

PROGRAMACIÓN
DE EDUCACIÓN
FÍSICA
6º DE PRIMARIA

CURSO 2024/2025

CEIP PASAMONTE

1	INTRODUCCIÓN	2
2	CARACTERÍSTICAS DE LOS ALUMNOS DE 6º DE PRIMARIA	3
3	CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA	7
4	COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA.....	7
5	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 6º DE PRIMARIA.....	7
	5.1 CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....	8
6	CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA 6º DE PRIMARIA	10
	6.1 CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES.....	10
7	ASPECTOS METODOLÓGICOS Y ORGANIZATIVOS	14
8	EVALUACIÓN.....	21
9	TEMPORALIZACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS.....	25

1 INTRODUCCIÓN

Uno de los fines últimos del sistema educativo es lograr “el pleno desarrollo de la personalidad y de las capacidades de los alumnos”. Así como la adquisición de las competencias clave, “condición indispensable para lograr que los individuos alcancen un pleno desarrollo personal, social y profesional”. Desde el área de Educación física se pretende el desarrollo integral del alumnado, a través del desarrollo de sus capacidades y competencias.

La asignatura de Educación Física tiene como finalidad principal desarrollar en las personas su competencia motriz, entendida como la integración de conocimientos, los procedimientos, las actitudes y los sentimientos vinculados a la conducta motora fundamentalmente. Para ello, la práctica de actividades físicas, deportivas y artísticas es fundamental. La competencia motriz evoluciona a lo largo de la vida de las personas y desarrolla la inteligencia para saber qué hacer, cómo hacerlo, cuándo y con quién en función de los condicionantes del entorno.

Asimismo, la Educación Física está vinculada a la adquisición de competencias relacionadas con la salud a través de acciones que ayuden a la adquisición de hábitos responsables de actividad física regular y de la adopción de actitudes críticas ante prácticas sociales no saludables.

2 CARACTERÍSTICAS DE LOS ALUMNOS DE 6º DE PRIMARIA.

Para educar a personas concretas y de manera completa es imprescindible el conocimiento de sus características psicopedagógicas. Sin embargo, el desarrollo evolutivo de nuestros alumnos no es un continuo unívoco e inmodificable, está afectado por numerosos aspectos que acontecen a lo largo de su vida, puesto que cada persona posee unas características peculiares que le hacen diferente del resto.

CAPACIDAD COGNITIVA

- Se encuentran en el estadio de operaciones concretas. Van alcanzando el estadio de operaciones formales. Abstraer a partir de la realidad.
- Es fundamental la experiencia directa para mejorar los aprendizajes y desarrollar la capacidad de abstracción.
- Pasan del pensamiento animista, finalista y egocéntrico al pensamiento causal natural. Se empieza a desarrollar la capacidad analítica.
- Se gestan habilidades metacognitivas (reflexionar sobre el propio pensamiento).
- Consolidan la noción de conservación, que permite fijar las cualidades de los objetos con independencia de los cambios que sufran.
- Diferencian paulatinamente entre el mundo fantástico y el real.
- Tienen actitudes de curiosidad intelectual.
- Desarrollan sus capacidades lingüísticas.
- Tienen unas habilidades comunicativas progresivamente más amplias.

CAPACIDAD FÍSICA

- Mejoran la agilidad, destreza, operatividad y rendimiento: mejora de los aspectos cualitativos del movimiento.
- Presentan una gran elasticidad, buena coordinación y bastante resistencia aeróbica.
- Dominan la propia lateralidad y proyección.
- Mejoran la orientación espacial.
- Aprecian mejor las distancias y velocidades.
- Perfeccionan la coordinación entre los diferentes elementos corporales.
- Se desarrollan físicamente de forma importante al iniciarse la actividad hormonal, en especial las niñas.

CAPACIDAD EMOCIONAL

- Toman conciencia de las propias capacidades y limitaciones.
- Se desarrolla la capacidad para adoptar el punto de vista de los demás, desarrollando la crítica constructiva hacia su propia persona y hacia las demás.
- Consolidan progresivamente la identidad individual (imagen cada vez más ajustada de uno mismo) y social (percepción de la propia situación en el medio social).
- Perciben las diferencias entre las personas.
- Tienen gran capacidad de esfuerzo y entusiasmo.
- Persiste la necesidad de aprobación.
- Evolucionan desde heteronomía moral (aceptación de normas establecidas) a cierta autonomía (aceptación de normas establecidas por acuerdos).
- Evolucionan a la relatividad moral: comprenden y aceptan justificaciones distintas.
- Desarrollan su autoestima.
- Apenas requieren de motivación para la realización de actividad física, se sienten seguros de sus posibilidades.

