



COMPETENCIAS

- 1. **Competencia en comunicación lingüística.**
 - Utilizar el lenguaje como medio de comunicación oral.
 - Conocer el vocabulario específico del área.
- 3- **Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.**
 - Adquirir hábitos saludables de alimentación, de higiene y de cuidado del cuerpo, comprendiendo la relación entre alimentación y actividad física.
 - Mostrar actitudes de respeto hacia los demás y hacia uno mismo.
- 5. **Competencia social y ciudadana.**
 - Habitarse a cuidar, conservar y mantener el orden en sus pertenencias y en su entorno.

OBJETIVOS.-

- 1.1- Reconocer diferentes partes del cuerpo, de los demás, de forma global y segmentaria.
- 1.2- Interiorizar y tomar conciencia de las movilidad corporal
- 1.3.- Valorar las posibilidades motrices corporales y desarrollarlas y enriquecerlas en función de las relaciones con los demás y el entorno
- 1.4.- Perfeccionar la lateralidad dominante y no dominante.
- 3.1- Tomar conciencia de la movilidad corporal independizando segmentos.
- 2.3.- Consolidar hábitos de higiene personal específicos de la E. F.-
- 2.2.- Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada.

CONTENIDOS

Bloque 1

- Percepción de la independencia y relación existente entre los segmentos corporales
- Control del cuerpo en relación con : la respiración- el tono- la relajación
- Consolidación de la lateralidad

Bloque 4

- Consolidación de hábitos de higiene::bolsa de aseo personal
- Adquisición y mejora de hábitos posturales saludables relacionados con la actividad física.
- Valoración del calentamiento como aspecto fundamental en la prevención de lesiones.

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.
Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra
Cualitativa:-
O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Señalar la izquierda y la derecha en los demás
- Disociar los segmentos superiores e inferiores del eje corporal en actividades cotidianas
- Diferenciar y practicar la tensión y distensión de los principales segmentos corporales
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general.
- Mejorar los hábitos higiénicos específicos de la práctica de Educación física como utilizar ropa y el calzado adecuado, asearse y cambiarse después del ejercicio;

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Conoce las posibilidades de movimientos que ofrecen los distintos segmentos corporales.
- Realiza actividades mejorando la lateralidad.
- Realiza el calentamiento como inicio de toda actividad física
- Realiza el cambio de ropa y aseo posterior a la actividad física como una rutina de higiene beneficiosa

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.
 Mando directo- R. problemas –
 Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . Balones- pelotas varios tipos- señales- bancos- aros- cuerdas.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%
20%
10%
10%

UBICACIÓN 1^{ER} TRIMESTRE - 8-9 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

3^{ER} CURSO –UNIDAD DIDÁCTICA 2 “BOTAMOS MOVILES”

<u>COMPETENCIAS</u>	
<p>1.- <u>Comunicación lingüística.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Uso correcto de los términos relacionados con la actividad. <p>2.- <u>Matemática.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Conteos de acciones relacionadas con la actividad.. <p>5.-<u>Competencia social y ciudadana.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Habitarse a cuidar, conservar y mantener el orden en sus pertenencias y en su entorno. 	
<u>OBJETIVOS.-</u>	
<p>1.4.- Perfeccionar la lateralidad dominante y no dominante.</p> <p>2.3.- Consolidar hábitos de higiene personal específicos de la E. F.-</p> <p>2.2.- Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada.</p>	
<u>CONTENIDOS</u>	<u>EVALUACIÓN</u>
<p><u>Bloque 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Consolidación de la lateralidad • Perfeccionar la lateralidad dominante y no dominante <p><u>Bloque 4</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Consolidación de hábitos de higiene::bolsa de aseo personal • Adquisición y mejora de hábitos posturales saludables relacionados con la actividad física. • Valoración del calentamiento como aspecto fundamental en la prevención de lesiones. 	<p><u>Formativa:</u>- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.</p> <p><u>Personalizada:</u>-Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra</p> <p><u>Cualitativa:-</u></p> <p style="padding-left: 40px;"><u>O. Directa:</u>- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.</p> <p><u>Se valorará si el niño o la niña es capaz de:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Botar móviles con ambas manos en estático • Botar móviles con ambas manos en desplazamiento, slalon. • Comenzar la actividad física con un calentamiento general. • Mejorar los hábitos higiénicos específicos de la práctica de Educación física como utilizar ropa y el calzado adecuado, asearse y cambiarse después del ejercicio;
<u>ESTANDARES DE APRENDIZAJE</u>	
<ul style="list-style-type: none"> • Realiza actividades mejorando la lateralidad. • Realiza el calentamiento como inicio de toda actividad física • Realiza el cambio de ropa y aseo posterior a la actividad física como una rutina de higiene beneficiosa 	
<u>METODOLOGIA</u>	
<p>Comentarios - Exposición- demostraciones.</p> <p>Mando directo- R. problemas –</p> <p>Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados</p>	
<u>RECURSOS</u> . Balones- pelotas varios tipos- señales- bancos- aros- .	
<u>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</u>	<u>PORCENTAJES</u>
<ul style="list-style-type: none"> • Actividad motriz y pruebas realizadas • Comportamiento • Esfuerzo • Higiene 	<p>60%</p> <p>20%</p> <p>10%</p> <p>10%</p>
<u>UBICACIÓN</u> 1 ^{ER} TRIMESTRE - 8-9 SESIONES	
<u>AUTOEVALUACIÓN</u>	
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad? • ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad? • ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué? 	

