

CEIP. ROSALÍA DE CASTRO

# **PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA**

**SEGUNDO CICLO ED.  
PRIMARIA**

**C.E. 2025/2026**

---

ÍNDICE

|                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------|----|
| 1. OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA.....                           | 3  |
| 2. TRATAMIENTO DE LOS CONTENIDOS<br>TRANSVERSALES.....            | 20 |
| 3. MÉTODOS PEDAGÓGICOS.....                                       | 21 |
| 4. ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DE LOS<br>ALUMNOS..... | 21 |
| 5. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE LA<br>PROGRAMACIÓN.....           | 22 |
| 6. PLAN DE ACTUACIÓN CON EL ALUMNADO CON ÁREAS<br>PENDIENTES..... | 23 |
| 7. MEDIDAS PARA EVALUAR LA PRÁCTICA DOCENTE.....                  | 23 |
| 8. UNIDADES DE PROGRAMACIÓN<br>DIDÁCTICA.....                     | 24 |

**1.- OBJETIVOS GENERALES DE LA ETAPA.**

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar poniéndose en el lugar del otro, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como su participación en una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.
- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua española y desarrollar hábitos de lectura.
- f) Adquirir en, al menos, la lengua inglesa, la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas en este idioma.
- g) Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.
- h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.
- i) Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.
- j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios y estereotipos de cualquier tipo.
- n) Desarrollar hábitos cotidianos de movilidad activa autónoma saludable, fomentando la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico.

### 1.1. Objetivos de Desarrollo sostenible.

La LOMLOE reconoce la importancia de atender al desarrollo sostenible de acuerdo con lo establecido en la Agenda 2030. Así, la educación para el desarrollo sostenible y la ciudadanía mundial ha de incardinarse en los planes y programas educativos de la totalidad de la enseñanza obligatoria, incorporando los conocimientos, capacidades, valores y actitudes que necesitan todas las personas para vivir una vida fructífera, adoptar decisiones fundamentadas y asumir un papel activo -tanto en el ámbito local como mundial- a la hora de afrontar y resolver los problemas comunes a todos los ciudadanos del mundo. La educación para el desarrollo sostenible y para la ciudadanía mundial incluye la educación para la paz y los derechos humanos, la comprensión internacional y la educación intercultural, así como la educación para la transición ecológica, sin descuidar la acción local, imprescindibles para abordar la emergencia climática, de modo que el alumnado conozca qué consecuencias tienen nuestras acciones diarias en el planeta y generar, por consiguiente, empatía hacia su entorno natural y social.

Para ello, en esta etapa se pondrá especial énfasis en garantizar la inclusión educativa, en la atención personalizada, en la prevención de las dificultades de aprendizaje y en la puesta en práctica de mecanismos de refuerzo tan pronto como se detecten estas dificultades. De igual modo, se trabajarán la educación para el consumo responsable y el desarrollo sostenible, la educación para la salud, incluida la afectivo-sexual. Asimismo, se pondrá especial atención a la educación emocional y en valores, entre los que se incluye la igualdad entre hombres y mujeres como pilar de la democracia.

Se prestará especial atención al conocimiento y respeto de los Derechos Humanos y de la Infancia, a los recogidos en la Constitución española, a la educación para el desarrollo sostenible y la ciudadanía mundial, a la función social de los impuestos y la justicia fiscal, a la igualdad de mujeres y hombres y al valor del respeto a la diversidad, fomentando el espíritu crítico, la cultura de paz y no violencia y el respeto por el entorno y los animales.

En la **Agenda 2030** se detallan 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que son metas que garantizarán un futuro mejor para todos. Son los siguientes:

1. Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo.
2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible.
3. Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.
4. Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida de todos
5. Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas.
6. Garantizar la disponibilidad de agua y su gestión sostenible y el saneamiento para todos.
7. Garantizar el acceso a una energía asequible, segura, sostenible y moderna para todos.
8. Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos.
9. Industria, innovación e infraestructuras.
10. Reducir la desigualdad en y entre los países.
11. Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles.
12. Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles.
13. Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos.
14. Conservar y utilizar en forma sostenible los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible.
15. Gestionar sosteniblemente los bosques, luchar contra la desertificación, detener e invertir la degradación de las tierras y detener la pérdida de la biodiversidad.

