La Rioja
larioja.org
Consejería de Educación, Cultura, Deporte y Juventud
Dirección General de Gestión Educativa
C.E.I.P. Bretón de los Herreros

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

EF 1º DE PRIMARIA 26-27

Educación física - Primer Ciclo Primaria - 1er Curso

C.E.I.P. Bretón de los Herreros (26001213) 2026/2027

Fechas de comienzo y fin

Inicio aproximado: 09-09-2026

Finalización aproximada: 22-06-2027

Coordinador de ciclo responsable de la programación

Raquel Fernández García

Docentes implicados en el desarrollo de la programación

- Luis Miguel Uzuriaga Jiménez
- Ignacio Pérez Merino
- Vanessa Moreno Prego
- Iván Gómez Mendoza
- Raquel Fernández García

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Procedimiento para la adopción de medidas de atención a la diversidad

Todavía no se ha definido el procedimiento para la adopción de medidas de atención a la diversidad.

Organización y seguimiento de los planes de recuperación del alumnado con materias pendientes de cursos anteriores

Todavía no se ha definido la organización y seguimiento de los planes de recuperación del alumnado con materias pendientes de cursos anteriores.

Libros o materiales van a ser utilizados para el desarrollo de la materia

Nombre	ISBN

Actividades extraescolares/complementarias que se van a llevar a cabo

Nombre	Inicio	Fin

Unidades de programación

Las unidades de programación organizan la acción didáctica orientada hacia la adquisición de competencias. En este proceso se desarrollan los saberes básicos (conocimientos, destrezas y actitudes), cuyo aprendizaje resulta necesario para la adquisición de compentecias.

Los saberes básicos desarrollados en cada unidad de programación son impartidos en clase a través de las denominadas situaciones de aprendizaje. Éstas, a su vez, se evalúan a través de procedimientos de evaluación; los utilizados en esta programación didáctica son:

Según lo programado, el porcentaje de uso de los procedimientos de evaluación para obtener la calificación final del alumnado es:	
Observación sistemática:	**34,40%**
Pruebas de ejecución:	**11,90%**
Presentación de un producto:	**20,68%**
Preguntas de análisis, evaluación y/o creación:	**1,90%**
Composición y/o ensayo:	**20,00%**
Trabajo monográfico o de investigación:	**11,11%**

En este apartado, se muestran secuenciadas las diferentes unidades de programación asociadas con la materia (Educación física de Primer Ciclo Primaria - 1er Curso). También se indican las fechas aproximadas de comienzo de cada una de las unidades así com el número de periodos lectivos que se estima serán necesarios para impartir la docencia correspondiente.

Comienzo aprox.	Nombre de la unidad de programación (UP)	Periodos
09-09-2026	1.- SOMOS UN GRUPO	8
05-10-2026	2.- CONOZCO MI CUERPO	9
28-10-2026	3.- PERDIDOS EN EL ESPACIO	9
18-11-2026	4.- LA MÁQUINA DEL TIEMPO	9
11-12-2026	5.- SOMOS ACTORES	5
08-01-2027	6.- NOS DESPLAZAMOS	8
27-01-2027	7.- GIRAMOS Y SALTAMOS SIN PARAR	6
10-02-2027	8.- LANZAMOS Y JUGAMOS	8

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Comienzo aprox.	Nombre de la unidad de programación (UP)	Periodos
03-03-2027	9.- AL FILO DE LO IMPOSIBLE	9
24-03-2027	10.- JUEGOS DE LOS ABUELOS	6
16-04-2027	11.- DESORIENTADOS	8
05-05-2027	12.- TODOS SOBRE RUEDAS	9
26-05-2027	13.- JUGAMOS A OTROS JUEGOS	7