COMPETENCIAS

1- Lingüística

- Uso correcto de los términos relacionados a la actividad

2 - Competencia matemática.

- Manejo de los conceptos relacionados con las acciones espaciales y temporales

5.-Competencia social y cívica

- Habitarse a cuidar, conservar y mantener el orden en sus pertenencias y en su entorno.

6. Sentido e iniciativa emprendedora

- Trabajo en equipo cooperando y aceptando las diferencias en la práctica de la actividad física.

OBJETIVOS.-

- 4-1-Resolver problemas que impliquen una adecuada percepción espacio-temporal
- 4.2.- Aprender nociones de distancia, sentido y velocidad en desplazamientos propios y de móviles.
- 4.3.- Resolver situaciones cuya exigencia se centre en los mecanismos de percepción y decisión.
- 2.5.-Desarrollar una actitud responsable hacia el propio cuerpo y el de los demás.
- 2.2.-Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada

CONTENIDOS

Bloque 1

- Organización espacio-temporal. Orientación espacial en relación a sí mismo y a los demás
- Percepción y estructuración del espacio y del tiempo y del espacio en relación con el tiempo de los desplazamientos propios, con móviles y de los demás.

Bloque 4

- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento y relajación
- Mejora de forma genérica de la condición física orientada a la salud

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Situar en un espacio dinámico en el que los objetos estén estáticos, cambien de posición
- Desplazarse con velocidades variables y en posiciones variadas en referencia a objetos o compañeros..
- Estimar la distancia entre objetos o entre sí mismo y diferentes referencias espaciales;
- Colaborar activamente en el desarrollo de los juegos;
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general atendiendo a las diferentes posibilidades de movimiento de las principales articulaciones y finalizarla con la práctica de la relajación global
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Descubre las formas de utilizar el espacio, tiempo y espacio-tiempo a través de la orientación y el ritmo
- Reconoce la orientación de los objetos y su relación con ellos, tanto en estático como en situaciones dinámicas
- Reconoce situaciones espaciales, temporales y espacio-temporales con objetos y compañeros y actúa según la necesidad
- Realiza el calentamiento como inicio de la actividad y cambio de ropa al final

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . Pelotas varias- bancos- espalderas- señales- conos

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN

1^{ER} TRIMESTRE - 8-9 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

3^{ER} CURSO -UNIDAD DIDÁCTICA - 4 “ CORRER Y SALTAR”

COMPETENCIAS

1- Lingüística.

- Uso correcto de los términos relacionados con la actividad.

4- Aprender a aprender

- Experimentación de las habilidades de correr y saltar.

5. Competencia social y ciudadana.

- Habituar a cuidar, conservar y mantener el orden en sus pertenencias y en su entorno.

OBJETIVOS.-

- 1.3.- Valorar las posibilidades motrices corporales y desarrollarlas y enriquecerlas en función de las relaciones con los demás y el entorno.
- 3.1.-Tomar conciencia de la movilidad corporal independizando segmentos
- 3.3.-Desarrollo global de las habilidades motrices básicas (coordinaciones y desplazamientos-etc.)
- 5.3.-Tomar conciencia de las posibilidades y limitaciones personales.
- 2.2.-Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada.

CONTENIDOS

Bloque 2

- Formas y posibilidades del movimiento. Ajuste de los elementos fundamentales en la ejecución de las habilidades motrices básicas. (carreras- obstáculos-comba)
- Control motor y dominio corporal adaptados a diferentes situaciones.

Bloque 4

- Reconocimiento de los beneficios de la actividad física en la salud y su relación con el bienestar.
- Mejora de forma genérica de la condición física orientada a la salud
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento y relajación

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Desplazarse de distintas maneras con velocidades variables franqueando obstáculos.
- Realizar saltos a la comba de varias formas individual y en grupo
- saltar coordinadamente batiendo con una o ambas piernas y finalizando la acción con distintas caídas sobre una o ambas extremidades;
- Incrementar globalmente la condición física personal acercándose a los valores normales del grupo de edad en el entorno de referencia
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general atendiendo a las diferentes posibilidades de movimiento de las principales articulaciones y finalizarla con la práctica de la relajación global
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Conoce y practica diferentes formas de desplazamiento y con diferentes velocidades.
- Conoce y practica diferentes tipos de saltos, con obstáculos y comba
- Realiza secuencias que implique de forma encadenada carreras y superación de obstáculos- circuitos
- Valora la importancia de la actividad física para la salud- correctas posturas.- calentamiento – aseo posterior