16. Promover sociedades justas, pacíficas e inclusivas.

17. Revitalizar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible.

En este sentido, nuestro centro pondrá en marcha algunos mecanismos y llevará a cabo actividades encaminadas a la consecución de dichos ODS. Algunas de ellas son:

- Programa de control postural "Cuida tu espalda".
- Programa de fomento de la autonomía para acnees.
- Programa de desayunos saludables.
- Actividades de fomento del deporte.
- Realización de actividades lúdico-deportivas inclusivas "Día de la Discapacidad".
- Charlas dirigidas por la Guardia Civil encaminadas a erradicar el bullying.
- Charlas relativas diversidad sexual y de género.
- Establecimiento de determinadas normas de convivencia que fomenten el ahorro de electricidad o agua tales como apagado de luces siempre que no estén siendo utilizadas, cierre de grifos, apertura o cierre de ventanas en función del tiempo atmosférico para controlar la temperatura,...
- Realización de campañas de donación de alimentos.
- Educación emocional y en valores, de manera transversal y con especial hincapié en las áreas de Gestión Emocional y Valores cívicos.
- Realización de reuniones y conversaciones frecuentes con alumnos donde puedan detectarse actitudes de discriminación.
- Fomento de la utilización del transporte público y otras formas de desplazamiento no contaminantes.
- Establecimiento de zonas y cubos de reciclaje.
- Fomentar el ahorro de papel incrementando el uso correcto y seguro de la tecnología.
- Instalación de cartelera que recuerde a toda la Comunidad Educativa los ODS.

## 2.- CONTENIDOS TRANSVERSALES.

De forma transversal, en todas las áreas se trabajarán los siguientes contenidos:

1. Respeto a la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.
2. 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. Educación para 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. Valores de respeto, deportividad y trabajo en equipo en todas las actividades deportivas, con la finalidad de prevenir actitudes y conductas antideportivas.
5. Mejora de la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía.
6. Igualdad y no discriminación.
7. Espíritu emprendedor, creatividad, autonomía, iniciativa, trabajo en equipo y confianza en sí mismo.
8. Educación vial y de primeros auxilios, al objeto de prevenir accidentes.

### 3.- MÉTODOS PEDAGÓGICOS.

Nuestra metodología se basará en los principios pedagógicos que establece la normativa vigente, poniendo especial énfasis en garantizar la equidad educativa. En todo caso, se considerará el nivel de desarrollo del alumnado y sus características individuales, y se asegurará una atención educativa personalizada, teniendo siempre en cuenta los contenidos transversales.

Así, podemos concretar la metodología de este curso en las siguientes características:

- I. Nuestra metodología se basa en la promoción de una educación integral orientada a formar personas...
  - Indagadoras y analíticas
  - Informadas y cultas
  - Reflexivas y críticas
  - Buenas comunicadoras
  - Colaboradoras y participativas
  - Comprometidas y éticas
  - Creativas
  - Respetuosas y con mentalidad abierta
- II. Planteamos proyectos con el foco puesto en el desarrollo sostenible desde el punto de vista medioambiental y social:
  - Pretendemos educar ciudadanos globales, personas comprometidas consigo mismas, con los demás y con el planeta.
  - Las unidades didácticas, las tareas, los proyectos, las actividades... permiten que el alumnado reflexione sobre los retos del siglo XXI y contribuya a la construcción de un mundo mejor.
- III. Planificamos una metodología conectada con la realidad que promueve el aprendizaje competencial. Para ello, cada unidad didáctica se organiza en torno a una situación de aprendizaje, una experiencia de aprendizaje (problema, tema, reto...) motivadora, real y cercana al alumnado. Las unidades siguen una ruta didáctica en cuatro fases:
  - Despertar de la curiosidad del alumno y tomar conciencia de la situación-problema.
  - Aprendizaje de los Saberes básicos/contenidos necesarios y desarrollo de las habilidades de pensamiento.
  - Paso a la acción: aplicación de lo aprendido en tareas complejas, con fuerte sentido competencial y actitudinal.
  - Consolidación, valoración de lo aprendido y personalización.
- IV. Integramos la enseñanza digital en el conjunto de un proyecto, para desarrollar la competencia digital del alumnado y también como herramienta de enseñanza y aprendizaje.
  - Alfabetización informacional
  - Competencias STEAM

Dentro de los estilos de enseñanza que utilizamos encontramos:

- ESTILOS TRADICIONALES: la modificación del mando directo y la asignación de tareas.
- ESTILOS DE ENSEÑANZA QUE FOMENTAN LA INDIVIDUALIZACIÓN DE LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA: grupos de nivel y grupos por intereses.
- ESTILOS DE ENSEÑANZA QUE POSIBILITAN LA PARTICIPACIÓN DEL ALUMNO: enseñanza recíproca, grupos reducidos y microenseñanza.
- ESTILOS DE ENSEÑANZA QUE IMPLICAN COGNITIVAMENTE AL ALUMNO. El descubrimiento guiado y la resolución de problemas, combinado con inclusión, creatividad e integración social.
- AMBIENTES DE APRENDIZAJE. Utilización del material y el espacio en educación física

Utilizaremos la instrucción directa para el aprendizaje de modelos técnicos o habilidades específicas, en cambio cuando lo que queramos es plantear situaciones cognitivas, problemas de táctica individual y colectiva, problemas de lógica motriz, lo abordaremos desde la enseñanza mediante la búsqueda. En cualquier caso no son verdades únicas ni excluyentes.

