



### Primera evaluación

CONTENIDOS	
BLOQUES	CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES
<b>Bloque A: Vida Activa y Saludable</b>	<p>A.1.- Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultra procesados. 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) <i>(U.D.1 Calentamiento)</i></p> <p>A.2.- Salud mental: 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). <i>(U.D.0 Presentación de la asignatura)</i></p>
<b>Bloque B: Organización y Gestión de la Actividad Física</b>	<p>B.3.- Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física. <i>(U.D.0 Presentación de la asignatura)</i></p>
<b>Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices</b>	<p>C.2.- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. <i>(U.D.2 Técnica de carrera)</i></p> <p>C.3.- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad). <i>(U.D.2 Técnica de carrera)</i></p> <p>C.4.- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades. <i>(U.D.3 Coordinación óculo-manual)</i></p> <p>C.5.- Creatividad motriz: 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). <i>(U.D.3 Coordinación óculo-manual)</i></p>
<b>Bloque D: Autorregulaci ón emocional e interacción social en situaciones motrices</b>	<p>D.1.- Gestión emocional: reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices. <i>(Gestión emocional 1ª evaluación)</i></p> <p>D.2.- Habilidades sociales: 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. <i>(Gestión emocional 1ª evaluación)</i></p>



<b>Bloque E: Manifestaciones de la cultura motriz.</b>	
<b>Bloque F: Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</b>	

### Segunda evaluación

CONTENIDOS	
BLOQUES	CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES
<b>Bloque A: Vida Activa y Saludable</b>	A3.-Salud social: 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 practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. <i>(U.D.6 Juegos predeportivos)</i>
<b>Bloque B: Organización y Gestión de la Actividad Física</b>	B.1.-Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. <i>(U.D.6 Juegos predeportivos)</i> B.4.- Planificación y regulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado. <i>(U.D.5 Combas)</i> B.5.-Prevención de accidentes en las prácticas motrices: 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. <i>(U.D.4 Equilibrio)</i>
<b>Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices</b>	C.2.- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. <i>(U.D.4 Equilibrio)</i> C.4.- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades. <i>(U.D.5 Combas)</i>
<b>Bloque D: Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</b>	



<b>Bloque E: Manifestaciones de la cultura motriz.</b>	E.5.- La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo. <i>(U.D.5 Combas)</i>
<b>Bloque F: Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</b>	

### Tercera evaluación

CONTENIDOS	
BLOQUES	CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES
<b>Bloque A: Vida Activa y Saludable</b>	<p>A.2.- Salud mental: 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). <i>(U.D.7 Lanzamientos y recepciones) (U.D.8 Deportes colectivos)</i></p> <p>A.3.- Salud social: 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 practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. <i>(U.D.9 Danzas y juegos populares)</i></p>
<b>Bloque B: Organización y Gestión de la Actividad Física</b>	
<b>Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices</b>	<p>C.1.- Toma de decisiones: 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. <i>(U.D.7 Lanzamientos y recepciones)</i></p>
<b>Bloque D:</b>	



<b>Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</b>	
<b>Bloque E: Manifestación de la cultura motriz.</b>	E.3.- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Representar movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika). <i>(U.D.9 Danzas y juegos populares)</i>
<b>Bloque F: Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</b>	

## EVALUACIÓN

La evaluación del alumnado será global, continua y formativa, y tendrá en cuenta el grado de desarrollo de las competencias clave y su progreso en el conjunto de los procesos de aprendizaje. En el contexto de este proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas deberán adoptarse tan pronto como se detecten las dificultades y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de los aprendizajes imprescindibles para continuar el proceso educativo.

Los criterios de evaluación en el documento se han establecidos por competencias específicas, describiendo primero la competencia y posteriormente los criterios evaluables.