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . Bancos - aros - cuerdas – pica – señales – postes – obstáculos - colchonetas

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 1^{ER} TRIMESTRE - 5-6 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

3^{ER} CURSO - UNIDAD DIDÁCTICA – 5 “MANTENEMOS EL EQUILIBRIO ”

COMPETENCIAS	
1 Lingüística <ul style="list-style-type: none"> • Uso correcto de los términos relacionados con las acciones que vamos a realizar 	
2- Matemática <ul style="list-style-type: none"> • Conteo de acciones relacionadas con las actividades a realizar. 	
3- Aprender a aprender <ul style="list-style-type: none"> • Experimentación de las dificultades para mantener el equilibrio, dependiendo de los puntos de apoyo 	
OBJETIVOS.-	
2.2.-Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada. 3.2.-Desarrollar la capacidad del equilibrio , ajuste y tono postural 3.3.-Desarrollo global de las habilidades motrices básicas (coordinaciones) 2.3.-Consolidar hábitos de higiene personal específicos de la E.F.- 9.1- Adquirir autonomía en la práctica de la actividad física	
CONTENIDOS	EVALUACIÓN
<u>Bloque 1</u> <ul style="list-style-type: none"> • Exploración de la postura según necesidades motrices • Experimentación de situaciones de equilibrio estático y dinámico disminuyendo la base de apoyo • Experimentación de acciones de oposición y lucha en distintas superficies y planos con el objetivo de desequilibrar al compañero. <u>Bloque 4</u> <ul style="list-style-type: none"> • Adquisición y mejora de hábitos posturales en la actividad física • Uso correcto y respetuoso de los espacios y materiales • Medidas de seguridad dadas. 	<u>Formativa:-</u> Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc. <u>Personalizada:-</u> Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra <u>Cualitativa:-</u> <u>O. Directa:-</u> Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas. Se valorará si el niño o la niña es capaz de: <ul style="list-style-type: none"> • Mantener el cuerpo en equilibrio en distintas posturas con distintos apoyos en el suelo • Mantener el cuerpo en equilibrio desplazándose por encima de pasarelas o bancos suecos; • Mantener el cuerpo en equilibrio después de acciones desequilibrantes • Emplear medidas de seguridad básicas para prevenir accidentes, eligiendo el lugar, los materiales y condiciones adecuadas para la práctica de actividades físicas • Realización del aseo posterior a la clase de E. F.
ESTANDARES DE APRENDIZAJE	
<ul style="list-style-type: none"> • Realiza acciones para mantener el equilibrio en distintas situaciones en el suelo • Realiza acciones para mantener el equilibrio en ligeras alturas • Realiza acciones de mantener el equilibrio después de acciones de desequilibrio • Realiza diversos desplazamientos transportando objetos en equilibrio en distintas partes de cuerpo • Conoce y sigue las medidas de seguridad dadas. 	
METODOLOGIA	
Comentarios - Exposición- demostraciones. Mando directo- R. problemas – Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados	
RECURSOS . Bancos - balones varios- espalderas- picas- aros- colchonetas- postes con obstáculos	
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJES
<ul style="list-style-type: none"> • Actividad motriz y pruebas realizadas • Comportamiento • Esfuerzo • Higiene 	60% 20% 10% 10%
UBICACIÓN 1 ^{ER} TRIMESTRE - 7-8 SESIONES	
AUTOEVALUACIÓN	
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad? • ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad? • ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué? 	

COMPETENCIAS

1- Lingüística.

- Uso correcto de los términos relacionados con la actividad.

4- Aprender a aprender

- Experimentación de las habilidades de correr y rodar y trepar
- Verificación a través de la práctica de cómo deben ser posturas correctas en la actividad.

5. Competencia social y ciudadana.

- Habitarse a cuidar, conservar y mantener el orden en sus pertenencias y en su entorno

OBJETIVOS.-

- 1.3.- Valorar las posibilidades motrices corporales y desarrollarlas y enriquecerlas en función de las relaciones con los demás y el entorno.
- 3.1.-Tomar conciencia de la movilidad corporal independizando segmentos
- 3.3.-Desarrollo global de las habilidades motrices básicas (coordinaciones y desplazamientos-etc.)
- 5.3.-Tomar conciencia de las posibilidades y limitaciones personales.
- 2.2.-Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada.

CONTENIDOS

Bloque 2

- Formas y posibilidades del movimiento. Ajuste de los elementos fundamentales en la ejecución de las habilidades motrices básicas. (carreras- volteretas-trepas)
- Control motor y dominio corporal adaptados a diferentes situaciones.

