

# PROGRAMACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

## 5° y 6° DE PRIMARIA

### CURSO 2020-2021

Nerea Armenteros Barranco





## 1. OBJETIVOS DE ÁREA

Obj.EF1. Adquirir, enriquecer y perfeccionar acciones motrices elementales, y construir otras más complejas, a fin de adaptar sus conductas a situaciones y medios variados, identificando la finalidad, los criterios de éxito y los resultados de sus acciones.

Obj.EF2. Regular y dosificar diferentes esfuerzos con eficacia y seguridad en función de las propias posibilidades y de las circunstancias de cada actividad.

Obj.EF3. Practicar actividades físicas en el medio natural o en el entorno próximo, conociendo y valorando los lugares en los que se desarrollan, participando de su cuidado y conservación e integrando aspectos de seguridad vial y de prevención de accidentes.

Obj.EF4. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, para representar, expresar y comunicar, individual o grupalmente, sensaciones, emociones o ideas de manera eficaz.

Obj.EF5. Adquirir conocimientos, capacidades, actitudes y hábitos que les permitan incidir de forma positiva sobre la salud e iniciar adecuadamente la gestión de su vida física.

Obj.EF6. Utilizar sus capacidades y recursos motrices, cognitivos y afectivos para conocer y valorar su cuerpo y la actividad física.

Obj.EF7. Conocer y practicar juegos y actividades deportivas, con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización, aceptando las limitaciones propias y ajenas, aprendiendo a actuar con seguridad, trabajando en equipo, respetando las reglas, estableciendo relaciones equilibradas con los demás y desarrollando actitudes de tolerancia y respeto que promuevan la paz, la interculturalidad y la igualdad entre los sexos, y evitando en todo caso, discriminaciones por razones personales, de sexo, sociales y culturales.

Obj.EF8. Adquirir, elegir y aplicar principios y reglas para actuar de forma metódica, eficaz y autónoma en la práctica de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas.

Obj.EF9. Conocer, practicar y valorar actividades físicas, deportivas y artísticas propias de Aragón.

Obj.EF10. Confeccionar proyectos encaminados al desarrollo de un estilo de vida activo, crítico y saludable, usando su capacidad de buscar, organizar y tratar la información y siendo capaz de presentarla oralmente y/o por escrito, apoyándose en las Tecnologías de la Información y la Comunicación.

## 2. COMPETENCIAS CLAVE

La Educación Física está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un ambiente saludable. La contribución del área a todas las competencias favorece la perspectiva sistémica de los aprendizajes y el tratamiento integral de los contenidos.

Analizando el perfil competencial del área de Educación Física se aprecia su especial contribución al desarrollo de la competencia matemática y las competencias básicas en ciencia y tecnología. Además aporta una incidencia notable a la competencia de aprender a aprender y la competencia social y cívica. También contribuye al desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, la competencia sentido de iniciativa y espíritu emprendedor, la competencia en conciencia y expresión cultural y la competencia digital.

### Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

Cabría diferenciar el tratamiento que desde nuestra área se hace de estas competencias. Por un lado la competencia matemática no parece tener un reflejo en los estándares de aprendizajes evaluables del área de Educación Física. No obstante, y desde una concepción global del proceso de enseñanza-aprendizaje, se puede desarrollar realizando y analizando cálculos (ritmos de carrera, frecuencia cardiaca, puntuaciones,...), utilizando nociones sobre orden, secuencias, cantidades, formas geométricas, leyendo e interpretando diferentes informaciones (mapas, escalas, datos específicos de algún deporte,...), trabajando sobre los ejes y planos corporales, etc. Sin embargo, la Educación Física contribuye especialmente a las competencias básicas en ciencia y tecnología: el conocimiento de los principios de la naturaleza y más concretamente de todo lo relacionado con el cuerpo humano está en relación directa con nuestros contenidos. Las actuaciones en Educación Física conllevan poder valorar los efectos de las acciones motrices de forma inmediata, ello posibilita construir y reconstruir con bastante inmediatez estos proyectos encaminados a adecuar las conductas motrices a los criterios de éxito de las situaciones. Este proceso, en ocasiones, se aproxima al propio proceso del conocimiento científico; los hechos y sus efectos, se observan, se identifican y se comprenden, para luego formular hipótesis, validarlas, argumentarlas y así poco a poco ir modelando formas de actuación elementales basadas en la eficacia. Éstas

constituyen los principios y reglas de acción motriz. Los sistemas biológicos, que forman parte esencial de esta dimensión competencial, son también inherentes al área. Un buen conocimiento de nuestro cuerpo humano nos va a permitir gestionar de una forma mucho más coherente nuestros hábitos de actividad física, alimentación o de higiene, entre otros, contribuyendo además de una forma decisiva a la mejora de la salud. Es fundamental que estos hábitos se afiancen y puedan tener su continuidad no solamente durante la etapa escolar, si no a lo largo de toda la vida. El conocimiento de los sistemas propios del entorno natural y de la Tierra en general, nos va a permitir que podamos explorar y utilizar nuestro entorno de una forma segura y responsable.

### Competencia aprender a aprender

El área contribuye a esta competencia mediante el conocimiento de uno mismo y las propias posibilidades y carencias como punto de partida del aprendizaje, desarrollando un repertorio variado que facilite su transferencia a otros aprendizajes más complejos de manera cada vez más autónoma. En Educación Física se trata de aprender conductas motrices y aprender desde las conductas motrices; ellas dan identidad al área; inciden muy directamente en el alumno y le llevan a comprometerse profundamente. Se trata de que tome conciencia de cómo se aprende, de cómo se gestionan y controlan de forma eficaz los aprendizajes, de que tome conciencia de las capacidades que intervienen en el aprendizaje (la atención, la concentración, la memoria, la comprensión y expresión, la motivación al logro) para obtener un rendimiento máximo y personalizado de las mismas. Es por ello que se debe prestar atención a que el alumno aprenda y utilice diferentes estrategias de aprendizaje basadas en el análisis de lo acontecido en la práctica, la formulación de hipótesis antes de practicar, la observación de otros (imitación), la comparación, etc. El aprendizaje se ve reforzado cuando el alumno comprende la funcionalidad del mismo y las posibilidades de transferencia a otras situaciones. En muchas ocasiones la Educación Física se ha preocupado por la adquisición de habilidades, fuera de contextos significativos, pensando que luego, en las situaciones globales, éstas cobrarían todo su sentido. Hoy sabemos que esto no es así y los aprendizajes concretos (saltar, botar, la derecha en bádminton, etc.) deben solucionar problemas que el alumno ha diagnosticado previamente en la práctica, de lo contrario se convertirán en aprendizajes coyunturales. Por tanto el área desarrolla los aprendizajes fundamentales que posean amplio grado de generalización y transferencia, y hacen

referencia a principios, reglas de acción, relaciones, operaciones, métodos para aprender. Cuando un alumno es capaz de aprender por sí mismo o con la ayuda de los demás va logrando confianza y desarrolla su percepción de competencia que es determinante esencial de la adhesión a la práctica de actividad física de manera habitual.

### Competencia social y cívica

Las características inherentes del área y a las actividades físicas en general, pero en especial a las que se realizan de forma colectiva, hacen que desde ella se pueda facilitar las relaciones sociales, la integración y el respeto, al mismo tiempo que se puede contribuir al desarrollo de la cooperación y la solidaridad. Son frecuentes las situaciones en las que el alumno debe resolver conflictos, tomar decisiones, interactuar con otras personas y grupos conforme a unas normas, apartado éste fundamental en todos los juegos y actividades, donde su cumplimiento y el respeto a los compañeros/adversarios se erige como una característica esencial en nuestra práctica educativa. Actitudes de asunción de valores, de respeto a las diferencias o de adopción de un estilo de vida saludable que favorezca al propio alumno, su familia o su entorno social próximo, son también contribuciones de nuestra área a las competencias sociales y cívicas. En este sentido, cobra especial importancia el análisis crítico que se puede hacer de las modas y la imagen corporal que ofrecen los medios de comunicación o de determinados hábitos con arraigo en nuestra sociedad y que no representan un estilo de vida saludable (sedentarismo, consumo de alcohol y tabaco, etc.).

### Competencia conciencia y expresión cultural

Son numerosas las interrelaciones entre la Educación Física y esta competencia. Por un lado a través del componente expresivo que tiene la comunicación de ideas o sentimientos de forma estética y creativa, llegando a convertirse en un medio de expresión personal, utilizando los recursos del cuerpo y el movimiento. Para ello se demandan habilidades perceptivas, comunicativas, de sensibilidad y sentido estético, así como imaginación y creatividad. Por otro lado se produce un acercamiento a distintas manifestaciones culturales, permitiendo su valoración. Esta área es un excelente vehículo para conocer y analizar de forma crítica fenómenos deportivos de gran trascendencia social, prácticas culturales asentadas en el arraigo popular de esta u otras sociedades,

incluso algunas en riesgo de desaparición o, por el contrario, nuevas prácticas que se abren paso.

### Competencia en comunicación lingüística

El área de Educación Física colabora en la adquisición de la competencia en comunicación lingüística a través de situaciones variadas, de interrelación entre los alumnos o con los docentes, de búsqueda, análisis y exposición de información; de comprensión y explicación de características y normas de juegos, de lectura de cuentos motores, de uso de vocabulario específico del área; etc. Y como en otras áreas, se debe hacer referencia a la valoración de la coherencia en la expresión de ideas, la corrección ortográfica o cualquier otro elemento de esta competencia que no se circunscribe a una sola área. El área de Educación Física tiene un fuerte componente social y socializador al vivenciar en primera persona unas relaciones personales que se fomentan y trabajan desde nuestra perspectiva educativa, relaciones que pueden ir desde una necesidad de cooperación en búsqueda de un objetivo común hasta la resolución de conflictos inherentes a la condición humana. En todas ellas es fundamental la concepción del diálogo como herramienta primordial para la convivencia y el desarrollo adecuado de las actividades y tareas.

### Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

La Educación Física colabora con esta competencia en la medida en que emplaza al alumno a tomar decisiones con progresiva autonomía en situaciones en las que debe superarse a sí mismo, perseverar y tener una actitud positiva. De hecho, el área cuenta con un bloque de contenidos dedicado en gran parte a la gestión del alumno de su vida activa, debiendo ser capaz de planificar y gestionar proyectos, responsabilizándose de ellos, con el fin de alcanzar objetivos tanto de forma individual como colectiva. Unidas a estas también son necesarias capacidades de resolución de problemas, de dominio emocional (relajación, control del riesgo, actuación ante un público, etc.), iniciativa, esfuerzo, superación y la búsqueda de éxito.

## Competencia digital

En esta área se suelen recoger bastantes datos in situ como evaluación formativa, de cara a conocer los resultados de las acciones para analizarlas y mejorarlas. Los medios informáticos y audiovisuales pueden ser utilizados en el proceso de enseñanza-aprendizaje como herramienta de tratamiento rápido y significativo de las informaciones recogidas. El uso de cámaras digitales de fotografía y video permite de forma casi inmediata visualizar, a través del ordenador y el cañón de proyección, realizaciones de los estudiantes, y de esta forma validar o no acciones y dar sentido o no a proyectos.

COMPETENCIA CLAVE	OBJETIVO DE ÁREA
CAA	1
CSC CAA	2
CSC	3
CCEC	4
CAA	5
CCEC CAA	6
CSC CCEC	7
CSC	8
CCEC	9
CD CIEE	10



### 3. CONTENIDOS

La organización de la Educación Física. Se han establecido seis bloques de contenido, cinco de ellos vinculados a diferentes situaciones motrices y uno conectado con aprendizajes de carácter transversal. Los cinco bloques vinculados a la acción motriz configuran los ejes específicos de la educación física escolar, ya que nos permitirán transferir saberes comunes dentro un itinerario de enseñanza-aprendizaje al agrupar situaciones y actividades con rasgos comunes de lógica interna. El bloque de contenido transversal aglutina saberes que ayudan al estudiante a saber desenvolverse con criterios sociales y científicos en el contexto social enriqueciendo su cultura física. Este bloque debe desarrollarse globalmente con las actividades que el docente planteará de los otros cinco bloques. Las actividades permiten abordar aprendizajes a partir de contextos reales y permiten a su vez construir y desarrollar competencias clave para todos y para toda la vida.

**Bloque 1. Acciones motrices individuales.** Se apoyan en actividades esencialmente medibles con parámetros espaciales o temporales o de producción de formas. Solicitan la adaptación del alumnado para lograr conductas motrices cada vez más eficaces, en función de las exigencias del medio. Se trata de optimizar la realización, adquirir el dominio del riesgo y alcanzar cierta soltura en las acciones solicitadas. Este tipo de situaciones se suelen presentar en actividades de desarrollo del esquema corporal, conciencia corporal (relajación, respiración, etc.), de adquisición de habilidades individuales, el acondicionamiento físico, etc. La carrera de larga duración, el atletismo, la natación y la gimnasia deportiva (como combinación de elementos), el patinaje, entre otras son actividades propias de este bloque de contenido.

**BLOQUE 1:** Acciones motrices individuales.**Contenidos:**

Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar.

Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida.

Carreras de obstáculos: encadenamiento de carrera y paso de obstáculos, salida y encadenamiento del primer obstáculo, rapidez en el final de carrera, ritmo de carrera entre obstáculos.

Carreras de relevos: organizarse para entregar el testigo, conservar la velocidad del testigo.

Salto de altura: estabilización del pie de impulso, encadenamiento de carrera y de saltos hacia arriba, exploración de la zona de impulso.

Salto de longitud: diferenciación y encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite, determinación y uso del pie de batida, organización de una carrera de impulso eficaz, organización de una trayectoria aérea.

Multisaltos: encadenamiento correr-rebotar, estabilización del pie de batida, naturaleza de los saltos, construcción de una carrera de impulso eficaz (longitud y velocidad), altura-longitud-ritmo de los saltos.

Lanzamientos: determinación del brazo lanzador, diferenciación y adaptación de las formas de lanzamientos en función del objetivo, la finalidad y el espacio de recepción (empuje, rotación, flexión de brazo), trayectorias del objeto, impulso previo de los lanzamientos.

Carrera de larga duración: gestión del ritmo uniforme, regulación del esfuerzo en carrera, utilizar herramientas de medida, de cálculo de tiempo y distancia comprometerse en un contrato individual o colectivo de curso (distancia/tiempo), incidir en la técnica de carrera en casos singulares).

Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.

Proyectos de curso o centro: visitas de atletas de alguna disciplina, jornadas atléticas, encuentros intercentros, juegos olímpicos, día de la resistencia en el cole, carreras solidarias con ONG, etc.

Actividades de natación: estilos, zambullidas, juegos acuáticos, retos acuáticos combinados, salvamento y socorrismo (pruebas combinadas, arrastres de maniquís, nado con obstáculos), etc.

Flotación-equilibrio, respiración-inmersión (control respiratorio, coordinación respiración-acción, apnea), propulsión-resistencias, gestión del esfuerzo en el nado, gestión del ritmo de nado uniforme.

Organización de la actividad: preparación de mochilas para cambio de atuendo, indumentaria (gorro, gafas, bañador, chanclas, etc.), protocolo de accidentes, etc.

Roles de trabajo: anotador, nadador, cronometrador, etc.

Proyectos de curso o centro: visitas de nadadores o nadadoras, realización de "x" largos de forma colectiva como equipo o curso,

Actividades gimnásticas (rodar, girar, saltar, equilibrarse, desplazarse, etc.).

Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones corporales no habituales que exigen control de su cuerpo en el espacio (volteos, inversiones, etc.), control del riesgo (binomio riesgo-seguridad), priorizar la información a nivel propioceptivo (ayudas como refuerzo), disociación segmentaria, etc.

Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos (combinación de direcciones y superficies, balanceos, etc.), saltos/volar (minitramp, estructuras y materiales), giros (eje longitudinal, volteos adelante y volteos atrás, sobre planos inclinados, etc.), inversiones (pino, tres apoyos, rueda lateral, rondada, etc.), equilibrios (un pie, la vela, etc.), control corporal en los gestos, posturas alineadas, posturas agrupadas, etc.

Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales para facilitar acciones (planos, quitamiedos, colchonetas, rodillos, etc.), ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas y osadas, materiales en buen estado, etc.

Confección de proyectos individuales de número variable de elementos para confeccionar un encadenamiento y respetando las fases de entrada, ejercicio gimnástico y salida con limpieza gestual, pertinencia, comunicatividad e integridad.

Roles de trabajo: anotador, gimnasta, juez, ayudante, etc.

Proyectos de curso o centro: visitas gimnastas, demostraciones para otros cursos de los encadenamientos proyectados y trabajados, etc.

Actividades de patinaje: Patines en línea, patines 2-2, monopatines, patinetes, tablas rodantes, etc.

El patinaje: posición de seguridad (sin y con ayuda de material o compañero/a), deslizamientos (paso patinador, etc.), frenada, giros, cambios de dirección, aprender a caer, levantarse, autonomía en ponerse y quitarse los patines, conservación básica. Educación vial.

Encadenamiento de acciones en un recorrido combinando: deslizamiento con pies paralelos, curvas de slalom, pasar túneles, salto obstáculos, equilibrio sobre un patín, curvas y cruces de patines, figuras singulares, etc.

Roles de trabajo: anotador, patinador, juez, ayudante, etc.