CAPACIDAD RELACIONAL

Relaciones interpersonales

- Se conocen a sí mismos y a los otros de una manera más objetiva.
- Son capaces de elaborar normas de forma conjunta (compañeros, maestro).
- Descubren intereses comunes, lo que da lugar a las pandillas.
- Son capaces de adoptar el punto de vista de los demás. Mejora su empatía.
- Prefieren formar grupo con el mismo sexo.
- Participan en trabajos grupales por yuxtaposición.

Inserción social

- Participan más en actividades de los grupos sociales con los que se relacionan.
- Se integran progresivamente en ambientes distintos a la familia y la escuela.
- Participan más en la toma de decisiones conjuntas.
- Adquieren instrumentos de inserción y actuación social.

Van diferenciándose en sus intereses, necesidades y gustos personales. Para educar a personas concretas y de manera completa es imprescindible el conocimiento de sus características psicopedagógicas. Sin embargo, el desarrollo evolutivo de nuestros alumnos no es un continuo unívoco e inmodificable, está afectado por numerosos aspectos que acontecen a lo largo de su vida, puesto que cada persona posee unas características peculiares que le hacen diferente del resto.

CAPACIDAD COGNITIVA

- Se encuentran en el estadio de operaciones concretas. Van alcanzando el estadio de operaciones formales. Abstraer a partir de la realidad.
- Es fundamental la experiencia directa para mejorar los aprendizajes y desarrollar la capacidad de abstracción.
- Pasan del pensamiento animista, finalista y egocéntrico al pensamiento causal natural. Se empieza a desarrollar la capacidad analítica.
- Se gestan habilidades metacognitivas (reflexionar sobre el propio pensamiento).
- Consolidan la noción de conservación, que permite fijar las cualidades de los objetos con independencia de los cambios que sufran.
- Diferencian paulatinamente entre el mundo fantástico y el real.
- Tienen actitudes de curiosidad intelectual.
- Desarrollan sus capacidades lingüísticas.
- Tienen unas habilidades comunicativas progresivamente más amplias.

CAPACIDAD FÍSICA

- Mejoran la agilidad, destreza, operatividad y rendimiento: mejora de los aspectos cualitativos del movimiento.
- Presentan una gran elasticidad, buena coordinación y bastante resistencia aeróbica.
- Dominan la propia lateralidad y proyección.
- Mejoran la orientación espacial.
- Aprecian mejor las distancias y velocidades.
- Perfeccionan la coordinación entre los diferentes elementos corporales.
- Se desarrollan físicamente de forma importante al iniciarse la actividad hormonal, en especial las niñas.

CAPACIDAD EMOCIONAL

- Toman conciencia de las propias capacidades y limitaciones.
- Se desarrolla la capacidad para adoptar el punto de vista de los demás, desarrollando la crítica constructiva hacia su propia persona y hacia las demás.
- Consolidan progresivamente la identidad individual (imagen cada vez más ajustada de uno mismo) y social (percepción de la propia situación en el medio social).
- Perciben las diferencias entre las personas.
- Tienen gran capacidad de esfuerzo y entusiasmo.
- Persiste la necesidad de aprobación.
- Evolucionan desde heteronomía moral (aceptación de normas establecidas) a cierta autonomía (aceptación de normas establecidas por acuerdos).
- Evolucionan a la relatividad moral: comprenden y aceptan justificaciones distintas.
- Desarrollan su autoestima.
- Apenas requieren de motivación para la realización de actividad física, se sienten seguros de sus posibilidades.

CAPACIDAD RELACIONAL

Relaciones interpersonales

- Se conocen a sí mismos y a los otros de una manera más objetiva.
- Son capaces de elaborar normas de forma conjunta (compañeros, maestro).
- Descubren intereses comunes, lo que da lugar a las pandillas.
- Son capaces de adoptar el punto de vista de los demás. Mejora su empatía.
- Prefieren formar grupo con el mismo sexo.
- Participan en trabajos grupales por yuxtaposición.

Inserción social

- Participan más en actividades de los grupos sociales con los que se relacionan.
- Se integran progresivamente en ambientes distintos a la familia y la escuela.
- Participan más en la toma de decisiones conjuntas.
- Adquieren instrumentos de inserción y actuación social.
- Van diferenciándose en sus intereses, necesidades y gustos personales.

3 CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA

· Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

· DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.

Primero se especificará cómo contribuye el área al desarrollo de las competencias clave, ya que todas las áreas deben contribuir al desarrollo competencial, y después se establecerán los criterios de evaluación, contenidos, actividades/situaciones de aprendizaje e instrumentos de evaluación en 5º de Primaria.