Bloque 4

- Reconocimiento de los beneficios de la actividad física en la salud y su relación con el bienestar.
- Medidas de seguridad en el trabajo con materiales
- Mejora de forma genérica de la condición física orientada a la salud
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento y relajación

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Girar sobre los ejes longitudinal y transversal en contacto con el suelo
- Emplear los giros longitudinales para la resolución de problemas motores bajo factores fijos y en entornos cotidianos asociados con desplazamientos y saltos, cambios de dirección y sentido;
- Ejecutar volteretas hacia delante en planos inclinados.
- Realizar trepas y desplazamientos en espalderas.
- Incrementar globalmente la condición física personal acercándose a los valores normales del grupo de edad en el entorno de referencia
- Emplear medidas de seguridad básicas para prevenir accidentes,
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general atendiendo a las diferentes posibilidades de movimiento de las principales articulaciones y finalizarla con la práctica de la relajación global
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Conoce y practica diferentes formas de girar, rodar..
- Conoce y practica algún tipo de volteretas
- Realiza secuencias que impliquen subir, bajar, desplazarse por las espalderas.
- Valora la importancia de la actividad física para la salud- correctas posturas.- calentamiento – aseo posterior

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS

. Bancos - aros - cuerdas – pica – señales - postes- obstáculos- colchonetas- espalderas

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 2º TRIMESTRE - 3-4 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

COMPETENCIAS

1 Competencia en comunicación lingüística.

- Utilizar el lenguaje como medio de comunicación oral.
- Conocer el vocabulario específico del área.

2 Competencia matemática.

- Manejo de cantidades numéricas en el curso de los juegos, u otras actividades- resultados- etc

3- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.

- Adquirir hábitos saludables de alimentación, de higiene y de cuidado del cuerpo, comprendiendo la relación entre alimentación y actividad física.
- Mostrar actitudes de respeto hacia los demás y hacia uno mismo.

5. Competencia social y ciudadana.

- Habitarse a cuidar, conservar y mantener el orden en sus pertenencias y en su entorno.

8.- Autonomía e iniciativa personal.

- Desarrollar los valores personales de la responsabilidad y la perseverancia.

OBJETIVOS.-

- 1.5.- Ver la actividad física como medio de disfrute y relación.
- 4.3.- Resolver situaciones cuya exigencia se centre en los mecanismos de percepción y decisión.
- 4.4.- Actuar en actividades físicas, deportivas, lúdicas, etc. independientemente del sexo.
- 6.1.- Participar de forma habitual en juegos.
- 6.4.- Aceptar el resultado del juego respetando las normas y reglamentos establecidos.
- 6.5.- Aceptar los componentes del grupo del juego independientemente del género, raza o habilidad.
- 7.3.- Participación en las actividades regladas, no regladas adaptándose a las normas establecidas para el momento
- 7-4- Desarrollar una actitud de respeto en el juego.

CONTENIDOS

Bloque 5

- El juego como elemento de la realidad social y medio de disfrute, de relación
- Práctica de juegos populares e iniciación a la práctica de deportes tradicionales asturianos.
- Uso de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación y oposición
- Respeto hacia las personas que participan en el juego.
- Comprensión, aceptación y cumplimiento de las normas de juego y actitud responsable con relación a las estrategias establecidas.
- Actitud de colaboración, tolerancia, no discriminación y resolución de conflictos a través del diálogo de forma pacífica en la realización de los juegos.
- Aceptación, dentro del equipo, del papel que le corresponde como jugador o jugadora.

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Desplazarse y situarse en el espacio de forma adecuada en acciones del juego
- Colaborar y ayudar activamente en el desarrollo del juego con los miembros del equipo
- Colaborar y aceptar las normas del juego favoreciendo la dinámica del mismo
- Respetar las normas del juego manifestando actitudes de respeto hacia los componentes del mismo

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Distingue en juegos estrategias de cooperación y oposición
- Muestra buena disposición para solucionar conflictos en el juego
- Aplica las habilidades básicas (desplazamientos, pases, lanzamientos) en el juego
- Conocer la necesidad de recogida de material posterior al juego

METODOLOGIA

- Comentarios - Exposición- demostraciones.
- Mando directo- R. problemas –
- Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . Señales- objetos varios para transportar- balones- etc.-

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 2º TRIMESTRE - 6-7 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

COMPETENCIAS

1-Lingüística

Uso correcto de los términos relacionados con la actividad

2- Matemática

Conteos de acciones, pasos, etc.

5- Social y cívica

Utilización de la actividad física para favorecer la integración, relación y respeto

7- Conciencia y expresiones culturales

Experimentación del lenguaje corporal valorando su importancia social y cultural y de expresión

OBJETIVOS.-

1.5- ver la actividad física como medio de disfrute

7.1-conocer y valorar la actividad física en su aspecto lúdico y como elemento cultural

10.2- comunicar de forma creativa y estética conceptos y sensaciones a través del lenguaje corporal

CONTENIDOS

Bloque 3

- El cuerpo y el movimiento como instrumento de expresión
- Adecuación del movimiento a estructuras rítmicas y ejecución de bailes y danzas.
- Participación en situaciones que supongan comunicación con otras personas utilizando los recursos expresivos del cuerpo

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Reproducir estructuras rítmicas sencillas mediante el movimiento corporal
- Representar en grupo secuencias expresivas – danzas.
- Ajustar el movimiento a ritmos musicales.
- Participar con espontaneidad en danzas o bailes sencillos con el grupo.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Realiza movimientos a partir de estímulos musicales.
- Adquiere nociones sobre la expresión corporal a través del movimiento y el ritmo
- Aprende y realiza danzas sencillas en grupo.
- Practica bailes y danzas como formas expresivas del grupo

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS música y megafonía.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 2º TRIMESTRE - 3-4 SESIONES (½ sesiones)

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

COMPETENCIAS

2. Competencia matemática.

- Manejo de nociones topológicas en el plano y espacio.

3. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.

- Manipular aparatos para realizar actividades físicas.
- Apreciar la naturaleza y percibir su valor como fuente de información
- Mostrar actitudes de respeto hacia los demás y hacia uno mismo.

3 Competencia social y ciudadana.

- Habitarse a cuidar, conservar y mantener el orden en sus pertenencias y en su entorno.

OBJETIVOS.-

- 1.4.- Perfeccionar la lateralidad dominante y no dominante.
- 1.5.- Ver la actividad física como medio de disfrute y relación.
- 4-1-Resolver problemas que impliquen una adecuada percepción espacio-temporal
- 4.2.- Apreciar nociones de distancia, sentido y velocidad en desplazamientos propios y de móviles
- 2.2.-Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada.

CONTENIDOS

Bloque 2

- Organización espacio-temporal. Orientación espacial en relación a sí mismo, a los demás y a los objetos estáticos o en movimiento.
- Percepción y estructuración del espacio y del tiempo y del espacio en relación con el tiempo de los desplazamientos propios, con móviles y de los demás
- Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes en la práctica de la actividad física, con relación al entorno. Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento y relajación

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Estimar la distancia entre objetos o entre sí mismo y diferentes referencias espaciales;
- Lanzar y recibir móviles con las extremidades superiores e inferiores sin perder el control de los mismos;
- Realizar lanzamientos, pases, conducciones e impactos adecuándose a las trayectorias;
- Utilizar sencillos programas informáticos que impliquen actividades de coordinación óculo-manual
- Emplear medidas de seguridad básicas para prevenir accidentes, eligiendo el lugar, los materiales y condiciones adecuadas para la práctica de actividades deportivas;
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general atendiendo a las diferentes posibilidades de movimiento de las principales articulaciones y finalizarla con la práctica de la relajación global
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Realiza actividades de mejora de la lateralidad dominante
- Adapta las habilidades motrices a distintas acciones con objetos
- Realiza diversos lanzamientos con las extremidades.
- Participa en juegos que impliquen acciones de lanzar objetos

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . Pelotas - distintos tamaños- aros- ladrillos- botes- cuerdas-

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 2º TRIMESTRE - 4 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

COMPETENCIAS

1. Lingüística

- Uso correcto de los términos relacionados con las acciones a realizar

2. Matemática

- Manejo de nociones topológicas en el plano y espacio.

5. Social y cívica

- Aceptación de las normas, turnos y papel a desarrollar en las actividades, juegos
- Utilización de la actividad física para facilitar la relación e integración de los componentes del grupo.

OBJETIVOS.-

- 1.4.- Perfeccionar la lateralidad dominante y no dominante.
- 1.5.- Ver la actividad física como medio de disfrute y relación.
- 4-1-Resolver problemas que impliquen una adecuada percepción espacio-temporal
- 4.2.- Appreciar nociones de distancia, sentido y velocidad en desplazamientos propios y de móviles
- 2.2.-Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada.

CONTENIDOS

Bloque 1

- Consolidación de la lateralidad y su proyección en el espacio.
- Organización espacio-temporal.
- Orientación espacial en relación a sí mismo, a los demás y a los objetos estáticos o en movimiento.

Bloque 4

- Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes en la práctica de la actividad física, con relación al entorno. Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento y relajación

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Lanzar y recibir móviles con las extremidades superiores e inferiores sin perder el control de los mismos;
- Realizar lanzamientos, pases, conducciones e impactos adecuándose a las trayectorias;
- Emplear medidas de seguridad básicas para prevenir accidentes, eligiendo el lugar, los materiales y condiciones adecuadas para la práctica de actividades deportivas;
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general atendiendo a las diferentes posibilidades de movimiento de las principales articulaciones y finalizarla con la práctica de la relajación global
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Realiza actividades mejorando su lateralidad
- Reconoce situaciones espaciales con objetos y las ejecuta- distancias
- Conoce las medidas de seguridad en relación a espacios, materiales y compañeros
- Realiza el calentamiento como inicio a la actividad física

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS

- Móviles a lanzar: pelotas de goma- pelotas rítmicas- de tenis- aros pequeños- anillas- etc.
- Objetos estáticos para puntería: ladrillo – bolo – botella- aro- diana- poste—
- Conos y señales para marcar distancias- Zonas delimitadas- campos o espacios de juego.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 2º TRIMESTRE -- 8 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

COMPETENCIAS

1. Comunicación lingüística.

- Conocer el vocabulario específico del área.