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

1.- SOMOS UN GRUPO (8 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

CONSTRUIMOS NUESTRA BARCA SALVAVIDAS

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Tengo que destacar que nos encontramos en la primera Unidad Didáctica del curso, y ante un cambio de etapa, con lo que ello conlleva en cuanto a cambio de rutinas, distintos compañeros de clase y nuevos roles dentro de la misma. Debido a las características de nuestra área, esta nos permite abordar de una manera lúdica y práctica ciertos contenidos relacionados con la interacción social, así como la resolución de problemas. Por todo esto considero que es necesario trabajar la pertenencia a un grupo y la colaboración y cooperación entre miembros de la clase. Pudiendo encontrar así un “hueco” en este nuevo equipo. Y para esto, nuestra labor desde nuestra área es fundamental. Las preguntas enfoque de las que vamos a partir están relacionadas con dos ámbitos que vamos a trabajar en esta unidad de programación: - ¿Sabes el nombre de todos tus compañeros?, ¿y su juego favorito? - ¿Crees que podrías ayudarles en algo?, ¿y ellos a ti? Tras estas preguntas iniciales les plantearemos un reto que deberán hacer en la última sesión de la unidad de programación: la formación entre toda la clase de una gran barca, La barca salvavidas.

Respecto a los saberes básicos que incorpora, son los siguientes: A. Vida activa y saludable. - Salud social: la actividad física como práctica social saludable. La actividad física como espacio de interacción social. Respeto hacia las personas con independencia de sus características personales. - Salud mental: bienestar personal a través de la motricidad. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades en todos los ámbitos (social, físico, mental). B. Resolución de problemas en situaciones motrices. 1. El cuerpo imagen y percepción. - Integración de las capacidades perceptivo motrices: esquema corporal, tono, relajación, espiración, lateralidad, actitud y postura corporal; organización espacial, temporal y espacio-temporal. 2. Resolución de problemas en situaciones motrices - Toma de decisiones en el seno de juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas. - Practica proyectos motores individuales o colectivos en función de diferentes retos y desafíos motrices que se ajusten a su competencia motora. C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Habilidades sociales: acogida, ayuda, uso del diálogo y colaboración. - Respeto de las reglas del juego. - Conductas que favorecen la convivencia en situaciones motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en la práctica motriz.

Y para acabar, la METODOLOGÍA que se desarrollará a lo largo de todo el curso será la siguiente: Principalmente nos vamos a centrar en situaciones de cooperación aprovechando los grupos establecidos para el trimestre. Son grupos de varios alumnos, y dado que nuestra metodología tiene como base el aprendizaje cooperativo, tendremos en cuenta para las agrupaciones, las características de los alumnos, de manera que todos los grupos sean homogéneos en cuanto a aptitudes. También utilizaremos el aprendizaje basado en retos o desafíos físicos. Este tipo de metodología va a propiciar que el alumnado con más dificultad pueda tener el apoyo y ayuda de sus compañeros a la hora de abordar las soluciones para las propuestas planteadas, amén de las adaptaciones que se requieran por parte del maestro. Se podrán dar situaciones en las que coopere un grupo estable o todo el grupo clase. Estas situaciones se pretende que estén centradas en intereses del alumnado y extrapolables a las que se pueden encontrar en la vida real. Además, esto nos va a permitir que se produzcan intercambios de opiniones y diálogos para llegar a consensos para las tareas o retos planteados.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Formar entre toda la clase de una gran barca, La barca salvavidas. Para conseguir poner a salvo a todos los compañeros y que ninguno se quede solo en el “agua”
Para ello los alumnos deberán conocerse, comprender, analizar, reflexionar y consensuar la toma decisiones utilizando el material disponible.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

El engranaje de nuestra clase

Colocaremos a los alumnos divididos en dos grupos, creando dos círculos concéntricos, uno dentro de otro. Los niños se sientan de tal manera que se colocan de frente los del círculo interior con los del exterior, creando parejas dentro-fuera.
Estas parejas hablarán durante 2 minutos aproximadamente, la idea es que se conozcan, hablen de sus gustos, intereses, familia, vacaciones de verano… Transcurrido este tiempo, los alumnos del círculo exterior cambiarán de pareja, girando nuestro engranaje grande un diente hacia la derecha. Así hasta que se complete el giro.
Para acabar formaremos un gran círculo dónde compartiremos impresiones y haremos, de uno en uno, protagonistas a nuestros alumnos para que el resto de compañeros nos cuenten cosas sobre ellos.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 1.2.- Participar en juegos y situaciones de activación y vuelta a la calma reconociendo su utilidad para adaptar el cuerpo a la actividad física y evitar riesgos, manteniendo la calma y solicitando ayuda en caso de que se produzca algún accidente. (**1**) 3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales. (**1**)