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. 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. <i>(U.D.2 Técnica de carrera) (U.D.4 Equilibrio)</i> 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 <i>(U.D.1 Calentamiento) (U.D.4 Equilibrio)</i> 1.4. Reconocer la propia imagen corporal y la de los



	<p>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. <i>(U.D.3 Coordinación óculo-manual) (U.D.5 Combas)</i></p>
<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>	<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. <i>(U.D.3 Coordinación óculo-manual) (U.D.6 Juegos predeportivos) (U.D.8 Deportes colectivos)</i></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. <i>(U.D.5 Combas) (U.D.7 Lanzamientos y recepciones)</i></p>
<p>3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias y de las habilidades de los participantes, para contribuir a la convivencia.</p>	<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. <i>(Gestión emocional 1ºeva)</i></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. <i>(U.D.6 Juegos predeportivos) (U.D.8 Deportes colectivos)</i></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. <i>(U.D.9 Danzas y juegos populares)</i></p>
<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 diversas 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. <i>(U.D.9 Danzas y</i></p>



	<p><i>juegos populares)</i></p> <p>4.3. Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo. <i>(U.D.7 Lanzamientos y recepciones)</i></p> <p>4.5. Reproducir distintas combinaciones de movimientos o coreografías individuales y grupales que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad <i>(U.D.9 Danzas y juegos populares)</i></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>	

### **ORIENTACIONES ESPECÍFICAS (si fuese necesario)**

Los alumnos vendrán con la equipación oficial de Educación Física del colegio los días que tengan esta materia.

Será necesario conocer las dificultades motoras de cada alumno y comprobar si reciben apoyo externo fuera del colegio. Las primeras unidades sirven de repaso y perfeccionamiento de lo trabajado en la etapa anterior y conocimiento de los alumnos.

Los espacios variarán en función de las situaciones de aprendizaje que se estén trabajando, organizando el uso de los mismos con el resto de compañeros de la asignatura.

Los alumnos que tengan alguna lesión tendrán la actividad adaptada siempre que sea posible. Cuando no puedan realizar ningún tipo de actividad física, harán de ayudantes del profesor y les acercaremos a los contenidos trabajados con otros recursos.

Debido a las particularidades de nuestra asignatura, en Educación Física, deberemos tener muy en cuenta los casos de discapacidad física, ya sean temporales o crónicas y totales o parciales.

### **RECUPERACIÓN DE MATERIAS Y EVALUACIONES PENDIENTES**

Las pautas están recogidas en el R9 RecupEval23-24.



## PRESENTACIÓN

Nº unidad	0	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	11 sep - 17 sept	2 sesiones

## JUSTIFICACIÓN

Esta pequeña unidad introductoria sirve para presentar la asignatura a los alumnos. El sentido que tiene, el porqué de su nombre y la importancia que tiene en el desarrollo global del ser humano.

Además, se les recuerda la necesidad de la ropa específica de la asignatura y se explica el uso de los vestuarios.

### Contenidos. Bloque (nº) (Título)

### Contribución a las CC. CLAVE

<p>Bloque A: Vida activa y saludable. A.2.- Salud mental: bienestar personal y en el entorno a través de la motricidad. Conocimiento de uno mismo e identificación de fortalezas y debilidades en todos los ámbitos (social, físico y mental). La actividad motriz como ayuda para la regulación de las emociones, la autoestima y para combatir el estrés. Bloque B: Resolución de problemas en situaciones motrices. B.3.- Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva adecuada y hábitos generales de higiene corporal.</p>	x	Competencia en comunicación lingüística
		Competencia plurilingüe
		Competencia STEM
		Competencia digital
		Competencia personal, social y de aprender a aprender
		Competencia ciudadana
		Competencia emprendedora
		Competencia en conciencia y expresión culturales

Metodología	Transversalidad	Recursos
<p><u>Mando directo</u>: En esta primera toma de contacto el profesor explica los conceptos claves y normas de la asignatura .</p>		
	<b>Atención a la diversidad</b>	<b>Espacios</b>



	<ul style="list-style-type: none"><li>- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Patio</li><li>- Tatami</li><li>- Vestuarios</li><li>- Aula.</li></ul>
--	--	---

### Evaluación

Actividades / Productos	CC. Específicas	Instrumentos de evaluación	Porcentaje nota





## EL CALENTAMIENTO

Nº unidad	1	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4ºPrim	2º ciclo	18 sep - 11 oct	8 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

En esta unidad se trabaja la adquisición de los hábitos de preparación, física y mental, para la práctica deportiva y ejercicio físico, a través de cuatro pequeños bloques de ejercicios. El alumno adquiere los mecanismos para poder activarse de forma adecuada ante el ejercicio.

