

PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA



TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CURSO 2024-25

CEIP JOSÉ ORTEGA Y GASSET

1. JUSTIFICACIÓN	3
2. OBJETIVOS DE ETAPA	4
3. COMPETENCIAS CLAVE.....	5
4. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	9
5. CONTENIDOS (SABERES BÁSICOS, ELEMENTOS TRANSVERSALES, RELACIÓN CON OTRAS ÁREAS).....	12
5.1. Saberes básicos, contenidos y su relación con los criterios	12
5.2. Contenidos transversales.....	14
5.3. Relación con otras áreas	15
6. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES	17
7. METODOLOGÍA	18
8. EVALUACIÓN	19
5.1. Evaluación del proceso de aprendizaje	19
5.2. Criterios de calificación	20
5.3. Evaluación del proceso de enseñanza	20
9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	20
10. DESARROLLO DE LAS UNIDADES	22

1. JUSTIFICACIÓN

La Educación Física se presenta como un área fundamental para el desarrollo de nuestro alumnado en todas sus vertientes: psicológica, socio afectiva, evolutiva y motriz.

Es por ello por lo que debemos dar respuesta a todas las necesidades que se nos plantean desde nuestra área para conseguir un mayor enriquecimiento del alumnado mediante propuestas lúdico-pedagógicas.

La asignatura de Educación Física 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”. (BOE, núm. 52., p.19406).

La Educación Física en la Educación Primaria tiene como principales objetivos “el desarrollo de las capacidades motrices, la adquisición de hábitos saludables y de conducta y la práctica de actividades físicas, deportivas y artísticas.” (BOCM, núm. 175, p. 72).

El sedentarismo, los malos hábitos alimentarios y la falta de actividad física entre otros, son los responsables de muchas enfermedades. Los hábitos alimentarios y comportamientos sedentarios que se desarrollan en la infancia y se consolidan durante la adolescencia, son muy difíciles de modificar en la edad adulta (Ros, 2007); por eso, la mejor edad para intervenir sobre ambos es durante la etapa de Primaria.

Por tanto, el reto al que nos enfrentamos es mayúsculo: combatir el sedentarismo y los malos hábitos alimentarios a través de un trabajo competencial y garantizando un aprendizaje integral en nuestro alumnado, logrando así un incremento de la calidad de vida y reivindicando la importancia de la salud.

Tal es la importancia de la salud hoy en día que en los nuevos currículos surgidos de la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo (LOE), modificada por la LOMLOE se hacen numerosas referencias a la adquisición de hábitos saludables. En concreto, el Real Decreto 157/2022 del 1 de marzo por el cual se establece el currículo básico de la Educación Primaria, especifica que la “Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud”. Además, menciona que la “Educación Física en las edades de escolarización debe tener una presencia importante en la jornada escolar si se quiere ayudar a paliar el sedentarismo, que es uno de los factores de riesgo identificados, que influye en algunas de las enfermedades más extendidas en la sociedad actual.” Se atenderá asimismo al nuevo DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.

Desde esta programación se plantea atender a la diversidad, construyendo un modelo de escuela inclusiva; una escuela que conforme sociedades del conocimiento, que acepte que lo normal es que seamos diferentes, una escuela que promueva en sus aulas, en sus sesiones y con su alumnado, la democracia, la equidad, la igualdad, la pluralidad y la pertenencia al grupo, pero más aún que forme alumnos que reconozcan que lo más normal es que afortunadamente seamos diferentes.

Por ello, como docentes debemos realizar una buena planificación elaborada de C/Orense, 87. 28020 Madrid. Teléfono: 915720997. Fax: 915701341.
Correo electrónico: cp.ortegaygasset.madrid@educa.madrid.org

manera ordenada y sistemática, que busque la eficacia en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Con ello pretendemos asegurar que el alumno o alumna conozca su cuerpo, sus posibilidades, adquiera hábitos y destrezas que le permitan alcanzar una condición de vida sana y que valore el movimiento como una forma de comunicación social e interpersonal para aumentar la calidad de vida alumnos y al mismo tiempo, alcanzar un desarrollo máximo integral.

Por último, es importante recalcar algunas de las características de esta programación como que sea abierta y flexible. Desde el año de la pandemia, debemos estar más que nunca preparados para cualquier imprevisto y saber adaptarnos a ello, dejar abierta la posibilidad de cualquier cambio ya sea en temporalización, organización de espacios y materiales o incluso prevenir una docencia online.