4 COMPETENCIAS CLAVE Y PERFIL DE SALIDA

1. Las competencias clave, de acuerdo con el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, a efectos de este Decreto, son las siguientes:

- a) Competencia en comunicación lingüística.
- b) Competencia plurilingüe.
- c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
- d) Competencia digital.
- e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.
- f) Competencia ciudadana.
- g) Competencia emprendedora.
- h) Competencia en conciencia y expresión culturales.

2. Las competencias clave se caracterizan por su transversalidad, no existe jerarquía alguna entre ellas, ni puede establecerse una correspondencia exclusiva con una única área, sino que engloban los aprendizajes de las distintas áreas y, a su vez, se adquieren a partir de las competencias específicas propias de cada área.

3. El perfil de salida determina el nivel esperado al término de la educación obligatoria. Se establece un perfil de salida esperado al finalizar la Educación Primaria en el Anexo I de este Decreto. A cada una de las competencias clave se asocian unos descriptores operativos que, en conjunto, concretan las capacidades que el alumnado debe adquirir al término de la etapa de Educación Primaria.

4. La concreción de los currículos que los centros acuerden en sus proyectos educativos, dentro de los límites fijados en este Decreto y en la normativa que lo desarrolle, tendrán como referente el perfil de salida diseñado para la Educación Primaria.

En definitiva, desde el área de Educación Física se pretende el desarrollo integral del alumnado, a través del desarrollo de sus capacidades y competencias.

CONTRIBUCIÓN DE LA EF AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE EN 6º

1. Comunicación lingüística (CL) y Plurilingüe.

Los conceptos específicos de EF, la expresión oral y la comunicación no verbal a través de la postura, el movimiento y las vivencias perceptivas (voz, mirada y tacto), serán los elementos que servirán para el trabajo de la comunicación lingüística.

2. Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.

Se desarrollará la competencia matemática a través de: resolución de problemas, estructuración espacial, orientación espacio-temporal, formas geométricas y medidas.

La promoción de la salud: creación de hábitos saludables, desarrollo de la condición biológica y correcta utilización de espacios y materiales; y el acercamiento al mundo físico y a la interacción con él a través del cuerpo y el movimiento contribuirán al desarrollo de estas competencias.

3. Competencia digital (CD)

Uso reflexivo y crítico de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) para obtener información y como instrumento para aprender y compartir conocimientos relacionados con el área de EF.

4. Personal, social y de aprender a aprender (AA)

“Esta competencia se caracteriza por la habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje” (Orden ECD/65/2015: anexo I). Es fundamental que el alumno conozca su nivel inicial, lo que es capaz de aprender, lo que le interesa...; el contenido concreto y las demandas de la tarea; y las estrategias para afrontar dicha tarea. Se desarrollará tanto individualmente como en grupo.

5. Competencia ciudadana.

El respeto y cumplimiento de las normas de los juegos, la apreciación del valor del trabajo en grupo y la importancia de colaborar y cooperar para mejorar el propio aprendizaje y el de los demás, el desarrollo de habilidades sociales y afrontamiento de los conflictos, así como la reflexión sobre prácticas sociales no saludables.

6. Competencia emprendedora.

En las distintas acciones motrices que requieren tomar conciencia de la situación a resolver, y saber elegir, planificar y gestionar los conocimientos, destrezas o habilidades y actitudes necesarios, con criterio propio, con el fin de alcanzar el objetivo previsto. Es fundamental la habilidad para trabajar individualmente y en grupo, la evaluación y autoevaluación, el autoconocimiento, la autoestima, la autonomía, el interés, el esfuerzo...

7. Conciencia y expresiones culturales (CEC)

A través de la valoración, conocimiento y práctica de juegos y deportes populares, tradicionales y autóctonos; el desarrollo de la capacidad e intención de expresarse y comunicar ideas, experiencias y emociones propias, partiendo de la identificación del potencial artístico personal; la potenciación de la iniciativa, la creatividad y la imaginación propias; y el aprendizaje de técnicas de expresión corporal.

A continuación, se establecen qué logros deben alcanzar los alumnos (objetivos); a través de qué conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes (contenidos); y cuáles son los referentes para evaluar el aprendizaje (criterios de evaluación).

5 COMPETENCIAS ESPECÍFICAS EDUCACIÓN FÍSICA DE 6º DE PRIMARIA

1. Adoptar un estilo de vida activo y adecuado practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz. Desarrollar globalmente las capacidades físicas básicas orientadas a la salud.
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria. Adquirir principios y reglas para resolver problemas motores en situaciones de cooperación, oposición y cooperación-oposición.