### Contenidos. Bloque (nº) (Titulo)

### Contribución a las CC. CLAVE

Bloque A: Vida activa y saludable. A.1.- Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física. Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices C.2.- Capacidades perceptivo-motrices en contextos de práctica: integración del esquema corporal; conciencia corporal, lateralidad (utilización de los segmentos dominantes) y su proyección en el espacio; coordinación óculo-pédica y óculo-manual; equilibrio estático y dinámico.	x	Competencia en comunicación lingüística
		Competencia plurilingüe
		Competencia STEM
		Competencia digital
	x	Competencia personal, social y de aprender a aprender
	x	Competencia ciudadana
		Competencia emprendedora
	Competencia en conciencia y expresión culturales	

Metodología	Transversalidad	Recursos
<p><u>Mando directo</u>: En las sesiones iniciales es crucial este tipo de metodología con este curso.</p> <p><u>Grupos de nivel</u>: poco a poco, en tiempos reducidos y con los alumnos muy monitorizados se va introduciendo esta metodología.</p>	<p>- Science - El cuerpo</p>	<p>- Material despacho E.F.</p>



<u>Enseñanza recíproca</u> : en la parte final de la situación de aprendizaje.	<b>Atención a la diversidad</b>	<b>Espacios</b>
	- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.	- Patio - Tatami - Aula.

### Evaluación

Actividades / Productos	CC. Específicas	Instrumentos de evaluación	Porcentaje nota
<b>Prueba práctica/oral</b>	C1 (1.3.) C4 (4.3.)	<b>Rúbrica</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	C1 (1.3.) C4 (4.3.)	<b>Observación directa</b>	40%



## TÉCNICA DE CARRERA

Nº unidad	2	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	23 oct - 13 nov	6-7 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

Este bloque es fundamental para el desarrollo de las capacidades físicas y las habilidades y destrezas motrices básicas. Se trata de que los alumnos mejoren su eficacia en la carrera en cuanto a la coordinación, control postural y gestión del esfuerzo, perfeccionando los apoyos e impulsos al correr.

### Contenidos. Bloque (nº) (Título)

### Contribución a las CC. CLAVE

<p>Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>C.2.-Capacidades perceptivo-motrices en contextos de práctica: integración del esquema corporal; conciencia corporal, lateralidad (utilización de los segmentos dominantes) y su proyección en el espacio; coordinación óculo-pédica y óculo-manual; equilibrio estático y dinámico.</p> <p>C.3.- Capacidades físicas desde el ámbito lúdico y el juego.</p>	x	Competencia en comunicación lingüística
		Competencia plurilingüe
		Competencia STEM
		Competencia digital
	x	Competencia personal, social y de aprender a aprender
	x	Competencia ciudadana
		Competencia emprendedora
	Competencia en conciencia y expresión culturales	

Metodología	Transversalidad	Recursos
<p><u>Mando directo</u>: En algunas actividades los alumnos trabajan la misma actividad explicada y dirigida por el profesor,</p> <p><u>Grupos de nivel</u>: poco a poco, en tiempos reducidos y con los alumnos muy monitorizados se va introduciendo esta metodología. Todavía estamos en el primer trimestre.</p>	<p>- Matemáticas- Los números.</p>	<p>- Material E.F.</p> <p>- Proyector, apple tv y altavoz.</p>



	<b>Atención a la diversidad</b>	<b>Espacios</b>
<u>Enseñanza recíproca</u> : en la parte final de la situación de aprendizaje.	- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.	- Patio - Tatami