2. OBJETIVOS DE ETAPA

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

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

- h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.
- i) Iniciarse en la utilización, para el aprendizaje, de las Tecnologías de la información y la Comunicación desarrollando un espíritu crítico ante los mensajes que reciben y elaboran.
- j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan su cuidado.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
- n) Fomentar la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico

3. COMPETENCIAS CLAVE

Competencia en comunicación lingüística (CCL)

- Utilizar el lenguaje como medio de comunicación
- Expresarse de forma adecuada.
- Conocer el vocabulario específico del área.
- Obtener gran variedad de intercambios comunicativos en las actividades físicas lúdicas.

Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)

- Figuras geométricas básicas.
- Valorar el conocimiento del cuerpo y de sus capacidades motrices y expresivas.
- Entender y valorar la actividad física como elemento indispensable para

preservar la salud.

- Adquirir el hábito de practicar actividad física de forma regular.
- Adquirir hábitos saludables de alimentación, de higiene y de cuidado del cuerpo.
- Explorar sensorialmente el espacio, aplicando la información obtenida a sus actividades motrices.
- Desarrollar el sentido de la orientación y saber utilizar diferentes recursos para orientarse.
- Tener habilidad para interactuar con el espacio circundante.
- Manipular aparatos para realizar actividades físicas.

Competencia digital (CD)

- Visualizar vídeos relacionados con la asignatura

Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

- Conocerse a sí mismo, las propias posibilidades y carencias a través de las actividades físicas y expresivas.
- Desarrollar el sentimiento de competencia o eficacia personal.
- Favorecer la motivación, la confianza en uno mismo y el gusto por aprender.
- Ser consciente de lo que puede hacer por sí mismo y de lo que puede hacer con la ayuda de los demás.
- Adquirir recursos de cooperación en actividades físicas comunes.
- Utilizar los conocimientos adquiridos en situaciones diferentes.
- Afrontar la toma de decisiones de manera racional.

Competencia Ciudadana (CC)

- Utilizar la actividad física para facilitar la relación, la integración y el respeto.
- Aceptar y respetar las reglas del juego acordadas entre todos.
- Asumir las diferencias en la actividad física, así como las posibilidades propias y ajenas.
- Participar, tomar decisiones y comportarse con responsabilidad.
- Trabajar en equipo, cooperando y asumiendo responsabilidades.

- Habituarse a cuidar y a mantener el orden en sus pertenencias y en su entorno.
- Cuidar y conservar los materiales.
- Mostrar actitudes de respeto hacia los demás y hacia uno mismo.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEE)

- Organizar de forma individual y colectiva actividades físicas lúdicas y actividades expresivas.
- Desarrollar los valores personales de la responsabilidad y la perseverancia.
- Desarrollar las habilidades sociales del respeto a los demás, la cooperación y el trabajo en equipo.
- Ser capaz de buscar soluciones a los problemas planteados y de llevarlas a la práctica.
- Desarrollar la iniciativa y la creatividad.
- Esforzarse por alcanzar resultados creativos, originales y sinceros en su expresividad.
- Tener una visión estratégica de los retos para cumplir los objetivos de los juegos y otras actividades físicas, y motivarse para lograr el éxito.
- Utilizar las actividades físicas y el lenguaje corporal para ampliar y mejorar sus relaciones sociales.

Competencia plurilingüe (CP)

-Usa, al menos, una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos de los ámbitos personal, social y educativo.

-A partir de sus experiencias, reconoce la diversidad de perfiles lingüísticos y experimenta Estrategias que, de manera guiada, le permiten realizar transferencias sencillas entre distintas lenguas para comunicarse en contextos cotidianos y ampliar su repertorio lingüístico individual.

-Conoce y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno, reconociendo y comprendiendo su valor como factor de diálogo, para mejorar la convivencia.

Competencia en Conciencia y expresiones culturales (CCEC)

- Expresar ideas, sensaciones y sentimientos utilizando como recursos el cuerpo y el movimiento.

- Apreciar las manifestaciones culturales de la motricidad humana (juegos tradicionales, danza).
- Experimentar con el lenguaje del cuerpo.
- Experimentar formas de comunicación a través de la danza expresiva.
- Interesarse por las formas de comunicación no verbal.
- Desarrollar la iniciativa, la imaginación y la creatividad.
- Apreciar las iniciativas y las aportaciones de los demás.
- Utilizar las manifestaciones artísticas como fuentes de enriquecimiento y disfrute.
- Conocer la riqueza cultural mediante la práctica de diferentes juegos y danzas.

4. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y SUS CRITERIOS DE EVALUACIÓN

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
1. Adoptar un estilo de vida activo y adecuado practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.	1.1. Reconocer los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria. 1.2. Integrar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene en la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 1.3. Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, conocer los primeros auxilios fundamentales, reconocimiento básico y el protocolo PAS (proteger, avisar, socorrer) reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos. 1.4. Identificar y abordar conductas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a la desigualdad, en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, y evitando activamente su reproducción.
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual o grupal, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios, si es preciso, durante el proceso, y generando producciones motrices de calidad, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido. 2.2. Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de colaboración, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

	2.3. Adquirir un control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial. Tomar conciencia de la importancia de la atención selectiva y la anticipación perceptiva en situaciones de juego regladas y su transferencia a situaciones cotidianas.
3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia.	3.1. Participar en actividades motrices, desde la regulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones (introspección, motivación) y expresándolas de forma asertiva. Gestionar estrategias para superar las diferencias individuales en una práctica lúdica. 3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo la derrota como parte del mismo y las actuaciones de compañeros y rivales. Poner en marcha actuaciones que se opongan a acciones contrarias a la buena práctica deportiva, aquellas que muestren una amenaza a la misma (hábitos no adecuados, conductas violentas y manipulación del juego). 3.3. Convivir mostrando en el contexto de las prácticas motrices habilidades sociales, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante cualquier tipo de diversidad, haciendo especial hincapié en el fomento de la igualdad.

4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico- deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	4.1. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, reconociendo y transmitiendo su valor cultural y su potencial como espacio generador de buenas relaciones entre personas con orígenes diferentes y entendiendo las ventajas de su conservación. 4.2. Valorar el deporte como fenómeno cultural y los comportamientos discriminatorios que a veces suceden en su contexto, rechazándolos y adoptando actitudes que eviten su reproducción en el futuro y que persigan la equidad. 4.3. Reconocer el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios de personas y colectivos referentes del deporte, necesarios para alcanzar un rendimiento deportivo ejemplar, su respuesta y su actitud ante la competición, el éxito o la derrota. 4.4. Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	5.1. Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una visión cuidadosa del entorno y comunitaria.

5. CONTENIDOS (SABERES BÁSICOS, ELEMENTOS TRANSVERSALES, RELACIÓN CON OTRAS ÁREAS)

5.1. Saberes básicos, contenidos y su relación con los criterios

A. Vida activa y saludable

- Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación higiénico postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo. (Ce 1.1.)
- Vida saludable: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte. Aceptación de distintas tipologías corporales para practicar en igualdad, actividades físico-deportivas según la competencia motriz. (Ce 1.1., Ce 3.4.)
- Salud mental: Consolidación y ajuste realista del concepto de uno mismo, teniendo en cuenta la igualdad. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental. (Ce 1.4., Ce 3.4.)

B. Organización y gestión de la actividad física

- Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos y agonísticos. (Ce 2.1., Ce 2.2.)
- Actitudes consumistas en torno al equipamiento. Análisis de la adquisición de material para la práctica físico-deportiva. (Ce 5.1.)
- Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas. (Ce 1.2.)
- Planificación y regulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y evaluación del resultado. (Ce 2.1.)
- Toma de medidas (previas y durante) de prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general, conciencia y responsabilidad en función de los requerimientos de la tarea y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Correcta utilización de materiales. (Ce 1.2., Ce 1.3.)
- Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Posición lateral de seguridad. Primeros auxilios básicos (Ce 1.3.)

C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. (Ce 2.2., Ce 2.3.)
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones complejas crecientes; organización espacial del propio cuerpo y de sus compañeros (percepción de distancias y trayectorias, orientación en el espacio), temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la intercepción de trayectorias de

móviles). (Ce 2.3.)

- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad). (Ce 2.3.)
- Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica y táctica en actividades físico-deportivas: aspectos principales. Iniciación a la práctica deportiva, gestos técnicos básicos. (Ce 2.3.)
- Creatividad motriz: identificación de estímulos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Adaptación del movimiento a diferentes entornos y situaciones de colaboración y oposición. (Ce 2.3., Ce 4.4.)

D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices

- Gestión emocional que pueda desencadenar actitudes, conductas y estados que dificultan el desarrollo personal y escolar: ansiedad, estrés, ira, tristeza y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento: Introspección, motivación, capacidad de expresión, (asertividad), como medio para superar las diferencias individuales en una práctica, lúdica o deportiva de todos y para todos. (Ce 3.1.)
- Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades. (Ce 2.1., Ce 2.2., Ce 3.2., Ce 3.4.)
- Concepto de *fairplay* o <<juego limpio>>. Aceptación y entendimiento de las normas de juego, de la derrota como parte del mismo, respeto a todos los agentes del ámbito deportivo. (Ce 3.2.)
- Acciones que muestren una amenaza a la práctica deportiva. Hábitos no adecuados, conductas violentas, manipulación del juego. (Ce 3.3.)
- Identificación, abordaje y rechazo de conductas discriminatorias y contrarias a la convivencia en situaciones motrices. (Ce 1.4., Ce 3.4.)