Proyectos de curso o centro: ciudad patines, apadrinamiento de diferentes niveles (1º y 6º), etc.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 6º
<b>BLOQUE 1:</b> Acciones motrices individuales.	
<p><b>Contenidos:</b></p> <p>Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar.</p> <p>Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida.</p> <p>Carreras de obstáculos: encadenamiento de carrera y paso de obstáculos, salida y encadenamiento del primer obstáculo, rapidez en el final de carrera, ritmo de carrera entre obstáculos.</p> <p>Carreras de relevos: organizarse para entregar el testigo, conservar la velocidad del testigo.</p> <p>Salto de altura: estabilización del pie de impulso, encadenamiento de carrera y de saltos hacia arriba, exploración de la zona de impulso.</p> <p>Salto de longitud: diferenciación y encadenamiento de una carrera y de un salto hacia delante a partir de un límite, determinación y uso del pie de batida, organización de una carrera de impulso eficaz, organización de una trayectoria aérea.</p> <p>Multisaltos: encadenamiento correr-rebotar, estabilización del pie de batida, naturaleza de los saltos, construcción de una carrera de impulso eficaz (longitud y velocidad), altura-longitud-ritmo de los saltos.</p> <p>Lanzamientos: determinación del brazo lanzador, diferenciación y adaptación de las formas de lanzamientos en función del objetivo, la finalidad y el espacio de recepción (empuje, rotación, flexión de brazo), trayectorias del objeto, impulso previo de los lanzamientos.</p> <p>Carrera de larga duración: gestión del ritmo uniforme, regulación del esfuerzo en carrera, utilizar herramientas de medida, de cálculo de tiempo y distancia comprometerse en un contrato individual o colectivo de curso (distancia/tiempo), incidir en la técnica de carrera en casos singulares).</p> <p>Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visitas de atletas de alguna disciplina, jornadas atléticas, encuentros intercentros, juegos olímpicos, día de la resistencia en el cole, carreras solidarias con ONG, etc.</p> <p>Actividades de natación: estilos, zambullidas, juegos acuáticos, retos acuáticos combinados, salvamento y socorrismo (pruebas combinadas, arrastres de maniqués, nado con obstáculos), etc.</p> <p>Flotación-equilibrio, respiración-inmersión (control respiratorio, coordinación respiración-acción, apnea), propulsión-resistencias, gestión del esfuerzo en el nado, gestión del ritmo de nado uniforme.</p> <p>Organización de la actividad: preparación de mochilas para cambio de atuendo, indumentaria (gorro, gafas, bañador, chanclas, etc.), protocolo de accidentes, etc.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, nadador, cronometrador, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visitas de nadadores o nadadoras, realización de “x” largos de forma colectiva como equipo o curso,</p> <p>Actividades gimnásticas (rodar, girar, saltar, equilibrarse, desplazarse, etc.).</p> <p>Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones corporales no habituales que exigen control de su cuerpo en el espacio (volteos, inversiones, etc.), control del riesgo (binomio riesgo-seguridad), priorizar la información a nivel propioceptivo (ayudas como refuerzo), disociación segmentaria, etc.</p> <p>Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos (combinación de direcciones y superficies, balanceos, etc.), saltos/volar (minitramp, estructuras y materiales), giros (eje longitudinal, volteos adelante y volteos atrás, sobre planos inclinados, etc.), inversiones (pino, tres apoyos, rueda lateral, rondada, etc.), equilibrios (un pie, la vela, etc.), control corporal en los gestos, posturas alineadas, posturas agrupadas, etc.</p> <p>Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales para facilitar acciones (planos, quitamiedos, colchonetas, rodillos, etc.), ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas y osadas, materiales en buen estado, etc</p> <p>Confección de proyectos individuales de número variable de elementos para confeccionar un encadenamiento y respetando las fases de entrada, ejercicio gimnástico y salida con limpieza gestual, pertinencia, comunicatividad e integridad.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, gimnasta, juez, ayudante, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visitas gimnastas, demostraciones para otros cursos de los encadenamientos proyectados y trabajados, etc.</p> <p>Actividades de patinaje: Patines en línea, patines 2-2, monopatines, patinetes, tablas rodantes, etc.</p> <p>El patinaje: posición de seguridad (sin y con ayuda de material o compañero/a), deslizamientos (paso patinador, etc.), frenada, giros, cambios de dirección, aprender a caer, levantarse, autonomía en ponerse y quitarse los patines, conservación básica. Educación vial.</p> <p>Encadenamiento de acciones en un recorrido combinando: deslizamiento con pies paralelos, curvas de slalom, pasar túneles, salto obstáculos, equilibrio sobre un patín, curvas y cruces de patines, figuras singulares, etc.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, patinador, juez, ayudante, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: ciudad patines, apadrinamiento de diferentes niveles (1º y 6º), etc.</p>	

**Bloque 2. Acciones motrices de oposición.** El alumnado se ve comprometido a interactuar en una situación de antagonismo exclusivo, uno contra uno, cuya finalidad es superar al adversario logrando inclinar una relación de fuerzas a su favor, dentro de un marco reglamentario conocido. A estas acciones corresponden las actividades de enfrentamiento en los que puede existir contacto corporal entre los adversarios (juegos de lucha, el judo suelo, la esgrima, etc.) o actividades modificadas de cancha dividida (Teaching Games for Understanding-TGfU) (bádminton, el mini-tenis, etc.), entre otros.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 5º
<b>BLOQUE 2:</b> Acciones motrices de oposición.		
<b>Contenidos:</b>		
<p>Actividades de adversario/contacto/de lucha: juegos de contacto corporal, juegos de lucha, juegos de oposición, judo suelo, esgrima, kendo, juegos tradicionales (tiro de sogas, etc.) etc.</p> <p>Decodificación de las intenciones y características del adversario (comportamientos, orientación, desplazamientos, puntos fuertes o débiles, etc.), principio de acción-reacción (dominar al adversario generando en él respuestas que aprovechar para desequilibrarlo), principio de equilibrio/desequilibrio (acciones que conllevan el equilibrio y desequilibrio en el combate para conseguir el objetivo), principio de acción permanente (acciones que conllevan la aplicación de fuerzas para inmovilizar o voltear al adversario), principio de creación de un momento de rotación (generar un momento de rotación, levantando, empujando, tirando al adversario para proyectarlo o inmovilizarlo), principio de aplicación de fuerzas (puesta en acción del algoritmo en la actividades de lucha, por ejemplo si yo empujo y si él cede entonces yo le empujo y agarro, etc.), etc.</p> <p>Situaciones de adversario/contacto/de lucha: acciones motrices de lucha primarias (coger y tocar), acciones motrices de lucha secundarias (caídas, tirar y empujar, inmovilizar, volcar, derribar, tocar con objetos, etc.), etc.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, cronometrador, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visita de judocas, torneos colectivos de juegos de oposición, juegos de retos, etc.</p> <p>Actividades de cancha dividida: mini tenis, bádminton, raquetas, indiaka, tenis de mesa, juegos de cancha dividida, combinación de actividades con redes a diferentes alturas, etc.</p> <p>Anticipación perceptiva (prever la trayectoria, situarse detrás del móvil, posición estable, etc.), integración del conjunto implemento-móvil (dominio y control del conjunto, zona de impacto en el implemento, inclinación del implemento, control de la fuerza, distancia entre el lugar el impacto y la mano, etc.), integración del intercambio (las propias de los anteriores, momento del golpeo, control de la fuerza, estabilidad en el golpeo, etc.), construcción de un plan de acción (intención de realizar acciones concretas), trabajo en el espacio propio (lugares centrales de referencia, movilidad constante, organización del espacio en situaciones colectivas, etc.) y trabajo en el espacio adverso (alternancia táctica, algoritmo de ataque, adaptación a la situación de fuerzas, zonas de interferencia en situaciones colectivas, etc.).</p> <p>Situaciones con móvil, situaciones con raqueta/implemento/mano, situaciones de combinación implemento y móvil, situaciones de intercambio (1c1, 2c2, toque control o paradita, etc.), situaciones de oposición incidiendo en el espacio propio (1x1, 2x2), situaciones de oposición incidiendo en el espacio adverso (1x1, 2x2), retos colectivos.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visita de jugadores de alguna modalidad como tenis o bádminton, copa Davis, copa federación, open del colegio con diferentes modalidades, etc.</p>		

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 6º
<b>BLOQUE 2:</b> Acciones motrices de oposición.		

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 6º
<p><b>Contenidos:</b></p> <p>Actividades de adversario/contacto/de lucha: juegos de contacto corporal, juegos de lucha, juegos de oposición, judo suelo, esgrima, kendo, juegos tradicionales (tiro de sogas, etc.) etc.</p> <p>Decodificación de las intenciones y características del adversario (comportamientos, orientación, desplazamientos, puntos fuertes o débiles, etc.), principio de acción-reacción (dominar al adversario generando en él respuestas que aprovechar para desequilibrarlo), principio de equilibrio/desequilibrio (acciones que conllevan el equilibrio y desequilibrio en el combate para conseguir el objetivo), principio de acción permanente (acciones que conllevan la aplicación de fuerzas para inmovilizar o voltear al adversario), principio de creación de un momento de rotación (generar un momento de rotación, levantando, empujando, tirando al adversario para proyectarlo o inmovilizarlo), principio de aplicación de fuerzas (puesta en acción del algoritmo en la actividades de lucha, por ejemplo si yo empujo y si él cede entonces yo le empujo y agarro, etc.), etc.</p> <p>Situaciones de adversario/contacto/de lucha: acciones motrices de lucha primarias (coger y tocar), acciones motrices de lucha secundarias (caídas, tirar y empujar, inmovilizar, volcar, derribar, tocar con objetos, etc.), etc.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, cronometrador, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visita de judocas, torneos colectivos de juegos de oposición, juegos de retos, etc.</p> <p>Actividades de cancha dividida: mini tenis, bádminton, raquetas, indiaka, tenis de mesa, juegos de cancha dividida, combinación de actividades con redes a diferentes alturas, etc.</p> <p>Anticipación perceptiva (prever la trayectoria, situarse detrás del móvil, posición estable, etc.), integración del conjunto implemento-móvil (dominio y control del conjunto, zona de impacto en el implemento, inclinación del implemento, control de la fuerza, distancia entre el lugar el impacto y la mano, etc.), integración del intercambio (las propias de los anteriores, momento del golpeo, control de la fuerza, estabilidad en el golpeo, etc.), construcción de un plan de acción (intención de realizar acciones concretas), trabajo en el espacio propio (lugares centrales de referencia, movilidad constante, organización del espacio en situaciones colectivas, etc.) y trabajo en el espacio adverso (alternancia táctica, algoritmo de ataque, adaptación a la situación de fuerzas, zonas de interferencia en situaciones colectivas, etc.).</p> <p>Situaciones con móvil, situaciones con raqueta/implemento/mano, situaciones de combinación implemento y móvil, situaciones de intercambio (1c1, 2c2, toque control o paradita, etc.), situaciones de oposición incidiendo en el espacio propio (1x1, 2x2), situaciones de oposición incidiendo en el espacio adverso (1x1, 2x2), retos colectivos.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visita de jugadores de alguna modalidad como tenis o bádminton, copa Davis, copa federación, open del colegio con diferentes modalidades, etc.</p>	