### Evaluación

<b>Actividades / Productos</b>	<b>CC. Específicas</b>	<b>Instrumentos de evaluación</b>	<b>Porcentaje nota</b>
<b>Prueba práctica</b>	C1 (1.2) y C3 (3.1)	<b>Rúbrica</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	C1 (1.2) y C3 (3.1)	<b>Observación directa</b>	40%



## COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL

Nº unidad	3	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	15 nov - 11 dic	6/7 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

El objetivo principal de este bloque es el de que los alumnos y alumnas mejoren el manejo de ambas manos, la coordinación de las mismas y la velocidad gestual, usando para ello un móvil, dos o hasta tres (pelotas de tenis). Y lo desarrollan de forma individual, por parejas, y en pequeño grupo.

### Contenidos. Bloque (nº) (Título)

### Contribución a las CC. CLAVE

<p>Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices. C.4.- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, (correr, trepar, rodar) no locomotrices (girar, saltar, balancearse, colgarse) y manipulativas (lanzar, recepcionar, golpear, botar). C.5.- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos (sistema interoceptivo) y estímulos externos (sistema exteroceptivo).</p>	x	Competencia en comunicación lingüística
		Competencia plurilingüe
	x	Competencia STEM
		Competencia digital
	x	Competencia personal, social y de aprender a aprender
		Competencia ciudadana
		Competencia emprendedora
	Competencia en conciencia y expresión culturales	

Metodología	Transversalidad	Recursos
<p><u>Mando directo</u>: Explicación por parte del profesor y ejecución de los alumnos. <u>Asignación de tareas</u>: Se propone la tarea y el alumno la realiza a su ritmo. <u>Circuito</u>: Normalmente montamos 4 estaciones. <u>Enseñanza recíproca</u>: en la parte final de la situación de aprendizaje.</p>	- Matemáticas- Los números, cálculo.	- Material despacho E.F.
	<b>Atención a la diversidad</b>	<b>Espacios</b>
	- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.	- Patio - Tatami



COLEGIO NTRA. SRA. DEL RECUERDO  
JEFATURA DE ESTUDIOS  
PROYECTO CURRICULAR DE CENTRO

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

CURSO 2023-24

EDUCACIÓN FÍSICA 4º EP

### Evaluación

Actividades / Productos	CC. Específicas	Instrumentos de evaluación	Porcentaje nota
<b>Prueba práctica</b>	<b>C2 (2.1.) y C1 (1.4)</b>	<b>Rúbrica</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	<b>C2 (2.1.) y C1 (1.4)</b>	<b>Observación directa</b>	40%



## EQUILIBRIO

Nº unidad	4	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	8 ene - 2 feb	7 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

Esta situación de aprendizaje persigue que los alumnos y las alumnas sean capaces de mantener el equilibrio en diferentes situaciones estáticas y dinámicas, comenzando desde propuestas sencillas hasta llegar a las más complejas. Ejercicios que favorezcan el manejo y control de su propio cuerpo en superficie de apoyo reducida, y a través de diferentes tipos de desplazamientos. Para ello utilizaremos unos bancos suecos sobre los que los niños y niñas deben trabajar.

### Contenidos. Bloque (nº) (Título)

### Contribución a las CC. CLAVE

<p>Bloque B: Organización y gestión de la actividad física. B.5.-Prevención de accidentes en las prácticas motrices: 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.</p> <p>Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices. C.2.- Capacidades perceptivo-motrices en contextos de práctica: integración del esquema corporal; conciencia corporal, lateralidad (utilización de los segmentos dominantes) y su proyección en el espacio; coordinación óculo-pédica y óculo-manual; equilibrio estático y dinámico.</p>	Competencia en comunicación lingüística
	Competencia plurilingüe
	Competencia STEM
	Competencia digital
	Competencia personal, social y de aprender a aprender
	Competencia ciudadana
	Competencia emprendedora
	Competencia en conciencia y expresión culturales