E. Manifestaciones de la cultura motriz

- Aportaciones de la cultura motriz, los juegos, a la herencia cultural de cada país y al conjunto global del planeta. (Ce 4.1., Ce 4.2.)
- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas. El significado de diferentes movimientos, posturas. Lenguaje corporal. (Ce 4.4.)
- Deporte e igualdad en el deporte amateur y profesional. Deportes asociados a hombres y mujeres. (Ce 4.2.)
- Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. Categorías, deportes, diversidad funcional y su capacidad para desarrollar cualquier disciplina deportiva. (Ce 3.2., Ce 4.2.)
- La cultura del esfuerzo para conseguir una meta. (Ce 4.3.)

F. Interacción eficiente y cuidadosa con el entorno

- Normas de uso: la educación vial desde la actividad física y deportiva. Movilidad segura y saludable Convivencia armoniosa y pacífica entre los distintos medios de locomoción y el peatón. Puesta en práctica de las normas básicas de circulación. (Ce 5.1.)
- Transporte activo seguro y no contaminante: bicicletas, patines, patinetes. Normas de uso

responsable y seguro del material y el entorno, conocimientos de mecánica básica, (pinchazos, ajuste de sillín...). (Ce 5.1.)

- Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación. Preparación y evaluación de los posibles riesgos que pueden darse en la actividad física. Maniobras básicas de primeros auxilios, técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). (Ce 1.3., Ce 5.1.)
- Consumo adecuado: Búsqueda, construcción, reparación y reutilización de elementos y materiales para la práctica motriz. (Ce 5.1.)
- Práctica de actividades físicas con cierto grado de autonomía en el medio natural y urbano: (Ce 5.1.)
- Cuidado del entorno próximo durante la práctica de actividad física en diferentes contextos e instalaciones en el medio natural u urbano. (Ce 5.1.)

5.2. Contenidos transversales

Establecidos en el decreto 61/2022:

1. Se integrarán de manera transversal los contenidos necesarios para que se eduque a los escolares en el respeto a la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres, y en la convicción de que la garantía de esa igualdad radica en compartir los mismos derechos y los mismos deberes.
2. Se fomentará el aprendizaje de la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, a la discapacidad y el rechazo a cualquier forma de violencia, terrorismo o xenofobia.
3. Se incorporarán, a su vez, contenidos de carácter transversal relacionados con la salud y estilos de vida responsable, el cuidado del medio ambiente, con el reconocimiento de posibles situaciones de riesgo derivadas de la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, así como con la protección ante emergencias y catástrofes.
4. Se fomentarán acciones y valores de respeto, deportividad y trabajo en equipo en todas las actividades deportivas, con la finalidad de prevenir actitudes y conductas antideportivas.
5. Los centros educativos promoverán acciones para la mejora de la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía. Asimismo, garantizarán la inclusión de contenidos transversales relacionados con la igualdad y la no discriminación.
6. Se diseñarán situaciones de aprendizaje que permitan afianzar en el alumnado el espíritu emprendedor, la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo y la confianza en sí mismo.

C/Orense, 87. 28020 Madrid. Teléfono: 915720997. Fax: 915701341.

Correo electrónico: cp.ortegaygasset.madrid@educa.madrid.org

7. Se incorporarán en las programaciones didácticas contenidos transversales relacionados con la educación vial y de primeros auxilios, al objeto de prevenir accidentes.

5.3. Relación con otras áreas

Las diferentes disciplinas o áreas ofrecen diferentes medios, instrumentos, métodos y modelos para conocer e interpretar la realidad única y global. Teniendo en cuenta esta condición y la obligatoriedad curricular del trabajo en equipo en esta etapa educativa, podemos establecer en líneas generales las relaciones entre el área de Educación Física y las demás áreas de aprendizaje.

ÁREA DE LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA

- **Comunicación con lenguaje no convencional.**
 - Uso del lenguaje no verbal en el desarrollo de las actividades: la imagen, el sonido, el gesto y el movimiento corporal.
 - Observar, aprender y utilizar los gestos y señales característicos de la actividad jugada y de la actividad deportiva.