Siempre que la dificultad de la tarea lo permita abordaremos los aprendizajes de habilidades con estrategias globales, en otro caso nos ayudaremos de las analíticas. Clasificaremos las diversas formas de agrupamiento en los siguientes tipos:

- Trabajo individual: facilita la reflexión y consolidación de automatismos.
- Trabajo en equipo: desarrolla la capacidad de colaboración y permite el desarrollo de habilidades específicas.

- Grupo coloquial: el cual permite el intercambio de ideas, la confrontación de perspectivas.
- Gran grupo: que se utiliza para la exposición de ideas, síntesis iniciales y conclusiones.

Entre ellas se deberá mantener un equilibrio que armonice el desarrollo de las vertientes individual y social en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Además, cabe señalar que basamos nuestra metodología en el diseño universal para el aprendizaje (DUA), marco que se enfoca en la creación de ambientes de aprendizaje que sean accesibles y efectivos para todas las personas, independientemente de sus habilidades y características individuales.

A continuación, se presentan algunos ejemplos de actividades de diseño universal de aprendizaje que pueden ser implementadas en Educación Primaria:

1. Ofrecer múltiples opciones de representación: Proporcionar a los estudiantes varias maneras de acceder a la información, como imágenes, sonidos, videos y texto. Por ejemplo, leer un libro en voz alta, mostrar imágenes y utilizar objetos para representar conceptos.

2. Proporcionar múltiples opciones de acción y expresión: Permitir que los estudiantes demuestren su comprensión de diversas maneras, como dibujando, escribiendo, utilizando bloques de construcción, o actuando. Por ejemplo, permitir a los estudiantes crear una obra de teatro o una presentación de diapositivas en lugar de escribir un informe.

3. Ofrecer múltiples opciones de compromiso: Proporcionar actividades que sean interesantes y desafiantes para todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades. Por ejemplo, permitir a los estudiantes elegir entre varias opciones de actividades, como juegos, proyectos de arte y experimentos científicos.

4. Utilizar materiales y tecnología accesibles: Proporcionar tecnología y materiales que sean accesibles para todos los estudiantes. Por ejemplo, utilizar juegos y aplicaciones educativas en línea que sean accesibles para personas con discapacidades motoras, visuales o auditivas.

5. Proporcionar un ambiente de aprendizaje seguro y acogedor: Crear un ambiente de aprendizaje que promueva la inclusión y la diversidad. Por ejemplo, alentar a los estudiantes a trabajar juntos en grupos pequeños y celebrar la diversidad cultural y lingüística en el aula.

Algunos ejemplos de actividades de diseño universal de aprendizaje relacionados con el área de educación física serán:

1. Crear estaciones de habilidades motoras: En lugar de centrarse en un solo deporte o actividad física, se pueden crear estaciones con diferentes habilidades motoras para que los estudiantes puedan practicar y mejorar sus habilidades. Esto permitirá a los estudiantes con diferentes habilidades y capacidades participar en diferentes estaciones según sus intereses y capacidades.

2. Crear desafíos de equipo: En lugar de centrarse en deportes individuales, se pueden crear desafíos en equipo que incluyan diferentes habilidades motoras y niveles de dificultad. Por ejemplo, un desafío podría ser completar un circuito de obstáculos en el menor tiempo posible.

3. Incorporar tecnología: Los estudiantes pueden usar aplicaciones y dispositivos tecnológicos para medir su actividad física y establecer objetivos para mejorar su rendimiento físico. Además, se pueden utilizar juegos de videojuegos activos para

motivar a los estudiantes a moverse y participar en actividades físicas.

4. Utilizar actividades recreativas: En lugar de centrarse en deportes específicos, se pueden incorporar actividades recreativas como bailar, caminar o hacer senderismo, y otras actividades físicas que puedan ser más accesibles para estudiantes con diferentes habilidades y capacidades.

5. Enseñar a través del juego: Los juegos pueden ser una forma efectiva de enseñar habilidades motoras y conceptos relacionados con la educación física. Se pueden diseñar juegos que incorporen diferentes habilidades motoras y se puedan adaptar a diferentes niveles de habilidad.

6. Promover el aprendizaje colaborativo: Se pueden crear oportunidades de aprendizaje colaborativo donde los estudiantes trabajen juntos para lograr objetivos físicos. Por ejemplo, se puede organizar un juego de relevos donde los estudiantes trabajen en equipo para completar la carrera.

**4.- ESTRATEGIAS PARA UNA ADECUADA ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES.**

Las medidas educativas de atención a las diferencias individuales del alumnado, podrán ser **ORDINARIAS O ESPECÍFICAS**.