Metodología	Transversalidad	Recursos	
<p><u>Mando directo</u>: Explicación por parte del profesor y ejecución de los alumnos al ritmo de la práctica.</p> <p><u>Asignación de tareas</u>: Se propone la tarea y el alumno la realiza a su ritmo.</p> <p><u>Enseñanza recíproca</u>: cuando los alumnos ya tienen algunos contenidos asentados. En la parte final de la situación de aprendizaje.</p> <p><u>Trabajo cooperativo</u>: La utilizaremos en algunas actividades de concentración, ya avanzadas las sesiones.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Matemáticas- Los números, cálculo. El tiempo</li><li>- Science - Cuerpo.</li><li>- Lengua - expresión oral</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Material despacho E.F.</li></ul>	
	Atención a la diversidad	Espacios	
	<ul style="list-style-type: none"><li>- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Patio</li></ul>	
Evaluación			
Actividades / Productos	CC. Específicas	Instrumentos de evaluación	Porcentaje nota
<b>Prueba práctica</b>	C1 (1.2) y C3 (3.1)	<b>Rúbrica</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	C1 (1.2) y C3 (3.1)	<b>Observación directa</b>	40%





## TRABAJO CON COMBAS

Nº unidad	5	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	5 feb - 1 mar	7 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

Trabajamos con este elemento que es la comba, en esta situación de aprendizaje, para ayudar a los alumnos y alumnas a que mejoren diferentes cualidades físicas básicas como son; la coordinación, el equilibrio y la agilidad. Además de mejorar la fuerza y la condición física básica. Y lo hacemos con y sin desplazamiento, de forma individual, por parejas y en pequeño grupo.

### Contenidos. Bloque (nº) (Título)

### Contribución a las CC. CLAVE

Bloque B: Organización y gestión de la actividad física. B.4.- Planificación y regulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado. Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices. C.4.- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades. Bloque E: Manifestaciones de la cultura motriz. E.5.- La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.		Competencia en comunicación lingüística
		Competencia plurilingüe
		Competencia STEM
		Competencia digital
		Competencia personal, social y de aprender a aprender
		Competencia ciudadana
		Competencia emprendedora
		Competencia en conciencia y expresión culturales

### Metodología

### Transversalidad

### Recursos

<u>Mando directo:</u> Explicación por parte del profesor y ejecución de los alumnos al ritmo de la práctica.  <u>Asignación de tareas:</u> Se propone la tarea y el alumno la realiza a su ritmo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Música: ritmo y estilos musicales.</li> <li>- Lengua: expresión oral.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Material despacho E.F.</li> </ul>
---	---	--



<p><u>Libre exploración:</u> Los alumnos libremente tratarán de buscar la solución a una tarea propuesta.</p> <p><u>Trabajo cooperativo:</u> La utilizaremos en algunas actividades de ritmo y bailes.</p>	<p><b>Atención a la diversidad</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.</li></ul>	<p><b>Espacios</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Patio</li><li>- Tatami</li></ul>
--	---	---

**Evaluación**

<b>Actividades / Productos</b>	<b>CC. Específicas</b>	<b>Instrumentos de evaluación</b>	<b>Porcentaje nota</b>
<b>Prueba práctica</b>	C1 (1.4) y C2 (2.3)	<b>Rúbrica</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	C1 (1.4) y C2 (2.3)	<b>Observación directa</b>	40%



## JUEGOS PREDEPORTIVOS

Nº unidad	6	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	1 mar - 21 mar	4 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

En esta unidad presentamos a los alumnos y alumnas una serie de juegos clásicos y populares, en los que se deben desarrollar ciertas destrezas, sin que se trate de los deportes “estándar”. Balón prisionero, hockey, béisbol adaptado y bádminton son los elegidos en este caso. Por parejas y en pequeño grupo se llevan a cabo las sesiones.