Cruzamos el río bravo

Para desarrollar esta actividad necesitaremos ladrillos, cuerda y aros por grupo. Usaremos los grupos establecidos para este trimestre para trabajar de manera cooperativa. Utilizando dos líneas del campo, simularemos las dos orillas del río. El objetivo es llegar al otro lado empleando el material disponible, sin poder arrastrarlo por el suelo, sin que nadie del grupo se quede atrás y sin caerse al río. Si se caen (si tocan el suelo) todo el equipo deberá volver a comenzar el recorrido. Si vemos que algún equipo tiene problemas, podremos sugerir algún movimiento con el material, o con la agrupación sobre el mismo. Tras la actividad reflexionamos sobre lo ocurrido y cómo cada uno de los grupos se ha enfrentado a la situación de juego.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Preguntas de análisis, evaluación y/o creación	Rúbrica	2.2.- Tomar decisiones en juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas atendiendo especialmente a los aspectos perceptivos, empleando habilidades motrices básicas en situaciones individuales y de cooperación, tanto en contextos reales como en simulados. (**2**)

Construimos nuestra barca salvavidas

Tengo que comentar que para poder llevar a cabo con éxito esta actividad es necesario haber realizado todas las anteriores, ya que esta situación de aprendizaje es el resultado final de una progresión. Partimos de la ocupación total del espacio de clase (polideportivo), en el que encontramos 30 ladrillos, 20 aros y 10 cuerdas pequeñas repartidas por el mismo. Explicamos a los alumnos que todo el espacio es un río enorme y que cada uno de ellos va a colocarse encima de un ladrillo. Con el material disponible deberán organizarse para, sin caer al río y trabajando de manera conjunta ir construyendo una “balsa salvavidas” en la que apoyarse y salvar a todos los miembros de la clase. No hay que olvidar que tienen que llegar todos sanos y salvos a la orilla que ellos decidan (todos a la misma) y además con todo el material que hay en el río. Para ello los alumnos deberán reflexionar, tomar decisiones, utilizar el material disponible y colaborar en diferentes situaciones.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Rúbrica	2.3.- Poner en práctica proyectos motores sencillos de carácter individual o cooperativo valorando su consecución en función de un análisis y reflexión de los resultados obtenidos. (**2**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

2.- CONOZCO MI CUERPO (9 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

LA LISTA DE LA COMPRA

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

DESCRIPCIÓN: Nos encontramos ante la segunda unidad didáctica del curso. Por lo que primero nos conoceos como grupo y luego conocemos nuestro propio cuerpo. Debido a las características de nuestra área, esta nos permite abordar de una manera lúdica y práctica ciertos contenidos relacionados con el cuerpo humano y su cuidado. En esta situación de aprendizaje plantearemos a los alumnos crear una lista de la compra variada y equilibrada.

SABERES BÁSICOS A. Vida activa y saludable. - Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y descanso tras la actividad física. Cuidado del material utilizado en la actividad a desarrollar. Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: situaciones de activación, calentamiento y vuelta a la calma. - Salud social: la actividad física como práctica social saludable. La actividad física como espacio de interacción social. Respeto hacia las personas con independencia de sus características personales. B. Resolución de problemas en situaciones motrices. 1. El cuerpo imagen y percepción. - Integración de las capacidades perceptivo motrices: esquema corporal, tono, relajación, espiración, lateralidad, actitud y postura corporal; organización espacial, temporal y espacio-temporal. C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Respeto de las reglas del juego. - Conductas que favorecen la convivencia en situaciones motrices.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Se les pedirá a los alumnos, que en grupos estables y con diverso material colocado en un extremo del campo, sean capaces de crear la figura de un cuerpo humano con las diferentes partes del mismo.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

El cuerpo humano

Se coloca en un estremo del campo diferente material como ladrillos, aros, picas, pompones, saquitos,

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

cuerdas... cada uno de los grupos estables se dispondrá en el lado opuesto en el polideportivo. Saliendo de uno en uno, en relevos, deben ir a coger un material para llevarlo a su sitio y poco a poco ir construyendo un cuerpo humano lo más detallado posible con todas sus partes.