- MEDIDAS EDUCATIVAS ORDINARIAS.**

- Organización flexible de los espacios y los tiempos.
- Modificar la metodología para adoptar la más adecuada a cada caso.
- Actividades de apoyo y refuerzo de los aprendizajes.
- Actividades de ampliación y profundización.
- Flexibilidad en los agrupamientos.

|      |  |
|------|--|
|      |  |
| 3° A |  |
| 3° B |  |
| 4° A |  |
| 4° B |  |

- MEDIDAS EDUCATIVAS ESPECÍFICAS.**

|                                                     |  |  |  |
|-----------------------------------------------------|--|--|--|
|                                                     |  |  |  |
| NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES *                 |  |  |  |
| RETRASO MADURATIVO                                  |  |  |  |
| TRAST. LENGUAJE Y COMUNIC.                          |  |  |  |
| TRAST. ATENCIÓN                                     |  |  |  |
| TRAST. APRENDIZAJE.                                 |  |  |  |
| DESCONOCIMIENTO GRAVE LENGUA.                       |  |  |  |
| NECESIDADES DE COMPENSACIÓN EDUCATIVA               |  |  |  |
| ALTAS CAPACIDADES INTELECTUALES.                    |  |  |  |
| INCORPORACIÓN TARDÍA AL SISTEMA EDUCATIVO           |  |  |  |
| OTRAS CONDICIONES PERSONALES O DE HISTORIA ESCOLAR. |  |  |  |

|                                |      |      |  |      |
|--------------------------------|------|------|--|------|
| N.E.E.*                        | 3° A | 3° B |  | 4° B |
| DISCAPACIDAD INTELECTUAL       |      |      |  |      |
| DISCAPACIDAD MOTORA            |      |      |  |      |
| DISCAPACIDAD AUDITIVA          |      |      |  |      |
| DISCAPACIDAD VISUAL            |      |      |  |      |
| TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA |      |      |  |      |
| TRASTORNO DEL LENGUAJE         |      |      |  |      |
| TRASTORNO GRAVE DE LA CONDUCTA |      |      |  |      |
| PLURIDISCAPACIDAD              |      |      |  |      |
| RETRASO GENERAL DEL DESARROLLO |      |      |  |      |

Las medidas específicas de atención educativa que se aplicarán a los alumnos con necesidades educativas especiales serán:

- Adaptaciones curriculares, con modificación de contenidos y criterios de evaluación de las diferentes áreas. Si se abarcan contenidos o criterios del ciclo anterior, se consideran ADAPTACIONES CURRICULARES SIGNIFICATIVAS.
- Apoyo específico: de aquellas áreas en las que se presenten adaptaciones curriculares significativas.
- Aplicación de medidas específicas de acceso.
- Flexibilización de la enseñanza.

**ALUMNOS CON ADAPTACIÓN CURRICULAR:**

[illegible]

5.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DE 3°.

|                   | UNIDAD DIDÁCTICA | PONDERACIÓN EN EL TRIMESTRE | PONDERACIÓN EN EL CURSO |
|-------------------|------------------|-----------------------------|-------------------------|
| PRIMER TRIMESTRE  | 1                | 25%                         |                         |
|                   | 2                | 25%                         |                         |
|                   | 3                | 25%                         |                         |
|                   | 4                | 25%                         |                         |
|                   |                  | TOTAL 100%                  | 34%                     |
| SEGUNDO TRIMESTRE | 5                | 33%                         |                         |
|                   | 6                | 33%                         |                         |
|                   | 7                | 33%                         |                         |
|                   |                  | TOTAL 100%                  | 33%                     |
| TERCER TRIMESTRE  | 8                | 33%                         |                         |
|                   | 9                | 33%                         |                         |
|                   | 10               | 33%                         |                         |
|                   |                  | TOTAL 100%                  | 33%                     |

5.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DE 4°.

|                   | UNIDAD DIDÁCTICA | PONDERACIÓN EN EL TRIMESTRE | PONDERACIÓN EN EL CURSO |
|-------------------|------------------|-----------------------------|-------------------------|
| PRIMER TRIMESTRE  | 1                | 25%                         |                         |
|                   | 2                | 25%                         |                         |
|                   | 3                | 25%                         |                         |
|                   | 4                | 25%                         |                         |
|                   |                  | TOTAL 100%                  | 34%                     |
| SEGUNDO TRIMESTRE | 5                | 33%                         |                         |
|                   | 6                | 33%                         |                         |
|                   | 7                | 33%                         |                         |
|                   |                  | TOTAL 100%                  | 33%                     |
| TERCER TRIMESTRE  | 8                | 25%                         |                         |
|                   | 9                | 25%                         |                         |
|                   | 10               | 25%                         |                         |
|                   | 11               | 25%                         |                         |
|                   |                  | TOTAL 100%                  | 33%                     |

#### **6.- PLAN DE ACTUACIÓN CON EL ALUMNADO CON EL ÁREA PENDIENTE.**

Alumnos con un área suspensa, si superan el curso en el que están, aprueban el anterior. Para los casos suspensos en lengua o matemáticas, recibirán refuerzo educativo en las áreas correspondientes, cumplimentando un documento donde se recoge el plan de actuación (temporalización de refuerzos, profesores implicados, áreas a reforzar, objetivos, contenidos....)