### Contenidos. Bloque (nº) (Título)

### Contribución a las CC. CLAVE

<p>Bloque A; Vida activa y saludable. A.3.- Salud social: 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 practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</p> <p>Bloque B: Organización y gestión de la actividad física. B.1.- Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.</p> <p>Bloque D: Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices D.3.- Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</p>		Competencia en comunicación lingüística
		Competencia plurilingüe
		Competencia STEM
		Competencia digital
		Competencia personal, social y de aprender a aprender
		Competencia ciudadana
		Competencia emprendedora
	Competencia en conciencia y expresión culturales	



Metodología	Transversalidad	Recursos	
<p><u>Libre exploración:</u> Los alumnos libremente tratarán de buscar la solución a una tarea propuesta. Generalmente en esta situación de aprendizaje lo harán en grupos.</p> <p><u>Trabajo cooperativo:</u> metodología principal en esta situación de aprendizaje.</p>	- Lengua: expresión oral.	- Material despacho E.F.	
	Atención a la diversidad	Espacios	
	- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.	- Patio	
Evaluación			
Actividades / Productos	CC. Específicas	Instrumentos de evaluación	Porcentaje nota
<b>Prueba práctica</b>	C2 (2.1) y C3 (3.2)	<b>Rúbrica</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	C2 (2.1) y C3 (3.2)	<b>Observación directa</b>	40%



## LANZAMIENTOS Y RECEPCIONES

Nº unidad	7	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	2 abr - 22 abr	6 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

Utilizando diferentes tipos de móviles (pelotas pequeñas, balones medianos, fitball, aros, discos, picas), los niños y niñas deben trabajar de forma lúdica y dinámica las habilidades físicas básicas tales como el agarre, la coordinación, puntería y precisión, el manejo una, otra y ambas manos, etc... En estático y en movimiento. Al variar el tipo de móvil, han de adaptarse a diferentes pesos, trayectorias y formas de movimiento.

### Contenidos. Bloque (nº) (Título)

### Contribución a las CC. CLAVE

<p>Bloque A: Vida activa y saludable. A.2.- Salud mental: 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).</p> <p>Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices. C.1.- Toma de decisiones: adecuación de las acciones a las capacidades y las limitaciones personales en situaciones motrices individuales. Coordinación de acciones con compañeros en situaciones conjuntas. Adecuación de la acción a la ubicación del adversario en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección de la posición corporal o la distancia adecuadas en situaciones de oposición de contacto. Selección de acciones para mantener la posesión, recuperar el móvil o evitar que el atacante progrese en situaciones motrices de colaboración-oposición de</p>	Competencia en comunicación lingüística
	Competencia plurilingüe
	Competencia STEM
	Competencia digital
	Competencia personal, social y de aprender a aprender
	Competencia ciudadana
	Competencia emprendedora
Competencia en conciencia y expresión culturales	



persecución y de interacción con un móvil.

Metodología	Transversalidad	Recursos
<p><u>Mando directo:</u> Las actividades iniciales las dirige y pauta el profesor, algunas exigen de repetición y constancia para dominar ciertas destrezas.</p> <p><u>Libre exploración:</u> Los alumnos libremente tratarán de buscar la solución a una tarea propuesta. Generalmente en parejas,</p> <p><u>Trabajo cooperativo:</u> Algunas actividades lúdicas iniciales se realizan en grupo y requieren de trabajo colaborativo. Para trabajos más específicos lo harán en parejas.</p>	<p>- Lengua: expresión oral.</p>	<p>- Material despacho E.F.</p>
	<p><b>Atención a la diversidad</b></p> <p>- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.</p>	<p><b>Espacios</b></p> <p>- Patio</p>

### Evaluación

Actividades / Productos	CC. Específicas	Instrumentos de evaluación	Porcentaje nota
<b>Prueba práctica</b>	C2 (2.3) y C4 (4.3)	<b>Rúbrica</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	C2 (2.3) y C4 (4.3)	Observación directa	40%



## DEPORTES COLECTIVOS

Nº unidad	8	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	23 abr - 17 may	6 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