**Bloque 3. Acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición.** Este bloque presenta dos tipos de aprendizajes específicos: los relacionados con las acciones de cooperación y los relacionados con las acciones de cooperación y oposición. En los primeros un grupo de estudiantes debe colaborar para conseguir un mismo objetivo. Las acciones cooperativas plantean una actividad colectiva con interdependencia positiva que demanda colaboración, ayuda recíproca, comunicación y coordinación de acción entre los participantes en la búsqueda y puesta en práctica de soluciones motrices que den respuesta a las situaciones problema que se suscitan. La interacción con compañeros y compañeras se convierte en fuente de lo imprevisto e impone reajustes en el cumplimiento de la tarea común, lo que implica lograr una acción más eficaz e intentar reducir la incertidumbre debida a la interacción grupal. Las propuestas de este tipo originan conductas de responsabilidad individual y social. Se promueven aprendizajes asociados al diálogo interpersonal, el pacto, la solidaridad y el respeto por los demás; aspectos de máximo interés cuando se pretende solucionar los conflictos interpersonales. Las actividades adaptadas del mundo del circo, como acrobacias o malabares en grupo, algunos juegos tradicionales, los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los cuentos motores cooperativos, los relevos, entre otras, son actividades que pertenecen a este grupo. En los segundos el contexto es la acción colectiva de

enfrentamiento codificado. Los participantes están en entornos estables para conseguir un objetivo a través del establecimiento de relaciones de colaboración y superar la oposición de otro grupo. La atención selectiva, la interpretación de las acciones del resto de los participantes, la previsión y anticipación de las propias acciones atendiendo a las estrategias colectivas, el respeto a las normas, la capacidad de estructuración espacio-temporal, la resolución de problemas y el trabajo en grupo, son capacidades que adquieren una dimensión significativa en estas acciones. En este grupo de experiencias motrices será conveniente aprender a relacionarse positivamente con los demás, favoreciendo el respeto, el diálogo y la solidaridad entre los compañeros de juego. Algunos juegos tradicionales (duelos de equipos, juegos paradójicos, juegos donde los jugadores pueden cambiar de equipo, etc.), juegos en grupo, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergentes (kin-ball, etc.), juegos y deportes modificados basados en la comprensión (TGfU) como los juegos de bate y carrera (béisbol, etc.), los juegos de cancha dividida (voleibol, etc.) y los juegos de invasión (hockey, etc.), así como acciones dentro del modelo de educación deportiva (Sport Education-SE) son actividades que pertenecen a este grupo.

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 5º
<b>BLOQUE 3:</b> Acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición.		
<p><b>Contenidos:</b></p> <p>Actividades de cooperación: actividades adaptadas del mundo del circo (acrobacias o malabares en grupo), juegos tradicionales (comba, torres humanas, etc.), los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los cuentos motores cooperativos, los relevos, etc.</p> <p>Ajuste de la motricidad a la de los demás, sincronización de acciones, utilización común de estrategias básicas de juego (anticipación), práctica de actividades cooperativas que supongan un esfuerzo conjunto, establecimiento de proyectos de acción colectivos, colaboración con compañeros para conseguir un objetivo común, construcción de reglas colectivas.</p> <p>Roles de trabajo: controlador, jugadores, árbitro, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: desafíos cooperativos para todos y todas, jornadas de juegos para todos y todas, etc.</p> <p>Actividades de cooperación-oposición: Algunos juegos tradicionales, juegos en grupo, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergentes (kin-ball, datchball, colphol, touchball, etc.), juegos y deportes modificados basados en la comprensión (Teaching Games for Understanding-TGfU) como los juegos de bate y carrera (béisbol, entre otros), los juegos de cancha dividida (voleibol, entre otros) y los juegos de invasión (como hockey, baloncesto, korfbal, balonmano, rugby, fútbol, entre otros), desarrollar iniciativas pedagógicas dentro del modelo de educación deportiva (Sport Education-SE).</p> <p>Conservación/recuperación del balón, progresión hacia la meta contraria/evitación de la progresión hacia la meta propia, alternancia táctica entre la defensa y el ataque, aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota) en ataque y en defensa, puesta en práctica del algoritmo de ataque, puesta en práctica del algoritmo de defensa, reducción e incremento del espacio y la duración del juego, creación de un desequilibrio a su favor, reducción de la incertidumbre elaborando y utilizando estrategias de acción colectiva de ataque y defensa, ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo, etc.), etc.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, jugadores, árbitro, entrenador/a, afición, prensa, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visita de equipos y/o jugadores, torneos de clases, torneos de curso, torneos de equipos configurados con niños/as de diferentes cursos, etc.</p>		

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 6º
<b>BLOQUE 3:</b> Acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición.		

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 6º
<p><b>Contenidos:</b></p> <p>Actividades de cooperación: actividades adaptadas del mundo del circo (acrobacias o malabares en grupo), juegos tradicionales (comba, torres humanas, etc.), los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los cuentos motores cooperativos, los relevos, etc.</p> <p>Ajuste de la motricidad a la de los demás, sincronización de acciones, utilización común de estrategias básicas de juego (anticipación), práctica de actividades cooperativas que supongan un esfuerzo conjunto, establecimiento de proyectos de acción colectivos, colaboración con compañeros para conseguir un objetivo común, construcción de reglas colectivas.</p> <p>Roles de trabajo: controlador, jugadores, árbitro, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: desafíos cooperativos para todos y todas, jornadas de juegos para todos y todas, etc.</p> <p>Actividades de cooperación-oposición: Algunos juegos tradicionales, juegos en grupo, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergentes (kin-ball, datchball, colphol, touchball, etc.), juegos y deportes modificados basados en la comprensión (Teaching Games for Understanding-TGfU) como los juegos de bate y carrera (béisbol, entre otros), los juegos de cancha dividida (voleibol, entre otros) y los juegos de invasión (como hockey, baloncesto, korfbal, balonmano, rugby, fútbol, entre otros), desarrollar iniciativas pedagógicas dentro del modelo de educación deportiva (Sport Education-SE).</p> <p>Conservación/recuperación del balón, progresión hacia la meta contraria/evitación de la progresión hacia la meta propia, alternancia táctica entre la defensa y el ataque, aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota) en ataque y en defensa, puesta en práctica del algoritmo de ataque, puesta en práctica del algoritmo de defensa, reducción e incremento del espacio y la duración del juego, creación de un desequilibrio a su favor, reducción de la incertidumbre elaborando y utilizando estrategias de acción colectiva de ataque y defensa, ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo, etc.), etc.</p> <p>Roles de trabajo: anotador, jugadores, árbitro, entrenador/a, afición, prensa, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: visita de equipos y/o jugadores, torneos de clases, torneos de curso, torneos de equipos configurados con niños/as de diferentes cursos, etc.</p>	

**Bloque 4. Acciones motrices en el medio natural.** Las acciones básicas de este bloque (con o sin materiales) se efectúan en el entorno natural o similar, que puede presentar diversos niveles de incertidumbre y estar más o menos acondicionado, codificado o balizado. Las relaciones del alumnado y el medio natural suelen acarrear una implicación y compromiso total, lo que puede conllevar una fuerte carga emocional. En este bloque se incluyen todas las situaciones con incertidumbre emergente del medio, tanto si el alumnado se enfrenta a ellas solo, en colaboración con otros participantes, o en oposición individual o grupal. Resulta decisiva la codificación de información de las condiciones del entorno para situarse, priorizar la seguridad sobre el riesgo y para regular la intensidad de los esfuerzos en función de las posibilidades personales. Estas actividades facilitan la conexión con otras áreas del currículo y la profundización en valores relacionados con la conservación del entorno, fundamentalmente del medio natural. El senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, utilizar las vías verdes, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, las actividades en la nieve, la trepa (que puede evolucionar hacia la escalada), las actividades que combinan algunas de las anteriores prácticas físicas forman parte, entre otras, de las actividades de este bloque.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 6º
<b>BLOQUE 4:</b> Acciones motrices en el medio natural.	

**Contenidos:**

Actividades en el medio natural: el senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, el esquí nórdico (y otras modalidades), la trepa (que puede evolucionar hacia la escalada), etc.

Adopción de una motricidad adaptada y específica para ajustarse a un medio variado y, a veces, variable (natural o reproducido) y para manejar instrumentos, vehículos o materiales que produzcan problemas de equilibrio; toma de informaciones y referencias pertinentes para construir un desplazamiento razonado y reflexionado; familiarización con materiales soporte (mapas, etc.); gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de seguridad activa y pasiva; características de las rutas según MIDE; progresión en los espacios de la actividad, etc.

Trepa: tres apoyos, el centro de gravedad pegado a la pared, etc. Espacios de trabajo: escenarios con planos inclinados, espalderas, rocódromos, etc.

Esquí nórdico: aprendizajes para actuar del estilo clásico (paso alternativo, paso de subida, paso empuja, posición de bajada y cuña, paso combinado), regulación del esfuerzo en la actividad y aprendizajes para gestionar una práctica autónoma (uso de instalaciones y espacios, seguridad pasiva y activa, autonomía en la gestión del material).

BTT: Uso de los cambios de manera autónoma para adaptarse a las particularidades del terreno, acciones específicas para adaptarse a las condiciones de la ruta (retos variados en formato taller como zig-zag, trébol, taller de los lentos, juegos de equilibrio, el limbo, etc.), educación vial, principios de seguridad activa (comportamiento en ruta) y pasiva (cuidado y mantenimiento básico), indumentaria (casco, guantes, gafas, culote, etc.), funcionamientos como grupo en las salidas, etc.

Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza, uso de brújula, etc.

Roles de trabajo: anotador, participante, cronometrador, asegurador, guía, etc.

Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas...), etc.

Proyectos de curso o centro: Con la bici al cole. Parques activos. Grupos de medio natural con familias. Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo, orientación, esquí nórdico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios de seguridad activa y pasiva. Realización de actividades que combinan prácticas físicas (por ejemplo: la orientación y BTT, el Tree-Athlon (carrera de larga duración-BTT-plantar y apadrinar un árbol), el esquí nórdico y la orientación, etc.) y que conllevan la preparación previa de esa tarea (cuadernos de campo, etc.), con una relación explícita con otras áreas para enriquecer el proyecto. etc.