ÁREA DE MATEMÁTICAS

- **Percepción y estructuración espacial.**
 - Puntos y sistemas de referencia: distancias, desplazamientos, giros, lanzamientos...
 - Comprensión de los elementos geométricos y de las formas del espacio: puntos, trayectorias sistemas de referencia, centro de gravedad...
- **Utilización de sistemas de numeración.**
 - Uso del sistema de numeración para medir: espacios (metro), tiempos (cronómetro), pulsómetro (frecuencia cardiaca), podómetro (pasos), peso, altura.
 - Uso del sistema de numeración para tanteos, formaciones de grupos, etc.
 - Uso de operaciones matemáticas en las actividades y juegos: división de grupos, sumas de puntuaciones obtenidas, multiplicaciones para hallar frecuencias cardíacas, etc.

ÁREA DE CIENCIAS NATURALES Y CIENCIAS SOCIALES

- **Actividades en la naturaleza y patio.**

o Uso del medio natural y del material existente en el mismo (piedras, conchas, piñas, árboles, fauna y flora en general) para realización de actividades.

- Utilización de la EF para sensibilizar acerca de las desigualdades sociales por sexo, raza, condiciones sociales, económicas o discapacidades...

- **El ser humano y la salud.**

- Aspectos básicos de las funciones de relación (sensaciones y movimientos) y nutrición (digestión, circulación, respiración, excreción).
- Los procesos de crecimiento y transformación del cuerpo (peso, talla, dentición, cambios puberales, etc.).
- La salud (factores y prácticas sociales que favorecen o perturban la salud).

ÁREA DE EDUCACIÓN ARTÍSTICA

- **Elementos del juego dramático.**

- El cuerpo como instrumento de comunicación y expresión.
- Recursos expresivos del cuerpo: el gesto y el movimiento.
- Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento.

- **Elementos del lenguaje musical.**

- Representación de bailes, danzas, etc.
- Para desarrollar las sesiones de Expresión Corporal en general.
- Uso de elementos musicales para marcar ritmos de ejecución (tambor, palillos).
- Uso de música variada para la realización de determinadas partes de la sesión de EF (música enérgica para animar al alumno/a y relajante para la vuelta a la calma).

ÁREA DE LENGUA EXTRANJERA

- **Adquisición del vocabulario técnico, específico de la actividad físico-deportiva.**
 - Comprensión y uso de la terminología específica del área de EF.
 - Asociar nombres a las actividades correspondientes.
 - Uso de la lengua inglesa en durante el desarrollo de la asignatura.

6. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES

Trim	Nº	UNIDAD	Número de sesiones
1 ^{er} Trim.	0	WELCOME	9
	1	COOPERATIVE GAMES	9
	2	CITTIUS , ALTIUS, FORTIUS	10
	3	FLAG FOOTBALL	11
	4	BODY EXPRESSION	11
2 ^º Trim.	5	SHOOTBAL	9
	6	BOTEBOL	9
	7	KINBAL	9
	8	COLPBOL	7
3 ^{er} Trim.	9	RONDIN	9
	10	LOOKING FOR THE TREASURE	9
	11	PLAYING LIKE OUR GRANDPAS	7
	12	SPECIAL OLIMPICS	6

7. METODOLOGÍA

El juego espontáneo y el reglado tienen un lugar importante en el aprendizaje y configuran una metodología que favorece el trabajo libre al principio para ir atendiendo a normas y reglas cada vez más elaboradas que constituyen el fundamento del deporte. La metodología ha de ser práctica y establecer una progresión en la actividad dosificando el esfuerzo desde actividades más cortas y frecuentes hasta las de mayor duración. También debe aprovechar las posibilidades del lenguaje corporal favoreciendo actividades como la danza y, en general, las de expresión corporal.

Principios metodológicos aplicables al área:

- Tener en cuenta el momento madurativo del alumnado.
- Respetar la lógica interna de las diversas situaciones motrices.
- Tener presente los elementos que afectan de manera transversal a todos los bloques como son las capacidades físicas y las coordinativas, los valores sociales e individuales y la educación para la salud.
- El abanico de actividades que se programen debe reflejar las manifestaciones culturales de la sociedad en la que vivimos ya sean novedosas, como las relacionadas con el ocio y el turismo activo o las actividades de fitness o bienestar, así como con las tradicionales ligadas a los juegos, deportes y manifestaciones artísticas.
- En cuanto a la adopción de hábitos saludables se destaca la importancia de que la Educación Física en la escuela debe tener una presencia importante en la jornada escolar para paliar el sedentarismo y enfermedades asociadas al mismo.
- Tener siempre presente que la conducta motriz es el principal objeto de la asignatura. Por ello hay que trabajar la exploración motriz y desarrollar las competencias motrices básicas. Las habilidades motrices básicas se irán complicando a medida que se progresa en los sucesivos cursos.
- Las propias actividades y la acción del docente ayudarán a desarrollar la posibilidad de relacionarse con los demás, el respeto, la colaboración, el trabajo en equipo, la resolución de conflictos mediante el diálogo y la asunción de las reglas establecidas, el desarrollo de la iniciativa individual y de hábitos de esfuerzo.
- El juego es un recurso imprescindible en esta etapa como situación de aprendizaje y como herramienta didáctica por su carácter motivador.