Contenidos. Bloque (nº) (Título)	Contribución a las CC. CLAVE
<p>Bloque A: Vida activa y saludable. A.2.- Salud mental: 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).</p> <p>Bloque D: Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices D.3.- Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</p>	Competencia en comunicación lingüística
	Competencia plurilingüe
	Competencia STEM
	Competencia digital
	Competencia personal, social y de aprender a aprender
	Competencia ciudadana
	Competencia emprendedora
Competencia en conciencia y expresión culturales	

Metodología	Transversalidad	Recursos
<u>Mando directo:</u> Las actividades iniciales las dirige y pauta el profesor, algunas exigen de repetición y	- Lengua: expresión oral. Vocabulario.	- Material despacho E.F.
	<b>Atención a la diversidad</b>	<b>Espacios</b>



<p>constancia para dominar ciertas destrezas.</p> <p><u>Libre exploración:</u> Los alumnos libremente tratarán de buscar la solución a una tarea propuesta. Generalmente en parejas,</p> <p><u>Trabajo cooperativo:</u> En actividades y deportes que ya requieren situaciones jugadas en equipo.</p>	<p>- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.</p>	<p>- Patio</p>
---	---	----------------

### Evaluación

Actividades / Productos	CC. Específicas	Instrumentos de evaluación	Porcentaje nota
<b>Prueba práctica</b>	C2 (2.2) y C3 (3.2)	<b>Rúbrica</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	C2 (2.2) y C3 (3.2)	Observación directa	40%





## DANZAS Y JUEGOS POPULARES

Nº unidad	9	Área	Curso	Ciclo	Temporalización	Sesiones
		Educación Física	4º Prim	2º ciclo	20 may - 14 jun	8 sesiones

### JUSTIFICACIÓN

En esta unidad se plantean situaciones de aprendizaje a través de las cuales sean capaces de reconocer algunos bailes sencillos, y sobre todo, experimentar consigo mismos y el movimiento para conocer el cuerpo, moverlo, colocarlo, explorarlo, y ponerlo en relación al espacio y también con otros. Favorecer el desarrollo motor del alumno y ampliar así sus horizontes personales.

### Contenidos. Bloque (nº) (Título)

### Contribución a las CC. CLAVE

<p>Bloque A: Vida activa y saludable. A3.- Salud social: 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 practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</p> <p>Bloque E: Manifestaciones de la cultura motriz E.3.-Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Representar movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).</p>		Competencia en comunicación lingüística
		Competencia plurilingüe
		Competencia STEM
		Competencia digital
		Competencia personal, social y de aprender a aprender
		Competencia ciudadana
		Competencia emprendedora
		Competencia en conciencia y expresión culturales

Metodología	Transversalidad	Recursos
<p><u>Mando directo</u>: Las actividades iniciales las dirige y pauta el profesor, algunas exigen de repetición y constancia para dominar ciertas destrezas.</p>	<p>- Lengua: expresión oral. Vocabulario.</p>	<p>- Material despacho E.F.</p>
	<p><b>Atención a la diversidad</b></p>	<p><b>Espacios</b></p>



<p><u>Libre exploración:</u> Los alumnos libremente tratarán de buscar la solución a una tarea propuesta.</p> <p><u>Trabajo cooperativo:</u> La mayor parte de las actividades estarán diseñadas con esta metodología.</p>	<p>- Dadas las particularidades de nuestra asignatura, los contenidos tienen que ser adaptados de forma individualizada a las necesidades de cada alumno.</p>	<p>- Patio</p>
--	---	----------------

### Evaluación

Actividades / Productos	CC. Específicas	Instrumentos de evaluación	Porcentaje nota
<b>Prueba práctica</b>	C3 (3.3) y C4 (4.1-4.5)	<b>Rúbrica/</b>	60%
<b>Trabajo diario</b>	C3 (3.3) y C4 (4.1-4.5)	<b>Observación directa</b>	40%