayor frecuencia? ¿Qué notas desplazándote con ambas piernas? ¿El cambio de trayectorias te provoca mayor esfuerzo en el equilibrio? ¿Y el movimiento sobre bancos y zancos? ¿Influye la velocidad en la coordinación de tus movimientos?
Dificultades: ¿Qué ejercicios te han supuesto mayor dificultad? Explica por qué.
Conclusiones:

Anexo 3 - Fichas de evaluación (profesor) y coevaluación (alumnos)

Aspectos /valoración	Excelente	Bien	Regular	Mal
Ejecución de las figuras				
Estética de las figuras				
Cooperación/trabajo en equipo				
Creatividad/originalidad				
Los apoyos son seguros y no lexionables				
Utilizan varios niveles o alturas				
La subida y bajada ha sido ordenada y controlada				
Los ayudantes cumplen su función				
Hay control postural en el portor y el ágil				
Las presas y agarres se han realizado correctamente				

TFG Grado en Educación Primaria – Mención en Educación Física

NOMBRES	EV. INICIAL	EV. CONTINUA		EV. FINAL
		Cuaderno	Clase	
			Participación y colaboración	Desarrollo de la actuación de Acrosport final por grupos
			Conocimiento de las técnicas Básicas desarrolladas en la U.D	
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				

Anexo 4 - UD Marcilla

UNIDAD DIDÁCTICA: CONOCEMOS JUEGOS TRADICIONALES AUTÓCTONOS (MARCILLA)

Introducción:

Al hablar de juegos tradicionales nos referimos a aquellos juegos que, desde muchísimo tiempo atrás siguen perdurando, pasando de generación en generación, siendo transmitidos de abuelos a padres y de padres a hijos y así sucesivamente, sufriendo quizás algunos cambios, pero manteniendo su esencia.

Los juegos tradicionales se pueden encontrar en todas partes del mundo. Si bien habrá algunas diferencias en la forma del juego, en el diseño, en la utilización o en algún otro aspecto, la esencia del mismo permanece. En ocasiones podemos ver el resurgimiento de algunos de estos juegos, que se imponen ya sea por una determinada época del año o por una moda que aparece y desaparece después de un tiempo.

Dentro de los juegos tradicionales encontramos una amplia gama de modalidades lúdicas: juegos de niños y juegos de niñas, juegos de adivinación, rimas, juegos de sorteo, juguetes, etc. En esta unidad nos vamos a centrar en 4-5 juegos específicos, que son:

- Tanga – Bolos – Monterilla - Carreras de sacos - Chana o calva

Las características principales de estos juegos tradicionales y otros en general son:

1. Son jugados por los niños por el mismo placer de jugar. Son los mismos niños quienes deciden cuándo, dónde y cómo se juegan.
2. Responden a necesidades básicas de los niños.
3. Tienen reglas de fácil comprensión, memorización y acatamiento. Las reglas son negociables.
4. No requieren mucho material ni costo.
5. Son simples de compartir.
6. Practicables en cualquier momento y lugar.

Objetivos:

- Conocer numerosos juegos populares y tradicionales y ponerlos en práctica.
- Disfrutar del juego en relación con los demás, valorándolo para el empleo del tiempo libre.
- Practicar diversos juegos desarrollando actitudes de tolerancia y respeto.
- Desarrollar las habilidades básicas participando de forma activa en el juego.

Contenidos:

- Los juegos populares y tradicionales
- Las normas que rigen cada uno de los juegos
- La estrategia en el juego
- La cooperación con los compañeros
- Actitud de respeto hacia el juego y hacia los compañeros

Indicadores de logro:

- Es capaz de seguir alguna estrategia en los juegos
- Entiende y respeta las normas que rigen cada juego
- Sabe explicar cómo se juega
- Es capaz de cooperar con los compañeros en los juegos
- Tiene interés a la hora de jugar

Competencias básicas:

A través de la práctica de estos juegos populares se contribuye al desarrollo de las siguientes competencias.

Competencia en el conocimiento y en la interacción con el mundo físico:

A través de los juegos populares, el alumno percibe su cuerpo en diferentes situaciones e interacciona en el medio con los compañeros mejorando su rendimiento motriz.

Competencia social y ciudadana:

Los juegos populares son actividades en las que los alumnos compiten entre ellos en un ambiente tranquilo y ameno fomentando las relaciones de respeto y tolerancia. Además los juegos en los que participan por pequeños equipos desarrollan el compañerismo y confianza en sí mismos y en sus compañeros.

Tratamiento de la información y competencia digital:

Los alumnos trabajan esta competencia mediante la búsqueda de la información previa de las reglas de los juegos que vamos a realizar.

Competencia matemática:

Esta competencia la trabajan los niños/as en los recuentos y las puntuaciones de los diferentes juegos, además de calcular distancias en los lanzamientos.