2.- Matemática

- Conteos de resultados, acciones, etc.

4 Aprender a aprender..

- Utilizar las habilidades adquiridas en el desarrollo de los juegos.

7. Conciencia y expresiones culturales.

- conocimiento de la riqueza cultural mediante la práctica de diversos juegos

OBJETIVOS.-

- 4.3.- Resolver situaciones cuya exigencia se centre en los mecanismos de percepción y decisión.
4.4.- Actuar en actividades físicas, deportivas, lúdicas, etc. independientemente del sexo.
5.2.- Disfrutar de la actividad física independientemente del resultado del mismo.
6.1.-Participar de forma habitual en juegos populares y tradicionales.
6.3.-Aceptar el papel que corresponda desarrollar en cualquier tipo y momento del juego.
6.4.- Aceptar el resultado del juego respetando las normas y reglamentos establecidos.
6.5.- Aceptar los componentes del grupo del juego independientemente del género, raza o habilidad.
7.1.-Conocer y practicar distintas actividades físicas que constituyan parte del entorno habitual.
7.4-Desarrollar una actitud de respeto en el juego.
2.2.-Conocer y prevenir, los riesgos que conlleva la actividad física realizada.

CONTENIDOS

Bloque 5

- Práctica de juegos populares y deportes tradicionales asturianos.
- Respeto hacia las personas que participan en el juego
- Comprensión y aceptación de las normas, resultados y papel a desarrollar en el juego
- Valoración de la diversidad de juegos asturianos y tradicionales
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física.
Calentamiento y relajación

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

*Personalizada:-*Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Estimar la distancia entre objetos o entre sí mismo y diferentes referencias espaciales;
- Lanzar y recibir móviles con las extremidades superiores e inferiores sin perder el control de los mismos;
- Realizar lanzamientos, pases, conducciones e impactos adecuándose a las trayectorias;
- Emplear medidas de seguridad básicas para prevenir accidentes, eligiendo el lugar, los materiales y condiciones adecuadas para la práctica deportiva.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Conoce la diferencia entre juegos populares y deportes
- Explica las características de algún juego a los compañeros
- Aplica las habilidades básicas en algunos juegos tradicionales
- Realiza juegos y deportes tradicionales asturianos
- Conoce y practica las medidas de seguridad dadas en los juegos

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . Tizas- material necesario en función del juego: chapas-chinas- pañuelo- etc.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%
20%
10%
10%

UBICACIÓN 3^{ER} TRIMESTRE - 9-10 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

3^{ER} CURSO -UNIDAD DIDÁCTICA- 12 “D. ALTERNATIVOS: DISCO - INDIKA”

COMPETENCIAS

1- Lingüística

- Uso correcto de los términos relacionados con la actividad

2-Matemática

- Conteos de acciones realizadas
- Acciones relacionadas con conceptos espaciales

5- Social y cívica

- Utilización de la actividad física para mejorar la relación

7- Conciencia y expresión cultural

- Conocimiento y práctica de juegos y actividades nuevas.

OBJETIVOS.-

1.5- Ver la actividad física como un medio de disfrute y relación

4.4- Actuar en actividades físicas lúdicas independiente del sexo, raza, etc. de los componentes del grupo

7.1- Conocer y practicar actividades físicas no propias del entorno habitual y conocer su procedencia –disco -indiaka

9.1- Adquirir autonomía en la práctica de la actividad física

CONTENIDOS

Bloque 2

- Manejo de objetos y manipulación de móviles propios del área.
- Consolidación de la lateralidad
- Formas y posibilidades del movimiento manejando objetos.
- Seguimiento de trayectorias e interceptación de móviles

Bloque 4.

- Respeto hacia las medidas de seguridad dadas.

Bloque 5

- Valoración de la diversidad de juegos de otras culturas
- Respeto hacia las personas que participan en el juego
- Rechazo hacia comportamientos antisociales y a los estereotipos sexistas.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento y relajación

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Lanzar, pasar y recibir, móviles, sin perder el control de los mismos, adecuando los movimientos a las trayectorias,
- Respetar las normas del juego, manifestando actitudes de respeto hacia sus compañeros y compañeras y evitando actitudes de rivalidad, estereotipos o prejuicios;
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general atendiendo a las diferentes posibilidades de movimiento de las principales articulaciones y finalizarla con la práctica de la relajación global
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Adapta las habilidades motrices básicas a la práctica de nuevos juegos- (lanzar – recibir discos o golpeo de indiaka), .
- Conoce los gestos básicos de un juegos nuevos- disco o indiaka
- Conoce y respeta las medidas de seguridad dadas en el manejo del disco y la indiaka en relación a los compañeros
- Conoce las características e historia de algún juego nuevo –disco o indiaka

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . discos - Indiakas - señales-

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 3^{ER} TRIMESTRE - 4 – 6 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

3^{ER} CURSO - UNIDAD DIDÁCTICA - 13 “ D. ALTERNATIVOS: FLOORBAL ”

COMPETENCIAS

1- Lingüística

- Uso correcto de los términos relacionados con la actividad

2-Matemática

- Conteos de acciones realizadas
- Acciones relacionadas con conceptos espaciales

5- Social y cívica

- Utilización de la actividad física para mejorar la relación

7- Conciencia y expresión cultural

- Conocimiento y práctica de juegos y actividades nuevas.