3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia. Adaptar la intensidad del esfuerzo a la tarea, llegando a un nivel de auto exigencia acorde con sus posibilidades.
4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana. Participar en actividades físicas en grupo, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que surjan y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales.
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora. Reconocer la importancia de unos hábitos saludables de práctica de actividad física, higiene corporal y deportiva, alimentación y hábitos posturales, discriminando acciones que perjudican la salud.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE 6º DE PRIMARIA

- 1.1. Reconocer los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria.
- 1.2. Integrar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene en la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.
- 1.3. Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, conocer los primeros auxilios fundamentales, reconocimiento básico y el protocolo PAS (proteger, avisar, socorrer) reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.

1.4. Identificar y abordar conductas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a la desigualdad, en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, y evitando activamente su reproducción.

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual o grupal, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios, si es preciso, durante el proceso, y generando producciones motrices de calidad, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

2.2. Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de colaboración, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

2.3. Adquirir un control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial. Tomar conciencia de la importancia de la atención selectiva y la anticipación perceptiva en situaciones de juego regladas y su transferencia a situaciones cotidianas.

3.1. Participar en actividades motrices, desde la regulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones (introspección, motivación) y expresándolas de forma asertiva. Gestionar estrategias para superar las diferencias individuales en una práctica lúdica.

3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo la derrota como parte del mismo y las actuaciones de compañeros y rivales.

3.3. Poner en marcha actuaciones que se opongan a acciones contrarias a la buena práctica deportiva, aquellas que muestren una amenaza a la misma (hábitos no adecuados, conductas violentas y manipulación del juego).

3.4. Convivir mostrando en el contexto de las prácticas motrices habilidades sociales, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante cualquier tipo de diversidad, haciendo especial hincapié en el fomento de la igualdad.

4.1. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas con arraigo en la cultura, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, reconociendo y transmitiendo su valor cultural y su potencial como espacio generador de buenas relaciones entre personas con orígenes diferentes y entendiendo las ventajas de su conservación.

4.2. Valorar el deporte como fenómeno cultural y los comportamientos discriminatorios que a veces suceden en su contexto, rechazándolos y adoptando actitudes que eviten su reproducción en el futuro y que persigan la equidad.

4.3. Reconocer el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios de personas y colectivos referentes del deporte, necesarios para alcanzar un rendimiento deportivo ejemplar, su respuesta y su actitud ante la competición, el éxito o la derrota.

4.4. Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.

5.1. Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una visión cuidadosa del entorno y comunitaria.

6 CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA 6º DE PRIMARIA

A. Vida activa y saludable:

- Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación higiénico postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.

- Salud mental: Consolidación y ajuste realista del concepto de uno mismo, teniendo en cuenta la igualdad. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.
- Vida saludable: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales para practicar en igualdad, actividades físico-deportivas según la competencia motriz.

B. Organización y gestión de la actividad física:

- Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.
- Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.
- Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.
- Planificación y regulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos.

- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).
- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.
- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).

D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices

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

E. Manifestaciones de la cultura motriz

- Aportaciones de la cultura motriz, los juegos, a la herencia cultural de cada país y al conjunto global del planeta. Los deportes como seña de identidad cultural. Juegos populares de diferentes etnias y culturas: Coger tu cola (Nigeria), Bokwele (Zaire), El conejo a la pata coja (Tailandia), Tirar seis (México), ...
- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas. El significado de diferentes movimientos, posturas. Lenguaje corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Danzas y bailes del mundo: Minoesika, Big Jhon, Promoroaca, Polka, ...

- Deporte e igualdad en el deporte amateur y profesional. Deportes asociados a hombres y mujeres.
- Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. Categorías, deportes, diversidad funcional y su capacidad para desarrollar cualquier disciplina deportiva.
- La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.

F. F. Interacción eficiente y cuidadosa con el entorno

- Normas de uso: la educación vial desde la actividad física y deportiva. Movilidad segura y saludable Convivencia armoniosa y pacífica entre los distintos medios de locomoción y el peatón. Puesta en práctica de las normas básicas de circulación.
- Transporte activo seguro y no contaminante: bicicletas, patines, patinetes. Normas de uso responsable y seguro del material y el entorno, conocimientos de mecánica básica, (pinchazos, ajuste de sillín...).
- Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación. Preparación y evaluación de los posibles riesgos que pueden darse en la actividad física en el medio natural y conocimiento de una correcta gestión de los mismos. Previsión de riesgos y actuaciones en caso de accidente (evaluación de riesgos y maniobras básicas de primeros auxilios, técnica PAS (proteger, avisar, socorrer).
- Consumo adecuado: Búsqueda, construcción, reparación y reutilización de elementos y materiales para la práctica motriz.
- Práctica de actividades físicas con cierto grado de autonomía en el medio natural y urbano: senderismo, escalada, piragüismo, barranquismo, parques de aventura, bicicleta.
- Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividad física en diferentes contextos e instalaciones en el medio natural u urbano. Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida del material y desperdicios utilizados).