Una vez finalizado, iremos visitando todos lo que ha hecho cada grupo y reflexionando y comentando las obras realizadas.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Pruebas de ejecución	Rúbrica	1.3.- Reconocer algunas acciones básicas que constituyen prácticas saludables (desplazamientos activos, actividad física de ocio...), comprendiendo la importancia que para la salud tiene adoptar un estilo de vida activo. (**1**) 2.2.- Tomar decisiones en juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas atendiendo especialmente a los aspectos perceptivos, empleando habilidades motrices básicas en situaciones individuales y de cooperación, tanto en contextos reales como en simulados. (**1**) 2.3.- Poner en práctica proyectos motores sencillos de carácter individual o cooperativo valorando su consecución en función de un análisis y reflexión de los resultados obtenidos. (**2**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 1.2.- Participar en juegos y situaciones de activación y vuelta a la calma reconociendo su utilidad para adaptar el cuerpo a la actividad física y evitar riesgos, manteniendo la calma y solicitando ayuda en caso de que se produzca algún accidente. (**1**) 3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

3.- PERDIDOS EN EL ESPACIO (9 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

EL LABERINTO

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Continuamos con el desarrollo del esquema corporal, en este caso nos vamos a centrar en otro de sus elementos como es la percepción espacial. Como siempre haremos especial hincapié al trabajo en grupo y desafíos cooperativos.

SABERES BÁSICOS A. Vida activa y saludable. - Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y descanso tras la actividad física. Cuidado del material utilizado en la actividad a desarrollar. Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: situación de activación, calentamiento y vuelta a la calma. B. Resolución de problemas en situaciones motrices. 1. El cuerpo imagen y percepción. - Integración de las capacidades perceptivo motrices: esquema corporal, tono, relajación, espiración, lateralidad, actitud y postura corporal; organización espacial, temporal y espacio-temporal. 2. Resolución de problemas en situaciones motrices - Toma de decisiones en el seno de juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas. - Practica proyectos motores individuales o colectivos en función de diferentes retos y desafíos motrices que se ajusten a su competencia motora. C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Respeto de las reglas del juego. - Conductas que favorecen la convivencia en situaciones motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en la práctica motriz.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Formar entre toda la clase El laberinto.
Para ello los alumnos deberán comprender, analizar, reflexionar y consensuar la toma decisiones utilizando el material disponible.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

El laberinto

Les damos a los alumnos cuerdas (40) y proponemos que creen un laberinto con diferentes caminos posibles

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

ocupando un espacio determinado. Dicho espacio se establece al marcarles una entrada y una salida del laberinto (colocamos dos cuerdas que no pueden mover, por una entraremos y por la otra saldremos del juego). Pedimos que cada camino no sea independiente, deben unirse entre ellos formando una gran red, con muchas posibilidades de movimiento.
Debido a las características de nuestra área, esta nos permite abordar de una manera lúdica y práctica ciertos contenidos relacionados con la interacción social, así como la resolución de problemas.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Rúbrica	2.1.- Utilizar las capacidades perceptivo-motrices, manifestando progreso en el control y dominio corporal. (**2**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

4.- LA MÁQUINA DEL TIEMPO (9 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

¿SIGUES EL RITMO?

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Tras la percepción espacial, ahora nos centramos en la percepción y estructuración temporal, otro de los elementos del esquema corporal y que nos va a permitir abordar las distancias, velocidades, tiempos... a través de los juegos.

SABERES BÁSICOS A. Vida activa y saludable. - Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y descanso tras la actividad física. Cuidado del material utilizado en la actividad a desarrollar. Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: situación de activación, calentamiento y vuelta a la calma. - Introducción a las capacidades físicas…… B. Resolución de problemas en situaciones motrices. 1. El cuerpo imagen y percepción. - Integración de las capacidades perceptivo motrices: esquema corporal, tono, relajación, espiración, lateralidad, actitud y postura corporal; organización espacial, temporal y espacio-temporal. 2. Resolución de problemas en situaciones motrices - Creatividad motriz: búsqueda de originalidad en el movimiento C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Respeto de las reglas del juego. D. Manifestación de cultura motriz - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Formar entre todo el grupo una coreografía de 8 tiempos con ritmos corporales y representarla todos a la vez. Siento conscientes de la velocidad en la ejecución de cada movimiento y de la representación de la coreografía con el resto de sus compañeros.
Para ello los alumnos deberán comprender, analizar, reflexionar y consensuar la toma decisiones.
Debido a las características de nuestra área, esta nos permite abordar de una manera lúdica y práctica ciertos contenidos relacionados con la interacción social, así como la resolución de problemas.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

4.- Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 4 actividades:

¿Sigues el ritmo?