**Bloque 5. Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas.** Las actividades que engloban este tipo de acciones se articulan entorno a una doble exigencia: la expresión y la comunicación; ambas caminan juntas en el proceso creativo. Las conductas motrices expresivas, propias de este bloque, se apoyan en la motricidad expresiva, la simbolización y la comunicación. Para crear y expresar, el sujeto moviliza su imaginación y creatividad, despierta su sensibilidad y afectividad, utiliza diferentes registros de expresión (corporal, oral, de danza, musical, etc.), encadena acciones y maneja toda una serie de recursos expresivos (espacios, ritmos, desplazamientos, formas, objetos, roles, códigos, etc.). Las producciones quieren traducir significados de forma artística con la intención de comunicar, ser escuchado, percibido, apreciado por otro/s y provocar emociones en los espectadores. Estas situaciones pueden ser tanto individuales como en grupo. El uso del espacio, las calidades de la acción motriz, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de expresión (corporal, oral, danzada, musical), son la base de estas acciones. Dentro de estas actividades tenemos, entre otras, los juegos cantados, la expresión corporal, las danzas, el juego dramático, el mimo, la gimnasia rítmica y las actividades circenses.



<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>	<b>Curso: 5º</b>
<b>BLOQUE 5:</b> Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas.	
<p><b>Contenidos:</b></p> <p>Actividades con intenciones artísticas o expresivas: Prácticas teatrales (juego dramático, mimo, clown, teatro de sombras, match de improvisación, etc.), prácticas danzadas (juegos bailados, danzas lúdicas, danza creativa, danzas urbanas, danza improvisación, bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, coreografías grupales, etc.), prácticas teatrales y danzadas (expresión corporal básica, danza contemporánea, danzas folclóricas, danzas étnicas, etc.), composiciones estéticas (iconografía, acrosport, habilidades circenses, etc.), lenguaje gestual (comunicación no verbal del ser humano, etc.), actividades físicas estéticas (danza clásica o ballet, gimnasia rítmica deportiva, natación sincronizada, etc.) y actividades sociales estandarizadas (bailes de salón y bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, etc.).</p> <p>Motricidad expresiva (puesta en práctica de la movilización corporal, utilización del espacio, estructuración del tiempo, movilización de la energía y calidades del movimiento, puesta en práctica de las relaciones entre actores), simbolización (convertir las imágenes mentales o no en movimiento, función poética del movimiento, etc.) y comunicación (gestión de la mirada, relación entre los que danzan, relación entre éstos y los espectadores, etc.).</p> <p>Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.</p> <p>Danzas y bailes en la escuela: banco de danzas y bailes del mundo en páginas web especializadas (ejemplo: danzas del mundo)</p> <p>Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de navidad, festivales de final de curso, conmemoraciones, exhibiciones, proyectos interdisciplinarios con educación artística (u otras áreas), etc.</p>	

<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>	<b>Curso: 6º</b>
<b>BLOQUE 5:</b> Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas.	
<p><b>Contenidos:</b></p> <p>Actividades con intenciones artísticas o expresivas: Prácticas teatrales (juego dramático, mimo, clown, teatro de sombras, match de improvisación, etc.), prácticas danzadas (juegos bailados, danzas lúdicas, danza creativa, danzas urbanas, danza improvisación, bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, coreografías grupales, etc.), prácticas teatrales y danzadas (expresión corporal básica, danza contemporánea, danzas folclóricas, danzas étnicas, etc.), composiciones estéticas (iconografía, acrosport, habilidades circenses, etc.), lenguaje gestual (comunicación no verbal del ser humano, etc.), actividades físicas estéticas (danza clásica o ballet, gimnasia rítmica deportiva, natación sincronizada, etc.) y actividades sociales estandarizadas (bailes de salón y bailes y danzas del mundo y tradicionales autonómicos, etc.).</p> <p>Motricidad expresiva (puesta en práctica de la movilización corporal, utilización del espacio, estructuración del tiempo, movilización de la energía y calidades del movimiento, puesta en práctica de las relaciones entre actores), simbolización (convertir las imágenes mentales o no en movimiento, función poética del movimiento, etc.) y comunicación (gestión de la mirada, relación entre los que danzan, relación entre éstos y los espectadores, etc.).</p> <p>Fases del proceso creativo: solicitud a partir de un inductor, diversidad/variedad, enriquecimiento, elección individual o colectiva, producción y presentación ante los demás.</p> <p>Danzas y bailes en la escuela: banco de danzas y bailes del mundo en páginas web especializadas (ejemplo: danzas del mundo)</p> <p>Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador, etc.</p> <p>Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de navidad, festivales de final de curso, conmemoraciones, exhibiciones, proyectos interdisciplinarios con educación artística (u otras áreas), etc.</p>	

**Bloque 6. Gestión de la vida activa y valores.** Este bloque muestra diferentes aprendizajes transversales al área como son las reglas y principios para actuar, la actividad física, hábitos posturales, higiénicos y alimenticios, los efectos fisiológicos de la realización de actividad física relacionados con la salud, la aceptación de las diferentes realidades corporales, el reconocimiento del patrimonio cultural, la construcción de la vida activa, el desarrollo de valores individuales, sociales y medio ambientales.

**BLOQUE 6:** Gestión de la vida activa y valores.**Contenidos:**

Las capacidades físicas básicas. Identificación y valoración, reconociendo su influencia en la mejora de las habilidades motrices.

Interés por la mejora de las capacidades físicas orientadas a la salud.

Principios y reglas de acción de las actividades motrices: individuales (cuanto mayor sea la amplitud de la zancada, mayor velocidad, elección del ángulo de salida en el lanzamiento de un objeto,...), de oposición (lanzar el móvil lejos del oponente, ocupar espacios centrales,...) y de cooperación-oposición (progresar hacia el objetivo, buscar espacios libres,...). Identificación y experimentación comprobando su eficacia.

Elementos orgánico-funcionales relacionados con el movimiento: sistemas circulatorio y respiratorio, elementos básicos del aparato locomotor (huesos, músculos, ligamentos y tendones).

Identificación de la frecuencia cardíaca y respiratoria y cálculo de la zona de trabajo óptimo.

Adopción de ritmos e intensidades de esfuerzo acordes con una buena gestión de sus capacidades física.

Hábitos de alimentación y su repercusión sobre la salud y el ejercicio físico. Fundamentos de una dieta equilibrada.

Identificación de prácticas poco saludables en relación a la actividad física (o ausencia de ella).

Efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física y la adopción de hábitos posturales correctos.

Adquisición de hábitos de medidas de seguridad, de calentamiento, dosificación del esfuerzo y de recuperación, orientados a la prevención de lesiones en la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.

Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente.

Valoración y aceptación de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas y adopción de actitudes adecuadas para evitar comportamientos discriminatorios.

La actividad física, el juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales. Reconocimiento e identificación de diferentes tipos de actividades.

Práctica de juegos, juegos tradicionales, deportes (en sus diversas manifestaciones) o actividades artísticas de distintas culturas, especialmente los de las presentes en el entorno aragonés, y reconocimiento de su riqueza cultural, historia y origen.

Conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la práctica de actividad física y que pueden ser generadoras de conflictos, tanto en las situaciones de clase como en espectáculos deportivos.

Iniciativa para solucionar los conflictos y utilización, como medio para ello, del diálogo y las normas básicas de comunicación social.

Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la obtención de información y la realización de trabajos, con unos contenidos estructurados y una presentación cuidada.

Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física. Confianza en sus propias posibilidades.

Adquisición de hábitos de cuidado e higiene corporal.

Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que participan en el juego.

EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 6º
<b>BLOQUE 6:</b> Gestión de la vida activa y valores.	
<p><b>Contenidos:</b></p> <p>Las capacidades físicas básicas. Conocimiento, identificación y valoración, reconociendo su influencia en la mejora de las habilidades motrices.</p> <p>Interés por la mejora de las capacidades físicas orientadas a la salud.</p> <p>Principios y reglas de acción de las actividades motrices: individuales (cuanto mayor sea la amplitud de la zancada, mayor velocidad, elección del ángulo de salida en el lanzamiento de un objeto...), de oposición (lanzar el móvil lejos del oponente, ocupar espacios centrales...) y de cooperación-oposición (progresar hacia el objetivo, buscar espacios libres...). Identificación y experimentación comprobando su eficacia.</p> <p>Elementos orgánico-funcionales relacionados con el movimiento: sistemas circulatorio y respiratorio, elementos básicos del aparato locomotor (huesos, músculos, ligamentos y tendones).</p> <p>Identificación de la frecuencia cardíaca y respiratoria y cálculo de la zona de trabajo óptimo. Adopción de ritmos e intensidades de esfuerzo acordes con una buena gestión de sus capacidades físicas.</p> <p>Hábitos de alimentación y su repercusión sobre la salud y el ejercicio físico. Fundamentos de una dieta equilibrada.</p> <p>Identificación de prácticas poco saludables en relación a la actividad física (o ausencia de ella) y al consumo de sustancias perjudiciales para la salud.</p> <p>Efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física y la adopción de hábitos posturales correctos.</p> <p>Adquisición de hábitos de medidas de seguridad, de calentamiento, dosificación del esfuerzo y de recuperación, orientados a la prevención de lesiones en la actividad física, con conocimiento de las más comunes y de actuaciones de primeros auxilios. Uso correcto de materiales y espacios.</p> <p>Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente.</p> <p>Valoración y aceptación de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas y adopción de actitudes adecuadas para evitar comportamientos discriminatorios.</p> <p>La actividad física, el juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales. Reconocimiento e identificación de diferentes tipos de actividades.</p> <p>Práctica de juegos, juegos tradicionales, deportes (en sus diversas manifestaciones) o actividades artísticas de distintas culturas, especialmente los de las presentes en el entorno aragonés, y reconocimiento de su riqueza cultural, historia y origen.</p> <p>Conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la práctica de actividad física y que pueden ser generadoras de conflictos, tanto en las situaciones de clase como en espectáculos deportivos.</p> <p>Iniciativa para solucionar los conflictos y utilización, como medio para ello, del diálogo y las normas básicas de comunicación social.</p> <p>Uso de las tecnologías de la información y la comunicación para la obtención de información y la realización de trabajos, con unos contenidos estructurados y una presentación cuidada.</p> <p>Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor, con autonomía y creatividad, y del esfuerzo personal en la actividad física. Confianza en sus propias posibilidades.</p> <p>Adquisición de hábitos de cuidado e higiene corporal.</p> <p>Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias, resultados y personas que participan en el juego.</p>	

Esta organización no excluye formulas globalizadas que propongan la interrelación de actividades de diferentes bloques en una misma propuesta didáctica.