7 ASPECTOS METODOLÓGICOS Y ORGANIZATIVOS

7.1 ASPECTOS METODOLÓGICOS

La metodología didáctica es el “conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados” (RD 126/2014: art. 2).

7.1.1 Principios de intervención educativa

A partir de las orientaciones generales de la etapa y las especificaciones del área de EF en la legislación vigente actual, establezco los principios pedagógicos que se siguen en la práctica educativa:

- **Partir del nivel de desarrollo del alumno:** se tiene en cuenta su momento madurativo, ajustándose a su nivel competencial inicial.
- **Individualización de la enseñanza:** se contempla como principio la diversidad del alumnado, garantizando el desarrollo de todos los alumnos y una atención personalizada en función de las necesidades de cada uno.
- **Construcción de aprendizajes significativos:** se diseñan actividades de enseñanza y aprendizaje que permitan a los alumnos establecer relaciones sustantivas entre los conocimientos y experiencias previas y los nuevos aprendizajes, creando estrategias para facilitar la **transferencia** de conocimientos de otras situaciones.
- **Actividad y contextualización:** se facilita la participación e implicación del alumnado y la adquisición y uso de conocimientos en situaciones reales, generando aprendizajes más transferibles y duraderos.
- **Libertad y responsabilidad:** el papel del alumno es activo y autónomo, y es consciente de ser el responsable de su aprendizaje.
- **Socialización:** se desarrolla la posibilidad de relacionarse con los demás, el respeto, la colaboración, el trabajo en equipo, la resolución de conflictos mediante el diálogo y la asunción de las reglas establecidas.
- **Enfoque globalizador:** las enseñanzas de la Educación Primaria deben estar dotadas de un carácter global e integrador. Se organizan los contenidos en torno a ejes que

permitan abordar los problemas, las situaciones y los acontecimientos dentro de un contexto y en su globalidad.

- **Curiosidad y motivación:** se genera curiosidad y la necesidad de adquirir conocimientos, destrezas, actitudes y valores y se despierta la motivación hacia el aprendizaje.
- **Progresión:** se secuencia la enseñanza, partiendo de aprendizajes más simples para avanzar gradualmente hacia otros más complejos.

7.1.2 Modelos y estilos de enseñanza

La elección de uno u otro método y estilo de enseñanza depende de las características de las actividades, de los contenidos o de los objetivos educativos que se pretenda conseguir, teniendo siempre presente un enfoque globalizador y la contribución al desarrollo de las competencias clave.

Son dos los modelos de enseñanza y aprendizaje: por recepción, y la enseñanza y por descubrimiento. A partir de estos, Delgado (1991) hace una clasificación de los estilos de enseñanza. Siguiendo el Estilo Ecológico de Sicilia y Delgado (2002), que entienden por estilos de enseñanza “la manera, relativamente estable, en que el profesor de manera reflexiva adapta su enseñanza al contexto, los objetivos, el contenido y los alumnos, interaccionando mutuamente y adoptando decisiones al momento concreto de la enseñanza (...)”, los estilos de enseñanza que se van a utilizar son:

ESTILOS DE ENSEÑANZA (EE)	
EE <u>tradicionales</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Modificación de mando directo • Asignación de tareas
EE que <u>fomentan la individualización</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo por grupos (interés/nivel)
EE que <u>posibilitan la participación</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Enseñanza recíproca • Grupos reducidos
EE que <u>propician la socialización</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo grupal
EE que <u>implican cognoscitivamente al alumno</u>	<ul style="list-style-type: none"> • Descubrimiento guiado • Resolución de problemas
EE que <u>favorecen la creatividad</u>	

7.1.3 Tipos de actividades

Siguiendo los distintos tipos de actividades de enseñanza y aprendizaje establecidos por el Ministerio (MEC, 1992), se incluyen en las unidades didácticas actividades de:

INTRODUCCIÓN O MOTIVACIÓN: que predispongan positivamente al alumnado frente a la Unidad Didáctica.

DETECCIÓN DE IDEAS Y CONOCIMIENTOS PREVIOS: que posibiliten la realización de una evaluación inicial para adecuar el desarrollo de la Unidad Didáctica a las características del alumnado del grupo.

ADQUISICIÓN DE NUEVOS APRENDIZAJES: desde los diferentes niveles de partida, deben permitir un desequilibrio en los conocimientos previos de los alumnos, posibilitando que el alumno, apoyándose en sus capacidades, pueda lograr construir su nuevo aprendizaje.

APLICACIÓN DE CONOCIMIENTOS A DIFERENTES CONTEXTOS Y SITUACIONES: con la intención de dar significatividad a los aprendizajes.