Formar entre todo el grupo una coreografía de 8 tiempos con ritmos corporales y representarla todos a la vez, siendo conscientes de la velocidad en la ejecución de cada movimiento y de la representación de la coreografía con el resto de sus compañeros. Para ello los alumnos deberán comprender, analizar, reflexionar y consensuar la toma decisiones.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Composición y/o ensayo	Rúbrica	4.3.- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para transmitir emociones e ideas y reproducir ritmos y bailes sencillos. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 2.1.- Utilizar las capacidades perceptivo-motrices, manifestando progreso en el control y dominio corporal. (**1**) 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

5.- SOMOS ACTORES (5 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

SOMOS DUENDES

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Abordamos otro saber básicos fundamental en nuestra área como es la expresión corporal, donde nos centraremos en tareas relacionadas con la dramatización, el gesto, el baile...

SABERES BÁSICOS A. Vida activa y saludable. - Salud social: la actividad física como práctica social saludable. La actividad física como espacio de interacción social. Respeto hacia las personas con independencia de sus características. B. Resolución de problemas en situaciones motrices. 1. El cuerpo imagen y percepción. - Integración de las capacidades perceptivo motrices: esquema corporal, tono, relajación, espiración, lateralidad, actitud y postura corporal; organización espacial, temporal y espacio-temporal. 2. Resolución de problemas en situaciones motrices - Toma de decisiones en el seno de juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas. C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Toma de conciencia, expresión y regulación de emociones básicas en contextos de práctica motriz D. Manifestación de cultura motriz - Usos comunicativos de la corporalidad: gestos, muecas, posturas y otros.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Los alumnos, divididos en cuatro grupos, se convertirán en duendes navideños. Deberán realizar actividades propias de los mismos. Para esto les dejaremos utilizar todo el material de Educación Física que necesiten. Una vez pongamos en práctica con mímica las tareas que vaya proponiendo cada grupo (envolver regalos, fabricar juguetes, llenar sacos, caminar de diferentes maneras, probar los juguetes…) tendrán que crear una pequeña historia para representarla en clase. Para ello deberán comprender, analizar, reflexionar y consensuar la toma decisiones. Debido a las características de nuestra área, esta nos permite abordar de una manera lúdica y práctica ciertos contenidos relacionados con la interacción social, así como la resolución de problemas.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

4.- Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

Somos duendes

Los alumnos, divididos en cuatro grupos, se convertirán en duendes navideños. Deberán realizar actividades propias de los mismos. Para esto les dejaremos utilizar todo el material de Educación Física que necesiten.

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Una vez pongamos en práctica con mímica las tareas que vaya proponiendo cada grupo (envolver regalos, fabricar juguetes, llenar sacos, caminar de diferentes maneras, probar los juguetes…) los alumnos tendrán que crear una pequeña historia para representarla en clase.
Para ello los alumnos deberán comprender, analizar, reflexionar y consensuar la toma decisiones.
Debido a las características de nuestra área, esta nos permite abordar de una manera lúdica y práctica ciertos contenidos relacionados con la interacción social, así como la resolución de problemas.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Procedimiento 1	2.2.- Tomar decisiones en juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas atendiendo especialmente a los aspectos perceptivos, empleando habilidades motrices básicas en situaciones individuales y de cooperación, tanto en contextos reales como en simulados. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 2.2.- Tomar decisiones en juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas atendiendo especialmente a los aspectos perceptivos, empleando habilidades motrices básicas en situaciones individuales y de cooperación, tanto en contextos reales como en simulados. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

6.- NOS DESPLAZAMOS (8 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

LA GRANJA

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Nos adentramos en el trabajo de las habilidades motrices básicas. En esta primera UdP dedicada a ellas nos vamos a centrar en los desplazamientos tanto activos como pasivos con los transportes y arrastres, además del trabajo de trepas.