#### **7.- MEDIDAS PARA EVALUAR LA PRÁCTICA DOCENTE.**

Además de evaluar de forma continua el proceso de aprendizaje de los alumnos, y los objetivos que han conseguido, también se evalúa el proceso de enseñanza. Para ello, al finalizar cada curso, se elabora un cuestionario en los que se evalúan aspectos como:

- El aula. Variables espaciales, materiales y organizativas.
- Organización personal.
- El centro. Variables espaciales, materiales y organizativas.
- Funcionamiento de los órganos colegiados: consejos escolares, claustros, reuniones CCP, reuniones de ciclo, equipo directivo...
- Documentos pedagógicos del centro.
- Relaciones con alumnos y padres.

#### **8.- UNIDADES DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.**

A continuación, se relacionan las unidades de programación didáctica relativas al área de educación física del segundo ciclo de educación primaria:

## UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA PARA EL 1º CURSO DEL 2º CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Desplazamientos"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Curso: 3º                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 1º                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Temporalización: Septiembre/octubre                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.1 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1.2 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1.3 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1.4 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2.2 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2.3 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.1 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3.2 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3.3 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

| <p>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.</p>                                                                              | <p>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 diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> </ul>                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | - <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                                                                                                                                                    | - <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                                                                                                                                         | - <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación teórica de los contenidos a trabajar.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Aprendizaje de un calentamiento para el comienzo de las clases y conseguir un trabajo autónomo.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 4: Video de técnica de carrera.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Video de técnica de carrera.</li> <li>- Materiales propios del área.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Lista de control                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Saltos"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 1°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Octubre                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                               | 1.1 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.2 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.2 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 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                                                                                                                                                   |
| 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                                                   | - <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación teórica de los contenidos a trabajar.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Video de técnica de salto de altura y longitud.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Video de técnica de salto de altura y longitud.</li> <li>- Materiales propios del área.</li> </ul>                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba evaluativa                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 100%                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Giros"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Trimestre: 1°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | Temporalización: Octubre/noviembre                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                |  | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |  |
| 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. |  | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |  |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          |  | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura                                                                                                                                                                                                                                         |  | 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                                                                                                                                                   |  |

| <p>motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                                                            | - <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación teórica de los contenidos a trabajar.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Vídeo de voltereta hacia delante, hacia atrás y lateral.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Vídeo de volteretas.</li> </ul>                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba evaluativa                                                                                                                                                                                                                   | <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                     | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Equilibrio"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 1°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Noviembre-diciembre                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

| <p>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.</p>                                                                              | <p>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 diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> </ul>                   |

|                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                           | - <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                  | - <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                       | - <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| - Recursos materiales propios del área                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba evaluativa                                                                                                                                         | <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                           | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Percepción y orientación espacial"                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Trimestre: 2°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | Temporalización: Enero                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                |  | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |  |
| 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. |  | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |  |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          |  | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |  |
| 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura                                                                                                                                                                                                                                         |  | 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                                                                                                                                                   |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                               | - <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Normas de uso:</b> educación vial para bicicletas, patines y patinetes. Movilidad segura y saludable. Uso de los elementos de seguridad (casco, luces, guantes, chalecos). Normas básicas de circulación, (circular por la derecha, en fila, señales básicas).</li> <li>- <b>Espacios naturales en el contexto urbano:</b> uso, disfrute seguro y mantenimiento. Conceptos básicos del uso responsable de los elementos lúdicos urbanos (cuidado de los materiales).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Vídeo de educación vial.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Vídeo de educación vial.</li> </ul>                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba evaluativa                                                                                                                                                                                      | <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                        | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Percepción espacio-temporal"                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 2°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Enero-febrero                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |
| 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura                                                                                                                                                                                                                                         | 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                                                                                                                                                   |

| <p>motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Práctica de actividades rítmicos-musicales con carácter artístico-expresivo.</b> Representar movimiento a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Ficha de "retos de la comba".</li> <li>- "Ficha de canciones populares"</li> </ul> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba evaluativa                                                                                                                                                            | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Mimo"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 2°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Febrero-Marzo                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