Las propuestas didácticas deben incorporar la reflexión y análisis de lo que acontece y la creación de estrategias para facilitar la transferencia de conocimientos de otras situaciones.

8. EVALUACIÓN

Se puede entender por evaluación como el elemento del currículo que nos informa si se han alcanzado o no los objetivos inicialmente marcados. El proceso de enseñanza-aprendizaje necesita, para su desarrollo, la elaboración de juicios contrastados que permitan comprenderlos y tomar decisiones que sirvan para la mejora de su funcionamiento. La evaluación, constituye de este modo, un elemento clave para orientar las decisiones curriculares. La LOMLOE y el DECRETO 61/2022, de 13 de julio determinan los principios y el carácter de la evaluación. De esta manera se entiende que la evaluación será sistemática (planificada de forma rigurosa), continua y formativa. Además, evaluaremos el proceso de enseñanza, nuestra práctica educativa y el desarrollo de capacidades por parte de los alumnos de acuerdo con los objetivos, competencias y contenidos adquiridos.

5.1. Evaluación del proceso de aprendizaje

En la evaluación del proceso de aprendizaje responderemos a las preguntas de “¿qué?, ¿cómo? y ¿cuándo?” evaluar.

La pregunta al “qué” evaluar en el proceso de aprendizaje la responderemos a través de los criterios de evaluación. Según el Decreto 61/2022, los criterios de evaluación y las competencias específicas evaluables serán los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias y el logro de los objetivos de etapa.

Para dar respuesta a “cómo” evaluar utilizaremos las siguientes técnicas con sus respectivos instrumentos.

- Observación: para esta técnica utilizaremos el registro anecdótico, listas de control, escalas de observación y rúbricas.
- Experimentación: realizaremos preguntas abiertas durante los coloquios para obtener información sobre opiniones, actitudes, problemas, motivaciones, conocimientos etc.

Por último y dando respuesta a “cuándo” evaluar, se entiende la evaluación como un proceso continuado que se llevará a cabo a lo largo de todo el curso, lo cual proporcionará una información abundante y contrastada. Por ello es importante indicar tres momentos:

- Evaluación inicial: la llevaremos a cabo al comienzo del curso para conocer el nivel de partida de nuestros alumnos y al comenzar cada unidad para ver los conocimientos previos sobre los temas que se van a tratar en la unidad.
- Evaluación procesual: realizada a lo largo del curso con el objetivo de hacer las modificaciones necesarias en la programación, en función de la evolución del grupo.

- Evaluación final: por un lado, evaluaremos la adquisición de objetivos y desarrollo de las competencias al final de cada unidad, y, por otro lado, al final de curso comprobaremos si los alumnos han alcanzado lo propuesto en nuestra programación.

5.2. Criterios de calificación

Los criterios de evaluación están relacionados con conocimientos, destrezas y actitudes que nuestro alumno debe adquirir a lo largo del año. Cada dimensión de las mencionadas anteriormente adquiere un porcentaje del total de la nota que reflejamos en la siguiente tabla:

Dimensiones	Aspectos evaluables	%
Conocimientos	Conocimiento de aspectos teóricos, juegos y reglas.	10
Destrezas	Ejecución motriz.	50
Trabajo diario	Esfuerzo, participación, compañerismo, respeto, puntualidad, valores deportivos, vestimenta adecuada,	40

5.3. Evaluación del proceso de enseñanza

Al igual que la evaluación del proceso de aprendizaje, responderemos a las mismas preguntas en la evaluación del proceso de enseñanza.

En lo referente al “qué” evaluar, evaluaremos la planificación que realizamos del proceso de enseñanza y el modo en que enseñamos.

La evaluación del proceso de enseñanza la realizaremos en tres momentos (cuándo): inicialmente observaremos si hemos planificado el curso, si conocemos a los alumnos, si comenzamos el curso con una programación ya hecha etc. A lo largo del curso (procesual) valoraremos nuestro modo de enseñar y planificar realizando los cambios que consideremos oportunos. Al final del curso realizaremos nuestra valoración personal indicando qué cosas mantendremos para otros cursos y qué cosas debemos cambiar.