SABERES BÁSICOS: A. Vida activa y saludable. - Salud social: la actividad física como práctica social saludable. La actividad física como espacio de interacción social. Respeto hacia las personas con independencia de sus características personales. B. Resolución de problemas en situaciones motrices. 1. El cuerpo imagen y percepción. - Introducción a las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad) y a las cualidades motrices (coordinación y equilibrio) desde las capacidades perceptivo-motrices. 2. Resolución de problemas en situaciones motrices - Practica proyectos motores individuales o colectivos en función de diferentes retos y desafíos motrices que se ajustan a su competencia motora. C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Habilidades sociales: acogida, ayuda, uso del diálogo y colaboración. D. Manifestación de cultura motriz - Creatividad expresiva.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Para poder realizar esta situación de aprendizaje necesitamos establecer un “campo de juego” tendrá forma ovalada, y dentro del óvalo estableceremos uno más pequeño que denominaremos bosque.
Estableceremos 4 grupos y cada uno será un animal (con diferentes maneras de desplazarse), estarán los conejos (irán saltando con pies juntos), los caballos (en cuadrupedia sin apoyo de rodillas), las gallinas (de puntillas y aleteando) y los zorros (en cuadrupedia).
Todos los grupos pasarán por los cuatro rolles del juego.
Los zorros serán los únicos en estar en el bosque, esperando a que el resto de animales de la granja salgan de su corral (espacio establecido con conos y situado en un extremos del óvalo principal). Será en este momento cuando se abrirá la puerta de la granja y todos los animales darán una vuelta, sin pisar el bosque y regresarán a al corral intentando no ser pillados por los lobos. En caso de serlo, se sentarán en el lugar donde sean tocados y cuando ya no haya desplazamientos contabilizaremos a los alumnos pillados antes de cambiar de rol. Para ello los alumnos deberán comprender, analizar, reflexionar y toma decisiones.
Debido a las características de nuestra área, esta nos permite abordar de una manera lúdica y práctica ciertos contenidos relacionados con la interacción social, así como la resolución de problemas.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

diferentes espacios en los que se participa.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 4 actividades:

LA GRANJA

Para realizar esta situación de aprendizaje necesitamos establecer un “campo de juego” y dentro de él, estableceremos uno más pequeño que denominaremos bosque. Cada grupo estable será un animal (con diferentes maneras de desplazarse), estarán los conejos (irán saltando con pies juntos), los caballos (en cuadrupedia sin apoyo de rodillas), las gallinas (de puntillas y aleteando) y los zorros (en cuadrupedia). Todos los grupos pasarán por los cuatro rolles del juego. Los zorros serán los únicos en estar en el bosque, esperando a que el resto de animales de la granja salgan de su corral (espacio establecido con conos y situado en un extremos del óvalo principal). Será en este momento cuando se abrirá la puerta de la granja y todos los animales darán una vuelta, sin pisar el bosque y regresarán a al corral intentando no ser pillados por los lobos. En caso de serlo, se sentarán en el lugar donde sean tocados y cuando ya no haya desplazamientos contabilizaremos a los alumnos pillados antes de cambiar de rol.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Trabajo monográfico o de investigación	Lista de control	2.1.- Utilizar las capacidades perceptivo-motrices, manifestando progreso en el control y dominio corporal. (**1**) 3.1.- Identificar las emociones que se producen durante el juego, utilizando estrategias sencillas de gestión y disfrutando de la actividad física. (**1**) 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.4.- Reconocer valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 1.3.- Reconocer algunas acciones básicas que constituyen prácticas saludables (desplazamientos activos, actividad física de ocio...), comprendiendo la importancia que para la salud tiene adoptar un estilo de vida activo. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

7.- GIRAMOS Y SALTAMOS SIN PARAR (6 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

TIRA LOS DADOS

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

En esta UdP vamos a combinar dos HMB como son los SALTOS y los GIROS. Veremos diferentes formas de saltar y empezaremos a introducir el trabajo de comba con retos. Así mismo, abordaremos los giros en el eje longitudinal y transversal con la voltereta hacia adelante.