### a) Tratamiento de los elementos transversales

BLOQUE DE CONTENIDO	ELEMENTO TRANSVERSAL
1	Actividad física y dieta equilibrada, práctica diaria de deporte y ejercicio físico durante la jornada escolar, educación cívica y constitucional, resolución pacífica de conflictos, libertad, paz, democracia, respeto a los derechos humanos y rechazo a la violencia terrorista, igualdad efectiva entre hombre y mujeres, prevención de la violencia de género, de cualquier forma de racismo y xenofobia

BLOQUE DE CONTENIDO	ELEMENTO TRANSVERSAL
2	Actividad física y dieta equilibrada, práctica diaria de deporte y ejercicio físico durante la jornada escolar, educación cívica y constitucional, resolución pacífica de conflictos, libertad, paz, democracia, respeto a los derechos humanos y rechazo a la violencia terrorista, igualdad efectiva entre hombre y mujeres, prevención de la violencia de género, de cualquier forma de racismo y xenofobia
3	Actividad física y dieta equilibrada, práctica diaria de deporte y ejercicio físico durante la jornada escolar, educación cívica y constitucional, resolución pacífica de conflictos, libertad, paz, democracia, respeto a los derechos humanos y rechazo a la violencia terrorista, igualdad efectiva entre hombre y mujeres, prevención de la violencia de género, de cualquier forma de racismo y xenofobia
4	Actividad física y dieta equilibrada, práctica diaria de deporte y ejercicio físico durante la jornada escolar, educación cívica y constitucional, resolución pacífica de conflictos, desarrollo sostenible y medio ambiente.
5	Actividad física y dieta equilibrada, práctica diaria de deporte y ejercicio físico durante la jornada escolar, educación cívica y constitucional, resolución pacífica de conflictos.
6	Comprensión lectora, expresión oral y escrita, espíritu emprendedor e iniciativa empresarial y TIC. Actividad física y dieta equilibrada, práctica diaria de deporte y ejercicio físico durante la jornada escolar, educación cívica y constitucional, resolución pacífica de conflictos. Educación y seguridad vial.

## b) Temporalización

PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
BLOQUES 2, 3 y 6	BLOQUES 1 y 6	BLOQUES 4, 5 y 6

## 4. METODOLOGÍA

Cuando hablamos del término metodología hablamos de cómo vamos a conducir la enseñanza. Para ser apropiada, debe ajustarse a una serie de aspectos fundamentales que nos dicta la actual legislación y que debe conectar la metodología con el resto de elementos del currículum. En relación con la **metodología** podemos encontrar en el artículo 9 de la Orden de 16 de junio de 2014 (LOMCE) los principios metodológicos generales. Con la finalidad de orientar las decisiones sobre estrategias, procedimientos y acciones de práctica educativa se señalan los principios metodológicos válidos para toda la etapa:

- La atención a la diversidad de los alumnos como elemento central de las decisiones metodológicas.
- El desarrollo de las inteligencias múltiples desde todas las áreas.
- El aprendizaje realmente significativo a través de una enseñanza para la comprensión de una estimulación de los procesos de pensamiento.
- El aprendizaje por descubrimiento como vía fundamental de aprendizaje.
- La aplicación de lo aprendido contribuyendo al desarrollo de las competencias clave.
- La preparación para la resolución de problemas de la vida cotidiana.
- El fomento de la creatividad a través de tareas actividades abiertas que supongan un reto para los alumnos en todas las áreas.
- La combinación de diversos agrupamientos priorizando los heterogéneos sobre los homogéneos, valorando a los iguales y el aprendizaje cooperativo como medio para favorecer la atención de calidad a todo el alumnado y la educación en valores.

Vamos a diferenciar aquí dos apartados diferentes, el método y el estilo de enseñanza.

a) **Método:** Es la forma de conducir la enseñanza, para alcanzar los objetivos que se persiguen. Nuestra programación trabajará esencialmente con una **metodología de búsqueda** que pretende cumplir los principios generales que marca la legislación.

b) **Estilo:** Se refiere a la interacción profesor-alumno en el proceso de toma de decisiones. Se valora en función de la participación de cada uno en este proceso. Siguiendo los que nos marca **Muska Mosston** (1998) y orientados por el método que hemos seleccionado, nos vamos a basar fundamentalmente en los estilos de **descubrimiento guiado y resolución de problemas**, ambos considerados como estilos cognoscitivos que favorecen y permite una alta construcción del aprendizaje por parte del alumno. Dado que nuestra unidad se basa fundamentalmente en el juego, sus características responden a este tipo de estilos de enseñanza.

Además, también utilizaremos para ciertas sesiones dentro de nuestras unidades, estilos participativos como la **enseñanza recíproca o la microenseñaza**.

**Estrategias en la práctica:** Distinguimos aquí tres estrategias distintas de aplicación en la práctica: global, analítica y mixta. Como principio general marcado en el preámbulo de la LOMCE la enseñanza en la etapa de Primaria debe ser global, por lo que debemos plantear con carácter general en nuestra programación una estrategia de tipo global a la

hora de trabajar la progresión didáctica de la materia. No obstante las estrategias no son únicas por lo que también combinaremos global-analítica y global con polarización de la atención.

**En este curso tan excepcional se intentará llevar a cabo el desarrollo y el trabajo de los bloques de contenidos tal y como están planificados pero siendo conscientes de que debido a las circunstancias es posible que no se puedan trabajar en su plenitud y con normalidad.**

## **5. EVALUACIÓN**

La evaluación será continua y atenderá a los principios fundamentales de individualización y contextualización. A la hora de realizar la evaluación de la programación didáctica, habrá que tener presente una serie de aspectos fundamentales que se recogen en la ORDEN 21 de diciembre de 2015, que nos hablan acerca del carácter de la evaluación y que están sintetizados a continuación:

- Será continua y global: Tendrá en cuenta el progreso.
- Tendrá carácter informativo, formativo y orientador del proceso de aprendizaje.
- Los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables serán los referentes para la comprobación del grado de adquisición de las competencias y el logro de los objetivos de la etapa en las evaluaciones continua y final de los alumnos.
- Se establecerán los momentos de la evaluación, para lo que seguiremos fundamentalmente los que nos plantea Domingo Blázquez (1990) y que se refiere a tres concretos: evaluación inicial, evaluación formativa y evaluación final. Cada momento estará dotado de las características que se explicitan continuación:

### **a) Evaluación del alumnado**

La evaluación inicial se realizará tanto al principio de curso, como al comienzo de cada una de las unidades didácticas que planteadas. Es necesario conocer el punto de partida con el que contamos para ajustar correctamente la diversidad dentro de la unidad. A la

vez, y teniendo en cuenta que las sesiones que conforman la unidad no son una estructura fija sino dinámica, la evaluación inicial nos reorientará posteriores situaciones de enseñanza-aprendizaje a plantear.

Vamos a utilizar los siguientes **instrumentos** para valorar la progresión del alumno:

- Registro de acontecimientos: Que es una técnica cualitativa de apreciación donde registraremos sencillamente aquellos comportamientos destacables que observemos en el aula, sin ningún criterio preestablecido más que los objetivos propios de la sesión de trabajo.
- Hoja registro de faltas de material: Será un apartado con la finalidad de mejorar la autonomía por parte de los alumnos/as. Para la revisión de bolsitas de aseo y equipamiento deportivo.
- Rúbricas, tests, pruebas y valoración de las exposiciones: Se llevarán a cabo para comprobar el grado de adquisición de los objetivos, contenidos y competencias implicadas.

Con respecto a los **criterios de calificación** son aspectos que se basan en la evaluación final o sumativa, donde el evaluador debe emitir un juicio calificador sobre el alumno. Las calificaciones, reflejadas en el artículo 5 de la ORDEN 21 de diciembre de 2015, se formularán con SB, NT, BI, SU, IN; dichos términos irán acompañados de una calificación numérica, sin decimales, en una escala de 1 a 10 según el grado de consecución de los objetivos planteados para el nivel y la progresión del alumno.

De esta forma, los criterios de calificación que tendremos en cuenta a la hora de emitir un juicio en esta programación serán los siguientes:

Criterio de calificación		Instrumento
Comportamiento	10 %	Registro de acontecimientos
Actitud	20 %	Rúbrica (Anexo I) y hoja registro de falta de material
Aptitud	60 %	Pruebas
Trabajo	10 %	Rúbrica

## **b) Evaluación docente y programación didáctica**

Dado que no sólo el alumno debe ser objeto de evaluación en un proceso de enseñanza-aprendizaje, se plantea la evaluación tanto de la acción del docente dentro del aula como de la programación didáctica. Sería interesante contar con un observador externo que pudiera evaluarnos directamente a nosotros, pero sabiendo que eso es muy complicado, utilizaremos unas pautas de autoevaluación de nuestra acción en el aula y así mismo aprovecharemos la visión de nuestros alumnos incluyendo algunas preguntas relativas a dicha acción en las fichas de evaluación y en los momentos de reflexión.

## **c) Mínimos exigibles**

### **4º Primaria**

#### Bloque 1

- Integrar acciones motrices individuales para realizar proyectos de acción tendentes a mejorar sus resultados y/o diseñar y realizar un encadenamiento elaborado con la intención de mostrarlo a otros.

#### Bloque 2

- Encadena acciones que le permitan resolver y analizar diferentes situaciones en las que se realicen diferentes acciones motrices de oposición (por ejemplo, de lucha, de cancha dividida u otras).

#### Bloque 3

- Encadena lanzamientos, recepciones, atrapes, botes, etc., con intención evidente cuando actúa en situaciones de cooperación y cooperación-oposición.

#### Bloque 4

- Combinar con la ayuda del docente, acciones motrices para adaptar su motricidad de forma segura a la incertidumbre de las actividades en el medio natural decodificando información y aprovechando las posibilidades del centro escolar.