| <p><b>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.</b></p>                                                                              | <p><b>4.1</b> Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p><b>4.5</b> Reproducir en distintas combinaciones de movimiento o coreografías individuales y grupales que incorporan prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| situaciones motrices.                                                                                                                                                                         | <p>Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul>                                                   |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Usos comunicativos de la corporalidad:</b> comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples. Representación de escenas cotidianas.</li> <li>- <b>Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</b> Representar movimiento a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Vídeos de mimo.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Vídeos de mimo.</li> </ul>                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Autopueba evaluativa                                                                                                                                                                          | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Baile"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 2° y 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Temporalización: Marzo-abril                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p>                                                                              | <p><b>4.1</b> Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p><b>4.5</b> Reproducir en distintas combinaciones de movimiento o coreografías individuales y grupales que incorporan prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.</p> |
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## CONTENIDOS

| BLOQUES                                                    | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul>                                                                                                             |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Usos comunicativos de la corporalidad:</b> comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples. Representación de escenas cotidianas.</li> <li>- <b>Práctica de actividades rítmicos-musicales con carácter artístico-expresivo.</b> Representar movimiento a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                       |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Videos de baile.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Videos de baile.</li> </ul>                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Autoprueba evaluativa                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 100%                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Actividades predeportivas"                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Abril-mayo                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p>                                                                              | <p><b>4.1</b> Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.2</b> Apremiar los logros de personas y colectivos referentes del deporte, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar el éxito y su actitud ante la derrota o los objetivos no conseguidos.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p><b>4.4</b> Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.</p>                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>CONTENIDOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>BLOQUES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| situaciones motrices.                                                                                                                                     | <p>Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul>                                                   |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Deporte e igualdad ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes.</b> Referentes en el deporte de distintos géneros. Personajes relevantes, en el deporte; identificación con las diferentes disciplinas que practican.</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Espacios naturales en el contexto urbano:</b> uso, disfrute seguro y mantenimiento. Conceptos básicos del uso responsable de los elementos lúdicos urbanos (cuidado de los materiales).</li> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>- <b>Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.</b> Diferentes posibilidades de actividad física que nos proporciona el medio natural (senderismo, kayak, escalada).</li> <li>- <b>Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</b> Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida de material y desperdicios utilizados en la práctica motriz).</li> </ul>                                                                             |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> </ul>                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Lista de control                                                                                                                                          | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Juegos predeportivos"                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Mayo/junio                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| COMPETENCIAS ESPECÍFICAS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | CRITERIOS DE EVALUACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 4 Adoptar un estilo de vida activo y adecuado, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 4.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 4.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 4.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 4.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 5 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. | 5.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 5.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 5.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 6 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 6.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 6.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 6.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p>                                                                              | <p><b>4.1</b> Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.2</b> Apreciar los logros de personas y colectivos referentes del deporte, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar el éxito y su actitud ante la derrota o los objetivos no conseguidos.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p><b>4.4</b> Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.</p>                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>CONTENIDOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>BLOQUES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>G. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>H. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>I. Resolución de problemas</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| situaciones motrices.                                                                                                                                     | <p>Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |
| J. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul>                                                   |
| K. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Deporte e igualdad ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes.</b> Referentes en el deporte de distintos géneros. Personajes relevantes, en el deporte; identificación con las diferentes disciplinas que practican.</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| L. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Espacios naturales en el contexto urbano:</b> uso, disfrute seguro y mantenimiento. Conceptos básicos del uso responsable de los elementos lúdicos urbanos (cuidado de los materiales).</li> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>- <b>Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.</b> Diferentes posibilidades de actividad física que nos proporciona el medio natural (senderismo, kayak, escalada).</li> <li>- <b>Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</b> Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida de material y desperdicios utilizados en la práctica motriz).</li> </ul>                                                                             |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> </ul>                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Lista de control                                                                                                                                          | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Juegos populares"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Junio                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p>                                                                              | <p><b>4.1</b> Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.2</b> Apreciar los logros de personas y colectivos referentes del deporte, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar el éxito y su actitud ante la derrota o los objetivos no conseguidos.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p><b>4.4</b> Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.</p>                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>CONTENIDOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>BLOQUES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| situaciones motrices.                                                                                                                                     | <p>Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul>                                                   |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Deporte e igualdad ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes.</b> Referentes en el deporte de distintos géneros. Personajes relevantes, en el deporte; identificación con las diferentes disciplinas que practican.</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Espacios naturales en el contexto urbano:</b> uso, disfrute seguro y mantenimiento. Conceptos básicos del uso responsable de los elementos lúdicos urbanos (cuidado de los materiales).</li> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>- <b>Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.</b> Diferentes posibilidades de actividad física que nos proporciona el medio natural (senderismo, kayak, escalada).</li> <li>- <b>Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</b> Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida de material y desperdicios utilizados en la práctica motriz).</li> </ul>                                                                             |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> </ul>                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Lista de control                                                                                                                                          | 0%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: " Desplazamientos "                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Trimestre: 1°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Temporalización: Septiembre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | <p>1.1 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.</p> <p>1.2 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.</p> <p>1.3 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p> <p>1.4 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.</p> |
| 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. | <p>2.1 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.</p> <p>2.2 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.</p> <p>2.3 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | <p>3.1 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.</p> <p>3.2 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.</p> <p>3.3 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura                                                                                                                                                                                                                                          | 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