Competencia lingüística:

La trabajamos a la hora de expresarnos verbalmente ya sea en explicaciones de los juegos o interactuando unos compañeros con otros durante los mismos.

ACTIVIDADES

- **La tanga o tuta**

Los alumnos se colocarán por grupos de 6 formando 4 equipos. Consiste en lanzar discos, denominados “tejos”, con el objetivo principal de tirar la moneda que se encuentra encima de una pieza de madera, denominada “tanga” o “chito”. Ganará el que consiga tirar mayor número de veces la chapa, sumando el global de cada equipo en un total de 10 tiradas.

Cada tirador cuenta con dos discos en cada tirada y derribar la chapa en la primera tirada vale doble. La competencia que vamos a desarrollar con este tipo de juego es la matemática a la hora de hacer recuento de puntos una vez realizadas todas las tiradas.

- **Carrera de sacos - con los pies atados - por parejas con un pie atado:**

Los jugadores se meten en los sacos y se corre hacia la meta dando saltos, sin agarrar ni empujar a los demás participantes. Gana quien llega antes a la meta.

Los jugadores por parejas se atan un pie cada uno y corren hacia la meta coordinándose, sin poder agarrar ni empujar al resto de parejas. Gana quien llega antes a la meta.

Objetivos:

- . Conseguir llegar a la meta lo antes posible
- . Coordinar movimientos (saltos) junto con otros compañeros
- . Mejorar saltos con ambas piernas

La competencia social y ciudadana es la principal que vamos a desarrollar, en este tipo de juegos los niños tienen que desarrollar el compañerismo y tolerancia con su pareja de trabajo para conseguir el objetivo.

- **Monterilla**

Los elementos del juego son la montera o boina y la cachava. Se trata de lanzar la cachava e intentar colocarla lo más cerca posible de la montera. Al empezar el juego se colocan dos monteras boca abajo, frente a frente, separadas 30 metros.

El jugador lanza detrás de una para tirar a la otra; si algún jugador es capaz de colocar la cachava encima de la montera, se da el valor de 2 puntos. Si ninguno logra monterilla, la cachava más próxima de la montera es la ganadora, vale un punto. El equipo que antes llegue a 18 puntos gana la partida.

En este juego tradicional el principal objetivo es acercar la cachava a la boina el máximo posible cuando se hace el lanzamiento.

- **Bolos**

El **Bolo palentino** es una modalidad del juego de los bolos cuyo objetivo es derribar el máximo número de bolos mediante el lanzamiento a distancia de la bola (que está construida de madera). Cada bolo tiene una puntuación de uno, exceptuando el bolo final, situado en la parte de atrás que vale dos puntos en el caso de derribarlo. Se lanzan dos bolas y se suman los bolos tirados, en el caso de tirar todos se vuelven a poner en pie y se repite el lanzamiento con todos de pie.

Se puede jugar individual, por parejas o en grupos pequeños.

Este juego permite desarrollar la competencia matemática ya que los niños/as tienen que ir contando los puntos que van realizando e ir sumando todos para hacer un recuento al final de la partida.

- **Calva o chana**

Se trata simplemente de golpear una cuña de madera en forma de ángulo bastante obtuso, puesto de pie en el suelo, con el *marro*. El jugador, lanza el marro desde una distancia de 14,5 metros, para golpear el madero por el lado levantado. Se realizan 25 tiradas sumando las veces que golpeamos y volcamos la calva y el ganador es el que más veces lo haya conseguido. Esta es la forma de jugar a nivel profesional, se puede adaptar a niños/as disminuyendo la distancia de lanzamiento y el número de tiros.

Al igual que en el juego de los bolos en la calva se va a desarrollar la competencia matemática realizando recuento de los puntos que se hacen después de las tiradas que hace cada jugador.

- **Rayuela/Tocalé:**

Se dibujan en el suelo los cuadrados numerados, tal y como se indica. Los jugadores, por turnos, van lanzando una piedra o chapa a los cuadrados de forma correlativa. Cuando aciertan a colocar la piedra dentro del cuadrado que les corresponde, inician el recorrido saltando a la pata coja, pisando todos los cuadrados menos en donde está situada la piedra y en el recorrido de vuelta recogen la piedra para, desde fuera y sin pisar en el cuadro 1, lanzar la piedra al cuadrado siguiente. En los cuadrados dobles hay que pisar uno con cada pie. Al pisar una línea, se pierde el turno.

Evaluación:

De esta evaluación se evaluará el conocimiento de juegos tradicionales que adquiera el alumno así como su capacidad para explicarlos. Además de la participación de cada alumno en cada juego, considerando aquí el conocimiento y respeto de las normas, el interés y el esfuerzo en el juego. Todo esto quedará recogido en el cuaderno de campo de trabajo de cada alumno/a que será evaluado el día siguiente a la salida a Marcilla de Campos.