OBJETIVOS.-

- 1.5- Ver la actividad física como un medio de disfrute y relación
- 4.4- Actuar en actividades físicas lúdicas independiente del sexo, raza, etc. de los componentes del grupo
- 7.1- conocer y practicar actividades físicas no propias del entorno habitual y conocer su procedencia -floorball
- 9.1- adquirir autonomía en la practica de la actividad física

CONTENIDOS

Bloque 2

- Manejo de objetos y manipulación de móviles propios del área.
- Formas y posibilidades del movimiento manejando objetos.
- Seguimiento de trayectorias e interceptación de móviles

Bloque 4.

- Respeto hacia las medidas de seguridad dadas.

Bloque 5

- Valoración de la diversidad de juegos de otras culturas
- Respeto hacia las personas que participan en el juego
- Rechazo hacia comportamientos antisociales y a los estereotipos sexistas.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento y relajación

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:-Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Lanzar, pasar y recibir, conducir pelotas u otros móviles, sin perder el control de los mismos, adecuando los movimientos a las trayectorias,
- Respetar las normas del juego, manifestando actitudes de respeto hacia sus compañeros y compañeras y evitando actitudes de rivalidad, estereotipos o prejuicios;
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general atendiendo a las diferentes posibilidades de movimiento de las principales articulaciones y finalizarla con la práctica de la relajación global
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Adapta las habilidades motrices básicas a la práctica de nuevos juegos- desplazarse manejando un stick- conducir móviles, etc.
- Conoce los gestos básicos de un juego nuevo- floorball.
- Conoce y respeta las medidas de seguridad dadas en el manejo del stick en relación a los compañeros
- Conoce las características e historia de algún juego nuevo -floorball

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . Sticks o bastones - pelotas- señales- conos-

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 3^{ER} TRIMESTRE - 4-5 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

COMPETENCIAS

1- Lingüística

- Uso correcto de los términos relacionados con la actividad

2-Matemática

- Conteos de acciones realizadas
- Acciones relacionadas con conceptos espaciales

5- Social y cívica

- Utilización de la actividad física para mejorar la relación

7- Conciencia y expresión cultural

- Conocimiento y práctica de juegos y actividades nuevas.

OBJETIVOS.-

- 1.5- Ver la actividad física como un medio de disfrute y relación
- 4.4- Actuar en actividades físicas lúdicas independiente del sexo, raza, etc. de los componentes del grupo
- 7.1- conocer y practicar actividades físicas no propias del entorno habitual y conocer su procedencia -palas
- 9.1- adquirir autonomía en la práctica de la actividad física

CONTENIDOS

Bloque 2

- Manejo de objetos y manipulación de móviles propios del área.
- Formas y posibilidades del movimiento manejando objetos.
- Seguimiento de trayectorias e interceptación de móviles

Bloque 4.

- Respeto hacia las medidas de seguridad dadas.

Bloque 5

- Valoración de la diversidad de juegos de otras culturas
- Respeto hacia las personas que participan en el juego
- rechazo hacia comportamientos antisociales y a los estereotipos sexistas.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física. Calentamiento y relajación

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:-Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- Golpeos de móviles con ayuda de una pala.
- Golpeos después de bote en la pared.
- Golpeo después de bote en suelo previo golpeo de un compañero
- Juego de golpes sin bote,
- Respetar las normas del juego, manifestando actitudes de respeto hacia sus compañeros y compañeras y evitando actitudes de rivalidad, estereotipos o prejuicios;
- Comenzar la actividad física con un calentamiento general atendiendo a las diferentes posibilidades de movimiento de las principales articulaciones y finalizarla con la práctica de la relajación global
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Adapta las habilidades motrices básicas a la práctica de nuevos juegos- golpes de móviles con ayuda de la pala, etc.
- Conoce y practica los gestos básicos de un juego nuevo- palas.
- Conoce y respeta las medidas de seguridad dadas en el manejo de la pala en relación a los compañeros
- Conoce las características e historia de algún juego nuevo – las palas

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . Palas- pelotas- cuerdas y postes-

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN 3^{ER} TRIMESTRE - 4 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

COMPETENCIAS

3.- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.