Para evaluar la enseñanza (cómo) se utilizará en mecanismo de observación a través de una lista de control.

9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La atención a la diversidad procura dar respuesta a todas las diferencias que se dan en el ámbito escolar, teniendo en cuenta que las diferencias son enriquecedoras, se pretende dar una respuesta individualizada a las necesidades específicas de apoyo educ

ativo de los alumnos.

Para dar dicha respuesta educativa se partirá del propio currículo ordinario y del contexto escolar concreto para adecuarlos al alumno con el fin de potenciar la igualdad de oportunidades. Lo fundamental para atender a estos alumnos/as es poner en marcha medidas que cubran sus necesidades en un contexto lo más normalizado posible y que la organización del trabajo posibilite el desarrollo individual de cada alumno, con sus dificultades y su propio desarrollo social. Con este fin se plantearán situaciones de trabajo individual, grupal, juegos, asambleas, etc. donde confronten sus intereses con los de los otros.

A continuación, se exponen una serie de consideraciones generales para tratar a un alumno/a que presente alguna necesidad educativa:

- Partiremos siempre de una evaluación inicial que nos permita conocer sus características fisiológicas, morfofuncionales, afectivas, etc. Centrándonos siempre en lo que puede hacer y no en lo que no puede hacer.
- Derivado de esto plantearemos actividades progresivas y con diferentes niveles de solución de manera que no obliguen al alumno a afrontar riesgos considerables.
- Dichas actividades partirán de lo global a lo específico adecuando el criterio de diversidad al de especialización. Tendrán además posibilidades de adaptación para que puedan desarrollarlas todos los alumnos sin necesidad de realizar una ACI.
- No deben suponer planteamientos discriminatorios, pretendiéndose la integración de todos los alumnos/as en los grupos, así como la participación en grupos mixtos.

10. DESARROLLO DE LAS UNIDADES

UD 0 → WELCOME BACK		Temporalización	1 ^{er} Trimestre	Sesiones	9
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →3	1. Aplicar las habilidades motrices básicas, coordinación y equilibrio en la resolución de problemas motrices: 2. Respetar y aplicar las normas de funcionamiento del área	Bloque A → A1, A, A3 Bloque D → D1, D, D3, D4, D5			

UD 1 → COOPERATIVE GAMES		Temporalización	1 ^{er} Trimestre	Sesiones	9
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →2 CE →3 CE →4	1- Utilizar los recursos adecuados para resolver situaciones motrices en diferentes entornos, cooperando en la consecución de objetivos comunes. 2- Utilizar el equilibrio para practicar juegos cooperativos: 3- Practicar juegos cooperativos de carrera 4- Desarrollar las habilidades de lanzamiento a través de juegos cooperativos.	Bloque A → A1, A, A3 Bloque B → B1, B2, B3 Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			

UD 2 → ATHLETICS		Temporalización	1 ^o Trimestre	Sesiones	1
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →2 CE →3 CE →4	1. Practicar saltos de altura, longitud y multisalto, utilizando la técnica correcta y mejorando sus marcas. 2. Correr diferentes carreras de resistencia, velocidad yallas, adaptando y siendo consciente de sus capacidades motrices. 3. Cooperar en carreras de relevos para conseguir un objetivo común. 4. Lanzar con la mayor fuerza y precisión posible jabalinas, balones medicinales y Frisby.	Bloque A → A1, A, A3 Bloque B → B1, B2, B3 Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			

UD 3 → AMERICAN FOOTBALL		Temporalización	3 ^{er} Trimestre	Sesiones	11
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →2 CE →3 CE →4	1. Explorar un nuevo deporte 2. Desarrollar la coordinación óculo-manual a través de los lanzamientos 3. Iniciarse en el pensamiento táctico del deporte	Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D2, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			

UD 4 → BODY EXPRESSION		Temporalización	1 ^{er} Trimestre	SESIONES	11
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →2 CE →3 CE →4	1. Identificar y conocer las emociones propias y de los demás y expresarlas a través del uso del cuerpo. 2. Mejorar la autonomía y creatividad. 3. Desarrollar coreografías grupales.	Bloque A → A1, A2, A3 Bloque B → B1, B2, B3 Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D2, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			
UD 5 → SHOTBALL		Temporalización	2 ^o Trimestre	Sesiones	9
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →2 CE →3 CE →4	1- Botar el balón, de manera controlada, en distintas direcciones y utilizando ambas manos. 2- Lanzar manera precisa, en situaciones estáticas y en movimiento 3- Utilizar distintos tipos de pase. 4- Utilizar diferentes recursos de ataque y defensa en juego individual y colectivo	Bloque A → A1, A2, A3 Bloque B → B1, B2, B3 Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D2, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			