SABERES BÁSICOS: A. Vida activa y saludable. - Salud mental: bienestar personal a través dela motricidad. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades en todos los ámbitos (social, físico, mental). B. Resolución de problemas en situaciones motrices. 1. El cuerpo imagen y percepción. - Introducción a las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad) y a las cualidades motrices (coordinación y equilibrio) desde las capacidades perceptivo-motrices. 2. Resolución de problemas en situaciones motrices. - de las habilidades motrices fundamentales a las habilidades motrices básicas. C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en la práctica motriz.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Dentro de un circuito encontramos nuestra situación de aprendizaje.
Los alumnos encontrarán unos dados motrices (en cada cara habrá, en uno diferentes tipos de giros y en otro números al uso). Con la información de ambos deberán interpretarla y realizar la actividad correspondiente.

Para ello los alumnos deberán comprender y analizar los resultados obtenidos por el material dado. Además dialogarán con el resto de compañeros del equipo para comprender lo indicado en los dados.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

TIRA LOS DADOS

Tengo que comentar que para poder llevar a cabo con éxito esta actividad es necesario haber realizado todas las anteriores, ya que esta situación de aprendizaje es el resultado final de una progresión. Partimos de la ocupación total del espacio de clase (polideportivo), en el cuál estableceremos 4 postas (cuatro lugares de

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

trabajo independientes entre sí), para poder trabajar a modo de circuito. Para esta actividad dividimos a los alumnos en los 4 grupos estables, cada grupo comenzará en una posta y tras 12 minutos de juego pasará a la siguiente. Realizando tras la clase todas las estaciones del circuito. Explicamos a los alumnos qué vamos a trabajar en cada espacio: 1. Plano inclinado, donde realizaremos giros sobre el eje longitudinal y transversal (delante y atrás) 2. Banco sueco, en este caso trabajaremos el eje transversal sin inclinación. 3. Cuerdas para hacer saltos a la comba 4. Tira los dados, donde se encontrarán dos dados motrices. Uno con dibujos de distintos saltos ya trabajados a lo largo de la unidad, y otro con números. Los alumnos lanzarán ambos y llevarán a cabo la propuesta. Para ello deberán reflexionar, tomar decisiones, utilizar el material disponible, colaborando en diferentes situaciones. Luego reflexionaremos sobre el tipo de giros de trabajados y la interpretación de cada uno de los dibujos del dado.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Pruebas de ejecución	Rúbrica	2.2.- Tomar decisiones en juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas atendiendo especialmente a los aspectos perceptivos, empleando habilidades motrices básicas en situaciones individuales y de cooperación, tanto en contextos reales como en simulados. (**1**) 2.3.- Poner en práctica proyectos motores sencillos de carácter individual o cooperativo valorando su consecución en función de un análisis y reflexión de los resultados obtenidos. (**2**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 1.3.- Reconocer algunas acciones básicas que constituyen prácticas saludables (desplazamientos activos, actividad física de ocio...), comprendiendo la importancia que para la salud tiene adoptar un estilo de vida activo. (**1**) 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

8.- LANZAMOS Y JUGAMOS (8 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

PISTA AMERICANA

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Continuamos con el trabajo de HMB, ahora nos vamos a centrar en las MANIPULACIONES, donde haremos tareas, juegos y retos con balones y otros objetos para que practiquen los lanzamientos, pases, rececepciones, bote...

SABERES BÁSICOS: A. Vida activa y saludable. - Salud social: la actividad física como práctica social saludable. La actividad física como espacio de interacción social. Respeto hacia las personas con independencia de sus características personales. B. Resolución de problemas en situaciones motrices. 1. El cuerpo imagen y percepción. - Integración de las capacidades perceptivo motrices: esquema corporal, tono, relajación, espiración, lateralidad, actitud y postura corporal; organización espacial, temporal y espacio-temporal. 2. Toma de decisiones en el seno de juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas. C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Reconocimiento de emociones básicas en otras personas. - Respeto de las reglas del juego.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Crear entre toda la clase una Pista Americana para luego, divididos en grupos, uno la realice, otros les lancen “bolas de fuego” (balones de gomaespuma) y otros sean los “recogepelotas” Para ello los alumnos deberán comprender, analizar, reflexionar y consensuar la toma decisiones utilizando el material disponible.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