CONSOLIDACIÓN O REPASO DE CONTENIDOS TRATADOS ANTERIORMENTE: permitiendo la consecución de los objetivos marcados.

SÍNTESIS Y RECAPITULACIÓN: relacionando contenidos entre sí para facilitar la visión de conjunto.

REFUERZO, AMPLIACIÓN O ADAPTACIÓN: que atiendan a la diversidad, tanto de los alumnos con alguna dificultad como de los más aventajados, ofreciendo variantes que se adapten a su nivel y características, así como la posibilidad de la realización de trabajos complementarios.

EVALUATIVAS: que valoren el grado de consecución de los objetivos.

COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES: que contribuyan a la formación integral del alumnado y a la relación con su entorno.

7.1.4 Actividades extraescolares y complementarias

Una de las funciones del profesorado es “la promoción, organización y participación en las actividades complementarias, dentro o fuera del recinto educativo, programadas por los centros” (LOMCE, 2013: art. 91).

La propuesta de actividades complementarias y extraescolares relativas al área de EF para ser desarrolladas a lo largo de quinto curso de primaria son:

- Programa de promoción deportiva “Madrid Comunidad Olímpica”.

Se ha solicitado para 5º de Primaria: esgrima, hockey, patinaje sobre ruedas, tenis y voleibol (pendiente de que sea concedido).

- Yincana de juegos y deportes tradicionales el día de San Isidro.

7.1.5 El juego motor como opción metodológica oficial

El RD 126/2014 reconoce el juego como un recurso imprescindible en la etapa de Primaria “como situación de aprendizaje, acorde a las intenciones educativas, y como herramienta didáctica por su carácter motivador” (anexo II).

Así se evoluciona del juego espontáneo, que favorece el trabajo libre al principio, al juego reglado, para ir atendiendo a normas y reglas cada vez más elaboradas que constituyen el fundamento del deporte (D 89/2014: anexo II).

Y es que el juego, “es la situación de aprendizaje más natural y amena en estas edades de primaria” y “le permite al maestro actuar pedagógicamente, manteniendo el elemento motivacional” (Pérez-Pueyo, 2005: 454).

Dado que la presente programación es para el quinto curso de la Educación Primaria, **el juego va a tener una importancia relevante**. Las características que justifican la inclusión del juego en dicho curso son, entre otras: es una realidad motriz natural y espontánea, reporta placer y satisfacción, es motivante por sí mismo, ayuda a desarrollar las capacidades físicas y las habilidades y destrezas básicas, permite un desarrollo de la capacidad de adaptación a las distintas situaciones motrices y posibilita una interacción alumno-alumno.

7.2 ASPECTOS ORGANIZATIVOS Y RECURSOS

La organización es un recurso didáctico que facilita la consecución de los objetivos propuestos y que favorece las actuaciones del profesor y los alumnos. Cada opción metodológica lleva implícita una organización concreta.

Una vez vistos los aspectos metodológicos, son fundamentales los aspectos organizativos: agrupamiento de los alumnos y organización de espacios y tiempos. Así como los recursos humanos y materiales.

7.2.1 Agrupamiento de los alumnos

El trabajo en grupo tiene que ser una de las constantes de cualquier planteamiento metodológico porque la interacción entre iguales ejerce un efecto multiplicador del aprendizaje.

Se estructurarán los grupos en virtud de los objetivos, contenidos y los propios recursos didácticos que intervengan en cada momento. Se tenderá a lograr estas finalidades: aumentar la actividad individual, facilitar la comunicación docente, atender a la diversidad y controlar la intensidad y complejidad de las tareas.

Los criterios que se tendrán en cuenta para realizar los agrupamientos son:

- La asignación de los alumnos a los distintos grupos: por azar, afinidad, funcionalidad o heterogeneidad.
- La designación de los integrantes de cada grupo: efectuada por el profesor, el profesor y los alumnos o los alumnos.
- El número de alumnos: parejas-tríos, subgrupos o grupo-clase.
- La duración de los grupos: estable o variable.

7.2.2 Organización del espacio

A través de la organización del espacio disponible se quiere conseguir que todos los alumnos tengan acceso al proceso de enseñanza y aprendizaje. Esta variará en función del tipo actividad, pudiendo ser predeterminada o libre.

Dentro del área de EF los dos maestros nos pondremos de acuerdo para no coincidir con unidades didácticas sobre contenidos similares al mismo tiempo y así no necesitar los dos el mismo espacio y material.

Además, se procurará dotar de mayor responsabilidad a los alumnos. De esta manera y bajo una serie de premisas como la seguridad, se instará a los alumnos a mantener la limpieza, el cuidado y el orden del gimnasio para facilitar y beneficiar al máximo los procesos de enseñanza y aprendizaje.