## Bloque 5

- Utilizar el uso de recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para elaborar producciones con intención artística o expresiva.

## Bloque 6

- Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros, tanto en su realidad corporal como en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés.

## **5º Primaria**

### Bloque 1

- Combinar acciones motrices individuales para implicarse en proyectos de acción tendentes a mejorar sus resultados y/o planificar y realizar un encadenamiento con cierto grado de dificultad.

### Bloque 2

- Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con oposición, aplicando principios y reglas de acción para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.

### Bloque 3

- Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.

### Bloque 4

- Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.

## Bloque 5

- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas en acciones con intención artística o expresiva.

## Bloque 6

- Mejorar el nivel de gestión de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.

## **6º Primaria**

### Bloque 1

- Adapta los desplazamientos, salto, giros a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.

### Bloque 2

- Encadena acciones con éxito para resolver, analizar y valorar diferentes problemas motrices de oposición (por ejemplo, de lucha, de cancha dividida u otras).

### Bloque 3

- Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.

### Bloque 4

- Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.

### Bloque 5

- Combinar el uso de recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para elaborar producciones con intención artística o expresiva.

## Bloque 6

- Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros, tanto en su realidad corporal como en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés.

### **d) Información a las familias**

Tal y como indica el Capítulo IV de la ORDEN 21 de diciembre de 2015 con el fin de garantizar el derecho de las familias a participar en el proceso educativo de sus hijos, se informará a los padres o representantes legales sobre la evolución escolar de sus hijos. Dado que nos encontramos en Primaria, se entregará un boletín trimestral a cada alumno que registre estas calificaciones. Al final de curso, el boletín final recogerá las calificaciones obtenidas en cada una de las evaluaciones, así como la final. Así mismo, con el fin de garantizar la objetividad, el profesorado informará a los padres o representantes legales, a principio de curso, de los procedimientos e instrumentos de evaluación, de los criterios y estándares de aprendizaje y los criterios de calificación para superar las áreas.

### **e) Relación de las competencias clave, contenidos, criterios y estándares de aprendizaje**

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 5º
BLOQUE 1: Acciones motrices individuales.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.1.1.</b> Combinar acciones motrices individuales para implicarse en proyectos de acción tendentes a mejorar sus resultados y/o planificar y realizar un encadenamiento con cierto grado de dificultad.	CAA CMCT	<b>Est.EF.1.1.1.</b> Combina acciones motrices individuales para implicarse en proyectos de acción tendentes a mejorar sus resultados (por ejemplo, atletismo, carrera de larga duración, natación, etc.) y/o planificar un encadenamiento para realizar producciones con cierto grado de dificultad con la intención de mostrarlo a otros.	CAA CMCT

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 6°
BLOQUE 1: Acciones motrices individuales.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.1.1.</b> Resolver encadenamientos de situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz, en actividades físico deportivas individuales.	CAA CMCT	<b>Est.EF.1.1.1.</b> Adapta los desplazamientos, salto, giros a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.	CAA CMCT

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 5°
BLOQUE 2: Acciones motrices de oposición.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.2.1.</b> Resolver, analizar y valorar su actuación en diferentes problemas motrices encadenando acciones de oposición (por ejemplo, de lucha, de cancha dividida u otras).	CAA CMCT	<b>Est.EF.2.1.1.</b> Encadena acciones con autonomía para resolver, analizar y valorar diferentes problemas motrices de oposición (por ejemplo, de lucha, de cancha dividida u otras).	CAA CMCT

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 6°
BLOQUE 2: Acciones motrices de oposición.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.2.1.</b> Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con oposición, aplicando principios y reglas de acción para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	CAA CMCT	<b>Est.EF.2.1.1.</b> Encadena acciones con éxito para resolver, analizar y valorar diferentes problemas motrices de oposición (por ejemplo, de lucha, de cancha dividida u otras).	CAA CMCT

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 5°
BLOQUE 3: Acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.3.1.</b> Encadenar con autonomía varias manipulaciones de objetos de manera eficaz tanto en juegos de cooperación-oposición como en juegos de cooperación.	CAA CMCT	<b>Est.EF.3.1.1.</b> Encadena con autonomía lanzamientos, recepciones, atrapes, botes, etc., con intención evidente y eficacia cuando actúa en situaciones de cooperación y cooperación-oposición.	CAA CMCT
<b>Cri.EF.3.2.</b> Encadenar acciones de forma autónoma para resolver situaciones cooperativas y/o situaciones de cooperación-oposición.	CAA CMCT CSC	<b>Est.EF.3.2.1.</b> Encadena acciones para resolver con autonomía situaciones de retos cooperativos y/o situaciones modificadas de cooperación-oposición asumiendo los diferentes subroles.	CAA CMCT CSC

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 6°
BLOQUE 3: Acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.3.1.</b> Resolver encadenamientos de situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz, en actividades físicas de cooperación y cooperación-oposición.	CAA CMCT	<b>Est.EF.3.1.1.</b> Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	CAA CMCT
<b>Cri.EF.3.2.</b> Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas de acción para resolver las situaciones motrices, actuando de forma coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	CAA CMCT CSC	<b>Est.EF.3.2.1.</b> Encadena acciones para resolver con éxito situaciones de retos cooperativos y/o situaciones modificadas de cooperación-oposición asumiendo los diferentes subroles.	CAA CMCT CSC

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 5°
BLOQUE 4: Acciones motrices en el medio natural.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.4.1.</b> Combinar con autonomía acciones motrices para adaptar su motricidad de forma segura a la incertidumbre de las actividades en el medio natural decodificando información y aprovechando las posibilidades del centro escolar.	CAA CMCT	<b>Est.EF.4.1.1.</b> Combina con autonomía acciones motrices para adaptar su motricidad de forma segura a recorridos con incertidumbre en el medio, decodificando información, aprovechando las posibilidades del centro escolar, y modulando determinados aspectos (por ejemplo, el tipo de desplazamiento, el espacio, el número de señales, el grado de incertidumbre, la duración, el uso o no de equipos o vehículos, etc.).	CAA CMCT

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 6°
BLOQUE 4: Acciones motrices en el medio natural.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.4.1.</b> Resolver encadenamientos de situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz, en actividades físico deportivas en el medio natural.	CAA CMCT	<b>Est.EF.4.1.1.</b> Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.	CAA CMCT

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 5º
BLOQUE 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
Cri.EF.5.1. Combinar el uso de recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para elaborar producciones con intención artística o expresiva.	CCEC CIEE	Est.EF.5.1.1. Coordina con otros, de manera autónoma, el uso de diferentes recursos expresivos (por ejemplo, uso de espacios, alturas, desplazamientos, mirada, miedo, humor, jugar con el espectador, etc.) para participar en proyectos de acción colectivos (por ejemplo para elaborar y representar composiciones coreográficas, escénicas o danzadas) con la intención de mostrarlo a otros.	CCEC CIEE
		Est.EF.5.1.2. Realiza de manera autónoma movimientos encadenados a partir de estímulos rítmicos o musicales, de forma individual, en parejas o grupos.	CCEC

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 6º
BLOQUE 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
Cri.EF.5.1. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas en acciones con intención artística o expresiva.	CCEC CIEE	Est.EF.5.1.1. Coordina con otros, de manera autónoma, el uso de diferentes recursos expresivos (por ejemplo, uso de espacios, alturas, desplazamientos, mirada, miedo, humor, jugar con el espectador, etc.) para participar en proyectos de acción colectivos (por ejemplo para elaborar y representar composiciones coreográficas, escénicas o danzadas, representativas de Aragón, de distintas culturas y de distintas épocas) con la intención de mostrarlo a otros.	CCEC CIEE
		Est.EF.5.1.2. Representa o expresa movimientos complejos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.	CCEC

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 5º
BLOQUE 6: Gestión de la vida activa y valores.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
Cri.EF.6.1. Relacionar y analizar contenidos propios de la Educación Física y los introducidos en otras áreas que tienen relación con el cuerpo humano y con la actividad física.	CMCT CAA	Est.EF.6.1.1. Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices que emplea el individuo para realizar cualquier actividad física deportiva y artístico-expresivas.	CMCT
		Est.EF.6.1.2. Establece hipótesis para actuar en diferentes actividades a través de la formulación de reglas de acción.	CMCT CAA

EDUCACIÓN FÍSICA			Curso: 5º
<b>BLOQUE 6:</b> Gestión de la vida activa y valores.			
humano y con la actividad física.		<b>Est.EF.6.1.3.</b> Comprende la explicación, los ejercicios, situaciones o actividades realizadas, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor, respiratorio y circulatorio se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza.	CAA
<b>Cri.EF.6.2.</b> Reconocer e interiorizar los efectos que sobre la salud y el bienestar ejercen el ejercicio físico, la higiene, la alimentación, los hábitos posturales y las medidas de seguridad, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	CIEE CMCT CSC CCL	<b>Est.EF.6.2.1.</b> Tiene interés, con la ayuda del docente, por mejorar las capacidades físicas relacionadas con la salud.	CIEE
		<b>Est.EF.6.2.2.</b> Relaciona sus principales hábitos de alimentación con la actividad física que realiza (por ejemplo, horarios de comidas, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, etc.) y es capaz de describir los efectos negativos del sedentarismo y de una dieta desequilibrada.	CMCT CSC CCL
		<b>Est.EF.6.2.3.</b> Identifica los efectos beneficiosos para la salud del ejercicio físico y los hábitos posturales correctos aplicados a su vida cotidiana (por ejemplo, llevar mochila, levantar bolsas de compra, cómo sentarse, etc.), llevando a cabo alguno de ellos.	CMCT
		<b>Est.EF.6.2.4.</b> Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo (por ejemplo el aseo tras la sesión de Educación Física) y realiza tanto calentamientos como tareas de vuelta a la calma con ayuda, valorando su función preventiva.	CMCT
		<b>Est.EF.6.2.5.</b> Reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes en las prácticas que realizan, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios a realizar en caso de accidente.	CMCT
<b>Cri.EF.6.3.</b> Mejorar, con la ayuda docente, el nivel de gestión de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	CMCT	<b>Est.EF.6.3.1.</b> Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.	CMCT
<b>Cri.EF.6.4.</b> Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros, tanto en su realidad corporal como en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	CSC CCL CAA CIEE	<b>Est.EF.6.4.1.</b> Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase y pide y/u ofrece ayuda cuando es necesario para el buen desarrollo de las sesiones.	CSC
		<b>Est.EF.6.4.2.</b> Toma conciencia y valora con ayuda, las exigencias y el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades tanto en uno mismo como en los demás.	CSC
		<b>Est.EF.6.4.3.</b> Explica a sus compañeros las características de un juego o situación practicada en clase y su desarrollo e identifica las buenas o malas prácticas que puedan surgir en la práctica o en los espectáculos deportivos mediante situaciones simuladas o tomando como referencia eventos concretos con repercusión social y mediática.	CSC CCL
		<b>Est.EF.6.4.4.</b> Muestra buena disposición e iniciativa para solucionar los conflictos de manera razonable, exponiendo su opinión y respetando la de los demás.	CSC CIEE
		<b>Est.EF.6.4.5.</b> Tiene interés por mejorar la competencia motriz en las diferentes situaciones motrices que se presentan.	CAA