UD 6 → BOTEVOL		Temporalización	2 ^o Trimestre	Sesiones	9
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →2 CE →3 CE →4	1- Utilizar ambas manos para golpear el balón de manera controlada, en distintas direcciones. 2- Utilizar diferentes recursos de ataque y defensa de Botebol en juego individual y colectivo. Conocer las normas básicas. 3- Utilizar ambas manos para golpear y recepcionar el balón de Botebol 4- Conoce y aplica el reglamento básico del Botebol	Bloque A → A1, A2, A3 Bloque B → B1, B2, B3 Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D2, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			

UD 7 → KINBALL		Temporalización	2 ^{er} Trimestre	Sesiones	9
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →2 CE →3 CE →4	1- Utilizar ambas manos para golpear y recepcionar el balón de Kin-ball. 1.1. Golpear el balón de Kin-ball en dirección ascendente y por encima de su cabeza. 2- Conocer y aplicar el reglamento básico del Kin-ball 2.1. Conocer el conteo de puntos.	Bloque A → A1, A, A3 Bloque B → B1, B2, B3 Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			

UD 8 → COLPBOL		Temporalización	2 ^{er} Trimestre	Sesiones	7
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →2 CE →3 CE →4	1- Utilizar ambas manos para golpear el balón de manera controlada, en distintas direcciones. 2- Utilizar diferentes recursos de ataque y defensa de Colpbol en juego individual y colectivo. Conocer las normas básicas. 2.1. Buscar pases a sus compañeros desmarcados 2.2. Conocer el conteo de puntos.	Bloque A → A1, A, A3 Bloque B → B1, B2, B3 Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			

UD 9 → KICK THE BALL AND RONDIN		Temporalización	3 ^{er} Trimestre	Sesiones	9
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →2 CE →3 CE →4	1- Golpear el balón con el pie de manera controlada, en distintas direcciones y utilizando ambos pies 2- Lanzar de manera potente y precisa con el balón movimiento 3- Utilizar ambas manos para recepcionar y pasar el balón en situaciones defensivas Utilizar diferentes recursos de ataque y defensa en juego individual y colectivo	Bloque A → A1, A, A3 Bloque B → B1, B2, B3 Bloque C → C1, C2, C3, C4 Bloque D → D1, D, D3, D4, D5 Bloque E → E1, E2, E3, E4			

UD 10 → LOOKING FOR THE TREASURE		Temporalización	3 ^{er} Trimestre	Sesiones	9
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE →2 CE →3 CE →4 CE→5	1-Saber orientarse en un mapa sencillo 2-Leer y elaborar mapas sencillos 3- Colaborar con los compañeros/as en las tareaspropuestas sobre orientación 4- Respetar el medio natural, participando en suconservación y mejora	Bloque A → A1, A, A3 Bloque B → B1,B2,B3 Bloque C→ C1, C2,C3,C4 Bloque D → D1,D,D3,D4,D5 Bloque E→ E1, E2, E3, E4 Bloque F → F1,F2,F3,F4			

UD 11 → PLAYING LIKE OUR GRANDPARENTS		Temporalización	3 ^{er} Trimestre	Sesiones	7
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE →1 CE→2 CE→3 CE →4	1-Practicar juegos populares y tradicionales de carrera2- Utilizar la agilidad y el salto para práctica juegos populares y tradicionales. 3- Desarrollar las habilidades de lanzamiento a través dejuegos populares. 4- Investigar sobre juegos tradicionales de distintos países	Bloque A → A1, A, A3 Bloque B → B1,B2,B3 Bloque C→ C1, C2,C3,C4 Bloque D → D1,D,D3,D4,D5 Bloque E→ E1, E2, E3, E4			

UD 12 → SPECIAL OLIMPICS		Temporalización	3 ^{er} Trimestre	Sesiones	6
COMPETENCIA ESPECÍFICA	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	CONTENIDOS/SABERES BÁSICOS			
CE→1 CE →2 CE →3 CE →4	1- Conocer y practicar juegos y deportes para personasinvidentes 2- Conocer y practicar juegos para personas con discapacidad auditiva. 3- Conocer y practicar juegos y deportes para personas condiscapacidad motórica 4- Conocer y respetar los deportes más importantes de losjuegos paralímpicos.	Bloque A → A1, A, A3 Bloque B → B1,B2,B3 Bloque C→ C1, C2,C3,C4 Bloque D → D1,D,D3,D4,D5 Bloque E→ E1, E2, E3, E4			