7.2.3 Organización de tiempos

La organización de tiempos debe ser flexible, en función de las intenciones educativas y del mejor aprovechamiento de los recursos humanos y materiales.

Desde el área de EF se insta a la estructuración de los tiempos, tanto de trabajo individual como grupal, respetando al máximo los ritmos de aprendizaje de los alumnos e intentando conseguir que el tiempo de implicación en la tarea por parte del alumno sea máximo.

Modelos de sesión

Bajo la premisa de desarrollar estructuras de sesión más coherentes y lógicas con la forma de entender y desarrollar la práctica de la EF, la estructura de la sesión dependerá del contenido a desarrollar.

Partiendo de los modelos de sesión propuestos por diversos autores (López-Pastor, 2001) la estructura de la clase respetará la curva de intensidad para la actividad física y tendrá tres fases: calentamiento, parte principal y vuelta a la calma. De manera que el aumento y descenso de la intensidad sea gradual (Devís y Peiró, 1992). Asimismo se tendrá en cuenta los momentos: inicial, de desplazamiento al gimnasio o las pistas y preparación del material; y final, de recogida del material, higiene deportiva y desplazamiento al aula.

Además, en la mayoría de las sesiones “se realizará una asamblea inicial, en la que se comentan aspectos de la sesión anterior o lo que se va a hacer, y una asamblea final, en la que se reflexiona sobre aspectos importantes de la misma y se propone trabajo para la próxima sesión” (López-Pastor, 1999).

La estructura de las clases de expresión corporal variará ligeramente; dividiéndose en una primera parte de puesta en marcha, la parte central de expresión-comunicación (técnica y creatividad corporal) y por último la retroacción.

7.2.4 Recursos

La LOMCE (2013) establece en su artículo 122 que “los centros estarán dotados de los recursos educativos, humanos y materiales necesarios para ofrecer una enseñanza de calidad (...)”. Estos van a influir en el acto didáctico.

Recursos humanos

Las teorías de orientación social del aprendizaje señalan que la construcción del aprendizaje de los alumnos no se produce en una situación individual, sino en un contexto de interacción con diferentes agentes:

- El maestro de EF, según Blázquez (2001), deberá desempeñar una serie de funciones en toda planificación metodológica: mediador, regulador, organizador del espacio, del tiempo, de las actividades y de los materiales, facilitador y planificador, orientador y evaluador del proceso de enseñanza y aprendizaje. Además, debe existir una coordinación entre el maestro de EF y el resto de maestros del grupo y del nivel.
- El trabajo en grupo entre los compañeros de clase.
- Asimismo, deberá existir una coordinación con los maestros de Audición y Lenguaje, Pedagogía Terapéutica y, en general, con todos los agentes para la atención a la diversidad.
- Por último, no me puedo olvidar a la familia, que debe participar también en tareas educativas, contribuyendo a que exista una coherencia y continuidad de la acción educativa.

Recursos materiales

Para el desarrollo de la Programación se utilizarán los recursos instrumentales de los que dispone el centro: material convencional y no convencional; materiales impresos; y aparatos y recursos audiovisuales e informáticos.

Los alumnos deberán aportar vestimenta y calzado deportivos para el desarrollo y participación en las clases de EF.

En lo que respecta a los recursos instrumentales, se dotará de gran responsabilidad a los alumnos, a partir de su despliegue y recogida, normas de utilización, cuidado y conservación.

8 EVALUACIÓN

Los distintos ámbitos en que debe ser aplicada la evaluación reflejan la importancia que se le concede en el ámbito educativo.

La evaluación es un análisis del proceso de enseñanza-aprendizaje que permite al docente comprobar si la planificación educativa es coherente con los objetivos propuestos y adecuada a las necesidades y características de los alumnos.

Serán varios los tipos de evaluación:

- En función de cuándo se hace: inicial, procesual y final.
- En función de para qué: diagnóstica, formativa y sumativa.
- En función de qué se evalúa: alumnado, proceso y maestro.

Para la evaluación es necesario establecer unos procedimientos e instrumentos de evaluación determinados.

8.1 EVALUACIÓN DE LOS ALUMNOS

8.1.1 Características de la evaluación del alumno

Será formativa y útil, es decir, que estará integrada y al servicio del proceso de enseñanza y aprendizaje para que no sea una evaluación puntual que solo sirva para aprobar, y que el propio procedimiento e instrumento de evaluación se convierta en un momento de aprendizaje (López-Pastor, 1999).

Su finalidad no será calificar al alumno, sino disponer de información que permita saber cómo ayudarlo a mejorar y a aprender más. Por lo tanto, tendrá carácter informativo, formativo y orientador.