| <p>motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                                | - <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                     | - <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación teórica de los contenidos a trabajar.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Video de técnica de carrera.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Video de técnica de carrera.</li> <li>- Materiales propios del área.</li> </ul>                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Lista de control                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 100%                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Equilibrio y H.M.B. 1"                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Trimestre: 1°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Septiembre/octubre                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |  |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |  |
| 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura                                                                                                                                                                                                                                         | 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                                                                                                                                                   |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                             | - <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación teórica de los contenidos a trabajar.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Videos de saltos y giros.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Videos de saltos y giros.</li> </ul>                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba evaluativa                                                                                                                                                                                    | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Equilibrio y H.M.B. 2"                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |
| Trimestre: 1°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | Temporalización: Octubre/noviembre                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                |  | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |  |
| 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. |  | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |  |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          |  | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |  |

| <p><b>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.</b></p>                                                                              | <p><b>4.1</b> Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> </ul>                                                                                                                                                                    |

|                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                            | - <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación teórica de los contenidos a trabajar.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Video de saltos y giros.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Video de saltos y giros.</li> </ul>                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba evaluativa                                                                                                                                                                                   | <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                     | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Percepción espacio-temporal"                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 1°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Noviembre/diciembre                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

| <p>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.</p>                                                                              | <p>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 diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> </ul>                   |

|                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                           | - <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Práctica de actividades rítmicas-musicales con carácter artístico-expresivo.</b> Representar movimiento a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Ficha de "retos de la comba".</li> </ul>                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Prueba evaluativa escrita                                                                                                                                 | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Mimo"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 2°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Enero                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

| <p>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.</p>                                                                              | <p>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 diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p>4.5 Reproducir en distintas combinaciones de movimiento o coreografías individuales y grupales que incorporan prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| C. Resolución de problemas en situaciones motrices.                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Usos comunicativos de la corporalidad:</b> comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples. Representación de escenas cotidianas.</li> <li>- <b>Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</b> Representar movimiento a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Videos de mimo.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Videos de mimo.</li> </ul>                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Autopueba evaluativa                                                                                                                                                                          | <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                               | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Baile"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 2°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Febrero                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

| <p>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.</p>                                                                              | <p>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 diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p>4.5 Reproducir en distintas combinaciones de movimiento o coreografías individuales y grupales que incorporan prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |

|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| C. Resolución de problemas en situaciones motrices.                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Usos comunicativos de la corporalidad:</b> comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples. Representación de escenas cotidianas.</li> <li>- <b>Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.</b> Representar movimiento a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Videos de baile.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> <li>- Videos de baile.</li> </ul>                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Autopueba evaluativa                                                                                                                                                                           | <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Del juego a los deportes"                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 2°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Marzo                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p>                                                                              | <p><b>4.1</b> Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.2</b> Apremiar los logros de personas y colectivos referentes del deporte, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar el éxito y su actitud ante la derrota o los objetivos no conseguidos.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p><b>4.4</b> Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.</p>                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>CONTENIDOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>BLOQUES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| situaciones motrices.                                                                                                                                                                                                  | <p>interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul>                                                                                                                                                                             |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Deporte e igualdad ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes.</b> Referentes en el deporte de distintos géneros. Personajes relevantes, en el deporte; identificación con las diferentes disciplinas que practican.</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Espacios naturales en el contexto urbano:</b> uso, disfrute seguro y mantenimiento. Conceptos básicos del uso responsable de los elementos lúdicos urbanos (cuidado de los materiales).</li> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>- <b>Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.</b> Diferentes posibilidades de actividad física que nos proporciona el medio natural (senderismo, kayak, escalada).</li> <li>- <b>Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</b> Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida de material y desperdicios utilizados en la práctica motriz).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                       |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Trabajo sobre juego deportivo inventado.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| - Recursos materiales propios del área.                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

| INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN |  | CRITERIOS CALIFICACIÓN |
|----------------------------|--|------------------------|
| - Lista de control         |  | 100%                   |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Juegos tácticos"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Abril                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 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                                                                                                                                                   |
| 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