- Entender y valorar la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud, adquiriendo el hábito de practicarla de forma regular y desarrollando actitudes críticas ante el fenómeno del sedentarismo
- Adquirir hábitos saludables de alimentación, de higiene y de cuidado del cuerpo comprendiendo la relación entre alimentación y actividad física

5 Competencia social y ciudadana.

- Participar, tomar decisiones y comportarse con responsabilidad

OBJETIVOS.-

- 1.5 Ver la actividad física como medio de disfrute y relación
- 2.3 Consolidar hábitos de higiene personal específicos de la E. F.
- 2.4 Conocer normas básicas de alimentación relacionadas con la actividad física
- 2.5 Desarrollar una actitud responsable hacia el propio cuerpo y el de los demás
- 3.3 Desarrollo global de las habilidades motrices básicas
- 8.1 Conocer y practicar distintas actividades físicas que constituyen parte del entorno habitual
- 8.2 Utilizar adecuada y responsablemente los materiales y espacios empleados para el desarrollo de la actividad física

CONTENIDOS

- Conciencia y control del cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración
- Utilización de las habilidades básicas en medios y situaciones estables y conocidos
- Mejora las cualidades físicas básicas de forma genérica y orientada a la ejecución motriz (nivel1)
- Participación en juegos e iniciación a la práctica de actividades deportivas
- Adquisición de hábitos posturales y alimentarios saludables, relacionados con la actividad física y consolidación de hábitos de higiene corporal, dirigidos al autocuidado
- Hábitos de relación abierta y respetuosa en la participación de actividades físicas colectivas

EVALUACIÓN

Formativa:- Seguimiento del proceso de mejora, dificultades encontradas, etc.

Personalizada:- Observación individual de mejoras, dificultades, soluciones que encuentra

Cualitativa:-

O. Directa:- Anotaciones en la planilla de la clase de las conductas observadas.

Se valorará si el niño o la niña es capaz de:

- De asistir de forma regular a las sesiones de piscina con el material adecuado
- Participar en las actividades marcadas.
- Respeto por las iniciaciones, normas, uso de materiales e instalaciones
- Respeto hacia los “monitores de apoyo” y compañeros del grupo
- Realización del aseo posterior a la clase de E. F.

ESTANDARES DE APRENDIZAJE

- Adapta el desplazamiento según las necesidades del entorno- piscina
- Conoce los gestos básicos de deportes – natación
- Incorpora a sus rutinas de higiene el cambio de ropa, la ducha, etc. en las sesiones de la piscina
- Reconoce y practica los efectos de una buena alimentación- aperitivo posterior a sesión en la piscina

METODOLOGIA

Comentarios - Exposición- demostraciones.

Mando directo- R. problemas –

Realización de las actividades propuestas individual - agrupamientos variados

RECURSOS . material personal de aseo- bañador – chanclas- toalla - gorro - gafas - etc.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Actividad motriz y pruebas realizadas
- Comportamiento
- Esfuerzo
- Higiene

PORCENTAJES

60%

20%

10%

10%

UBICACIÓN según programa de FDA - 15 SESIONES

AUTOEVALUACIÓN

- ¿Qué porcentaje de alumnos ha alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?

REQUISITOS MÍNIMOS FINALES

TERCERO:

- Conoce los huesos y músculos básicos del aparato locomotor.
 - Controla de forma voluntaria los distintos tipos de respiración.
 - Consigue relajarse después de un período de tensión y/o actividad.
 - Se asea de forma habitual después de la clase de Educación Física.
 - Respeta las normas de uso del espacio y del material en relación con la clase de Educación Física.
-
- Distingue el concepto de simetría.
 - Sabe situarse en el espacio en relación a otras personas.
 - Distingue entre duraciones largas y cortas.
 - Actúa con generosidad, amabilidad, deferencia, nobleza, sinceridad, bondad.
-
- Coordina los movimientos de brazos y piernas en cualquier tipo de desplazamiento.
 - Realiza la voltereta hacia delante.
-
- Realiza representaciones sencillas utilizando el movimiento y la música.
 - Mejora la espontaneidad y la creatividad en los movimientos.
 - Muestra actitudes de autonomía, igualdad, confianza y respeto a las opiniones de los demás.
-
- Identifica y diferencia los elementos que configuran los juegos.
 - Participa de forma activa en los diferentes juegos valorando el placer de jugar sobre los resultados.
 - Respeta las reglas de juego.
 - Colabora con sus compañeros/as para lograr un objetivo común.
 - Muestra actitudes de respeto, ayuda, capacidad para compartir, orden y cortesía.
-
- dopta una buena actitud corporal en posturas básicas.
 - Sus capacidades físicas corresponden con el momento de desarrollo motor.
 - Adapta la respiración a la intensidad del esfuerzo físico.
 - Practica hábitos de cuidado e higiene personal en relación con la clase de Educación Física (aseo, ropa adecuada...)
 - Respeta las normas de uso y cuidado de los diferentes espacios y materiales.
 - Muestra actitudes de compromiso, concienciación, esfuerzo, auto-obligación y asume las consecuencias de los propios actos, alegría y satisfacción.