Los criterios de evaluación serán los referentes para comprobar el grado de adquisición de las competencias.

La calificación implica la concreción mediante una calificación del aprendizaje del alumno, como resultado de un proceso previo de evaluación coherente y ético.

8.1.2 Procedimientos e instrumentos de evaluación y calificación

Resulta muy conveniente utilizar procedimientos e instrumentos variados, aplicables en situaciones habituales de enseñanza y aprendizaje y adecuados según las

características del alumnado y del contexto y los planteamientos docentes. Proporcionando información relevante, significativa, útil y concreta.

Se utilizarán como procedimientos e instrumentos de evaluación y calificación:

La observación sistemática: la observación realizada es planificada, concreta, sistemática, lo más completa posible y registrable y registrada (Blázquez, 1990).

El análisis de las producciones de los alumnos, a través de:

- Producciones motrices, ya sean a nivel individual o grupal.

La valoración de los intercambios orales mediante:

- Reflexiones grupales, bien en las asambleas iniciales o finales de las sesiones, o cuando hacen una valoración de los montajes propios y de los compañeros.
- Aportaciones de los alumnos a las actividades diarias.

Pruebas específicas:

- Pruebas de capacidad motriz (no pruebas de aptitud física para calificar).

Se utilizarán todos los instrumentos que considere necesarios a lo largo del proceso de enseñanza y aprendizaje.

8.1.3 Criterios de calificación

Los criterios de calificación van a relacionarse con el trabajo desarrollado y con los procedimientos e instrumentos de evaluación. Sin embargo, se establecen al inicio de curso unas condiciones previas o prerrequisitos.

Condiciones previas

Para una calificación positiva, son condiciones de obligado cumplimiento:

- Aportar vestimenta y calzado deportivos para la participación en las clases.
- La participación activa, de forma que una vez que el alumno entienda lo que tiene que hacer, reflexione, aporte soluciones, piense y actúe. Esto lo evaluaré a través del registro de anécdotas.

Criterios de calificación trimestral

Para la superación de cada trimestre existen unos criterios de calificación. Para obtener una calificación positiva en cada trimestre, los alumnos podrán suspender solo una Unidad Didáctica por trimestre y nunca con menos de 4. Todas las unidades didácticas que suspendan puede recuperarlas a través de unas medidas de recuperación específicas de cada unidad.

Criterios para la calificación final

Al finalizar el curso se establecen unos criterios para la calificación final. Para ello se hará media con las notas de los tres trimestres siempre que no suspenda más de un trimestre y nunca con menos de un 4.

Los resultados se expresarán en términos de Insuficiente (IN), Suficiente (SU), Bien (BI), Notable (NT) y Sobresaliente (SB). Se tendrá en cuenta la progresión del alumno durante el curso.

8.2 EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Para evaluar los procesos de enseñanza y la propia práctica docente se utilizarán los intercambios con los alumnos y la autoevaluación de la actuación docente y de la unidad didáctica.

Por último, los indicadores de logro para evaluar la Programación son:

- Adecuación de los criterios de evaluación.
- Secuencia y temporalización de los contenidos.
- Adecuación de los materiales y recursos didácticos, y la distribución de espacios y tiempos a los métodos pedagógicos y didácticos utilizados.
- Estrategias e instrumentos de evaluación.

9 TEMPORALIZACIÓN DE UNIDADES DIDÁCTICAS

UNIDAD DIDÁCTICA			MES	SESIONES
PRIMER TRIMESTRE	1	EVALUACIÓN INICIAL	SEPTIEMBRE	3
	2	JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES	OCTUBRE	5
	3	JUEGOS COOPERATIVOS	OCTUBRE	5
	4	CONDICIÓN FÍSICA	NOVIEMBRE	4
	5	DEPORTE INDIVIDUAL, ATLETISMO	NOVIEMBRE	4
	6	EXPRESIÓN CORPORAL	DICIEMBRE	4
		EVALUACIÓN	DICIEMBRE	2
SEGUNDO TRIMESTRE	7	HABILIDADES GIMNÁSTICAS Y EQUILIBRIO	ENERO	4
	8	PERCEPCIÓN TEMPORAL, DANZAS Y BAILES	ENERO	3
	9	JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS	FEBRERO	3
	10	JUEGOS CON RAQUETAS	FEBRERO	3
	11	HOCKEY	FEBRERO	2
	12	MINIBASKET	MARZO/ABRIL	10
		EVALUACIÓN	ABRIL	2
TERCER TRIMESTRE	13	BALONMANO	ABRIL	3
	14	VOLEIBOL	MAYO	8
	15	ORIENTACIÓN Y ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	JUNIO	2
		EVALUACIÓN	JUNIO	2