| <p>motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>                                                                                                                                                                                                                 | <p>diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.2</b> Apreciar los logros de personas y colectivos referentes del deporte, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar el éxito y su actitud ante la derrota o los objetivos no conseguidos.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p><b>4.4</b> Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul>                                                                                                             |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Deporte e igualdad ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes.</b> Referentes en el deporte de distintos géneros. Personajes relevantes, en el deporte; identificación con las diferentes disciplinas que practican.</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Espacios naturales en el contexto urbano:</b> uso, disfrute seguro y mantenimiento. Conceptos básicos del uso responsable de los elementos lúdicos urbanos (cuidado de los materiales).</li> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>- <b>Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.</b> Diferentes posibilidades de actividad física que nos proporciona el medio natural (senderismo, kayak, escalada).</li> <li>- <b>Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</b> Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida de material y desperdicios utilizados en la práctica motriz).</li> </ul>                           |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> </ul>                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Lista de control                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 100%                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: "Juegos de orientación"                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Abril-Mayo                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 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                                                                                                                                                   |
| 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>                                                                                                                                                                                                          | <p>diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3 Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p>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.</p> | <p>5.1 Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| CONTENIDOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| BLOQUES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                            |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul> |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Práctica de actividades rítmicos-musicales con carácter artístico-expresivo.</b> Representar movimiento a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 3: Trabajo "Juego de orientación".</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos materiales propios del área.</li> </ul>                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Lista de control                                                                                                                                                                                              | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Trabajo de orientación                                                                                                                                                                                        | 100%                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA: " Juegos alternativos y con material reciclado"                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CICLO: Segundo ciclo Ed. Primaria                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Curso: 4°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Trimestre: 3°                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Temporalización: Mayo/junio                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 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 de responsabilidad durante la práctica motriz.                                                                                                                                | 1.2 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.3 Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.4 Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1.5 Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.  |
| 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. | 2.2 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.3 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2.4 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.                                                                                                            |
| 3 Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de las habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.                                                          | 3.2 Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.3 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 3.4 Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.                                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>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.</b></p>                                                                              | <p><b>4.1</b> Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diferentes culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p><b>4.2</b> Apremiar los logros de personas y colectivos referentes del deporte, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar el éxito y su actitud ante la derrota o los objetivos no conseguidos.</p> <p><b>4.3</b> Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p><b>4.4</b> Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.</p>                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>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.</b></p> | <p><b>5.1</b> Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>CONTENIDOS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>BLOQUES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <p>A. Vida activa y saludable.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Salud física:</b> efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</li> <li>- <b>Salud mental:</b> respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).</li> <li>- <b>Salud social:</b> la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para prácticas, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li> </ul> |
| <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Elección de la práctica física:</b> usos y finalidades catárticos lúdicos-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</li> <li>- <b>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física</b></li> <li>- <b>Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</b></li> <li>- <b>Planificación y regulación de proyectos motores:</b> mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.</li> <li>- <b>Prevención de accidentes en las prácticas motrices:</b> mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>C. Resolución de problemas en</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toma de decisiones:</b> distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

|                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| situaciones motrices.                                                                                                                                     | <p>Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica:</b> integración del esquema corporal; control tónico-postural e independencia en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.</li> <li>- <b>Capacidades condicionales:</b> capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> <li>- <b>Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas:</b> locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> <li>- <b>Creatividad motriz:</b> variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul>                                                                                                                                               |
| D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices.                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gestión emocional:</b> reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices.</li> <li>- <b>Habilidades sociales:</b> escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.</li> <li>- <b>Concepto de deportividad, aceptación de las normas de juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</b></li> <li>- <b>Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices</b> (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                 |
| E. Manifestaciones de la cultura motriz.                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.</b> Los juegos y las danzas como manifestación de la propia cultura. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: <b>chotis, jota, sevillanas, sardanas...</b></li> <li>- <b>Deporte e igualdad ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes.</b> Referentes en el deporte de distintos géneros. Personajes relevantes, en el deporte; identificación con las diferentes disciplinas que practican.</li> <li>- <b>La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| F. Interacción eficiente y cuidados con el entorno.                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Espacios naturales en el contexto urbano:</b> uso, disfrute seguro y mantenimiento. Conceptos básicos del uso responsable de los elementos lúdicos urbanos (cuidado de los materiales).</li> <li>- <b>Estado del material para actividades en el medio natural y urbano:</b> valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.</li> <li>- <b>Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión. Diferencias entre tipos de residuos y conocimientos de su gestión. Normas básicas de reciclaje y cuidado del medio.</b></li> <li>- <b>Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.</b> Diferentes posibilidades de actividad física que nos proporciona el medio natural (senderismo, kayak, escalada).</li> <li>- <b>Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</b> Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida de material y desperdicios utilizados en la práctica motriz).</li> </ul> |
| <b>ACTIVIDADES/SITUACIONES DE APRENDIZAJE</b>                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>ACTUACIÓN 1: Explicación de los contenidos a trabajar en el tema.</p> <p>ACTUACIÓN 2: Desarrollo de juegos y actividades relacionadas con el tema.</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>RECURSOS</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| - Recursos materiales propios del área.                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Lista de control                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>CRITERIOS CALIFICACIÓN</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 100%                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