		<b>Est.EF.6.4.6.</b> Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores (de manera individual o en trabajo en equipo).	CIEE
		<b>Est.EF.6.4.7.</b> Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	CSC
		<b>Est.EF.6.4.8.</b> Respeta las normas y reglas de juego, a los compañeros, aceptando formar parte del grupo que le corresponda, la función a desempeñar en el mismo y el resultado de las competiciones o situaciones de trabajo con deportividad.	CSC
<b>Cri.EF.6.5.</b> Identificar y practicar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas del contexto general y del entorno próximo aragonés, manifestando respeto hacia el entorno y el medio natural en el que se desarrollan.	CCEC CMCT CSC	<b>Est.EF.6.5.1.</b> Identifica y analiza las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, juegos tradicionales aragoneses, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.	CCEC
		<b>Est.EF.6.5.2.</b> Practica juegos, juegos tradicionales aragoneses, deportes (en sus diversas manifestaciones) o actividades artísticas y reconoce su riqueza cultural, historia y origen.	CCEC
		<b>Est.EF.6.5.3.</b> Se hace responsable, con la ayuda del docente, de la eliminación de los residuos que se generan en la realización de las actividades en el medio natural, en espacios escolares o próximos al centro.	CMCT CSC
		<b>Est.EF.6.5.4.</b> Utiliza los espacios naturales y/o del entorno próximo respetando la flora y la fauna del lugar con la ayuda del docente.	CMCT
<b>Cri.EF.6.6.</b> Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés (actividades, proyectos, visitas, experiencias, etc.) y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.	CCL CD CSC	<b>Est.EF.6.6.1.</b> Utiliza, en alguna de las tareas encomendadas, las tecnologías de la información y la comunicación para localizar y extraer la información que se le solicita.	CD
		<b>Est.EF.6.6.2.</b> Presenta sus trabajos atendiendo a la ortografía, a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando, por lo menos en alguna de las tareas encomendadas, programas de edición y/o presentación.	CCL CD
		<b>Est.EF.6.6.3.</b> Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.	CCL CSC

EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 6º	
BLOQUE 6: Gestión de la vida activa y valores.			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS CLAVE	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	RELACIÓN DE CC CON ESTÁNDARES
<b>Cri.EF.6.1.</b> Relacionar y generalizar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico deportivas y artístico expresivas.	CMCT CAA CCL	<b>Est.EF.6.1.1.</b> Reconoce y valora la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices que emplea el individuo para realizar cualquier actividad físico deportiva y artístico-expresivas	CMCT
		<b>Est.EF.6.1.2.</b> Distingue en la práctica de juegos y deportes individuales y colectivos reglas de acción que condicionan las estrategias de cooperación y de oposición u otras.	CMCT CAA



EDUCACIÓN FÍSICA		Curso: 6º	
<b>BLOQUE 6:</b> Gestión de la vida activa y valores.			
		<b>Est.EF.6.1.3.</b> Comprende la explicación y describe los ejercicios, situaciones o actividades realizadas, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor, respiratorio y circulatorio se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza.	CAA CCL
<b>Cri.EF.6.2.</b> Reconocer y argumentar los efectos que sobre la salud y el bienestar ejercen el ejercicio físico, la higiene, la alimentación, los hábitos posturales y las medidas de seguridad, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	CMCT CSC CCL	<b>Est.EF.6.2.1.</b> Tiene interés por mejorar las capacidades físicas relacionadas con la salud.	CMCT
		<b>Est.EF.6.2.2.</b> Relaciona sus principales hábitos de alimentación con la actividad física que realiza (por ejemplo, horarios de comidas, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, etc.), extrae conclusiones y es capaz de describir los efectos negativos del sedentarismo, de una dieta desequilibrada y del consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias.	CMCT CSC CCL
		<b>Est.EF.6.2.3.</b> Identifica los efectos beneficiosos para la salud del ejercicio físico y los hábitos posturales correctos aplicados a su vida cotidiana (por ejemplo, llevar mochila, levantar bolsas de compra, cómo sentarse, etc.), llevando a cabo alguno de ellos y realizando inferencias en su vida cotidiana.	CMCT
		<b>Est.EF.6.2.4.</b> Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo (por ejemplo el aseo tras la sesión de Educación Física) y realiza tanto calentamientos como tareas de vuelta a calma autónomas valorando su función preventiva.	CMCT
		<b>Est.EF.6.2.5.</b> Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes en las prácticas que realizan, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios a realizar en caso de accidente.	CMCT CCL
<b>Cri.EF.6.3.</b> Mejorar el nivel de gestión de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	CMCT CAA	<b>Est.EF.6.3.1.</b> Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo, relacionándolas con su zona de trabajo y adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.	CMCT CAA
		<b>Est.EF.6.3.2.</b> Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida en la gestión de las capacidades físicas orientadas a la salud.	CMCT CAA
<b>Cri.EF.6.4.</b> Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros, tanto en su realidad corporal como en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	CSC CCL CAA CIEE	<b>Est.EF.6.4.1.</b> Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase y pide y/u ofrece ayuda cuando es necesario para el buen desarrollo de las sesiones.	CSC
		<b>Est.EF.6.4.2.</b> Toma conciencia y valora las exigencias y el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades tanto en uno mismo como en los demás.	CSC
		<b>Est.EF.6.4.3.</b> Explica a sus compañeros las características de un juego o situación practicada en clase y su desarrollo e identifica y valora las buenas o malas prácticas que puedan surgir en la práctica o en los espectáculos deportivos mediante situaciones simuladas o tomando como referencia eventos concretos con repercusión social y mediática.	CSC CCL
		<b>Est.EF.6.4.4.</b> Muestra buena disposición e iniciativa para solucionar los conflictos de manera razonable, exponiendo su opinión y respetando la de los demás.	CSC CIEE
		<b>Est.EF.6.4.5.</b> Tiene interés por mejorar la competencia motriz en las diferentes situaciones motrices que se presentan.	CAA CIEE
		<b>Est.EF.6.4.6.</b> Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores (de manera individual o en trabajo en equipo) con espontaneidad y creatividad.	CIEE

		<b>Est.EF.6.4.7.</b> Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	CSC
		<b>Est.EF.6.4.8.</b> Respeta las normas y reglas de juego, a los compañeros, aceptando formar parte del grupo que le corresponda, la función a desempeñar en el mismo y el resultado de las competiciones o situaciones de trabajo con deportividad.	CSC
<b>Cri.EF.6.5.</b> Conocer, practicar y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas del contexto general y del entorno próximo aragonés manifestando respeto hacia el entorno y el medio natural en el que se desarrollan.	CCEC CMCT CSC	<b>Est.EF.6.5.1.</b> Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, juegos tradicionales aragoneses, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.	CCEC
		<b>Est.EF.6.5.2.</b> Practica juegos, juegos tradicionales aragoneses, deportes (en sus diversas manifestaciones) o actividades artísticas y reconoce y valora su riqueza cultural, historia y origen.	CCEC
		<b>Est.EF.6.5.3.</b> Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se generan en la realización de las actividades en el medio natural, en espacios escolares o próximos al centro.	CMCT CSC
		<b>Est.EF.6.5.4.</b> Utiliza los espacios naturales y/o del entorno próximo respetando la flora y la fauna del lugar.	CMCT CSC
<b>Cri.EF.6.6.</b> Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés (actividades, proyectos, visitas, experiencias, etc.) y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área para generar conocimiento relacionado con la participación en la actividad física de manera regular.	CCL CD CIEE CSC	<b>Est.EF.6.6.1.</b> Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para localizar y extraer la información que se le solicita.	CD
		<b>Est.EF.6.6.2.</b> Presenta sus trabajos atendiendo a la ortografía, a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de edición y/o presentación.	CCL CD
		<b>Est.EF.6.6.3.</b> Expone sus ideas de forma coherente, se expresa de forma correcta proponiendo alternativas y respeta las opiniones de los demás cuando reflexiona sobre cuestiones del área como, por ejemplo el grado de cumplimiento de las recomendaciones de práctica diaria de actividad física.	CCL CIEE CSC

## ANEXO I - RÚBRICA ACTITUD

ÍTEM	PUNTUACIÓN	EVALUACIÓN MAESTRA
Es obediente	1	
Se esfuerza e intenta superarse	1	
Va en fila correctamente sin causar peligro para él o sus compañeros	2	
Atiende en las explicaciones	1	
Respeto a sus compañeros y maestra	2	
Cumple las reglas de cada actividad	1	
Se asea cada día después de la clase	2	
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	