PISTA AMERICANA

Partimos de la ocupación total del espacio de clase (polideportivo), y en uno de los extremos encontramos un montón de material: ladrillos, aros, cuerdas, colchonetas, islas de equilibrio, bancos suecos y scooters. La premisa inicial de la actividad es que los alumnos con todo el material disponible deben realizar una Pista Americana en forma de S, indicando el inicio de la misma en la espaldera. Para esto tendrán que dialogar, tomar decisiones y colaborar entre todos. Para la segunda parte de esta actividad dividimos a los alumnos en 4 grupos, otorgando un rol a cada uno. En primer lugar y entre todos deben diseñar y montar la pista con los

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

diferentes elementos y objetos que deben superar. Dispondrán de unos 10 minutos.

Uno será el equipo que pasará por la pista americana. Por otro lado, un segundo equipo lanzará “bolas de fuego” a los alumnos que estén pasando por los obstáculos de la pista (sin son dados, deberán ir al inicio del circuito). Un tercer equipo, los “recogepelotas” encargados de pasarles las bolas de fuego a los lanzadores y, el cuarto equipo será el encargado de colocar el circuito si algún elemento se mueve al pasar sobre él. Cada 8 ó 9 minutos cambiaremos los rolles de la Pista Americana para que todos pasen por los diferentes roles.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Rúbrica	2.1.- Utilizar las capacidades perceptivo-motrices, manifestando progreso en el control y dominio corporal. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

9.- AL FILO DE LO IMPOSIBLE (9 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

EL LAGO DE LAS LETRAS

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

En esta UdP vamos a abordar el trabajo de otro de los elelentos del esquema corporal y una de las capacidades perceptivo motrices básicas como es el equilibrio. Lo haremos con diferentes propuestas lúdicas en cuanto a tareas y juegos y también plantearemos retos y desafíos cooperativos.

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable.

- Salud física: efectos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación: Educación postural en situaciones cotidianas,: Cuidado del cuerpo: higiene personal y descanso tras la actividad física. Cuidado del material utilizado en la actividad a desarrollar. Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: situaciones de activación, calentamiento y vuelta a la calma.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. El cuerpo imagen y percepción.

- Integración de las capacidades perceptivo motrices: esquema corporal, tono, relajación, espiración, lateralidad, actitud y postura corporal; organización espacial, temporal y espacio-temporal.

C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Respeto de las reglas del juego.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Realizar un circuito de equilibrio para coger letras y formar palabras relacionadas con la Educación física.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

EL LAGO DE LAS LETRAS

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Para poder realizar este juego necesitamos preparar el espacio previamente. Colocaremos en un lugar delimitado por cuerdas, nuestro lago de las letras. En el interior del lago habrá un montón de elementos para trabajar el equilibrio (islas de equilibrio, ladrillos, bancos suecos, zancos, aros…) y en medio de todos estos elementos un montón de letras (en nuestro caso, letras de imán)

Habrá cuatro equipos, uno en cada uno de los extremos del lago. La idea del juego es que un alumno de cada grupo entre en el en lago con la intención de coger una letra, pero no podrá tocar el suelo, si esto ocurre, tendrá que volver a la fila a dar el relevo a otro de sus compañeros, sin letra. Si lo consiguen dejan la letra en su espacio y sale otro compañero.

El objetivo del juego es formar palabras relacionadas con el área de Educación Física y todos sus contenidos, desde materiales (balones, cuerda…) hasta temas relacionados con la higiene, la alimentación o los valores.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Rúbrica	2.1.- Utilizar las capacidades perceptivo-motrices, manifestando progreso en el control y dominio corporal. (**1**) 2.3.- Poner en práctica proyectos motores sencillos de carácter individual o cooperativo valorando su consecución en función de un análisis y reflexión de los resultados obtenidos. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales. (**1**) 3.4.- Reconocer valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

10.- JUEGOS DE LOS ABUELOS (6 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

¿A QUÉ JUGABAN LOS ABUELOS?

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Esta UdP es de vital importancia, ya que, vamos a abordar e investigar sobre los juegos populares a los que jugaban nuestros abuelos y padres cuando eran niños para, de esta manera, mantener la cultura motriz y que estos juegos perduren y no queden en el olvido.

Los alumnos deberán investigar en su entorno (abuelos, padres, tíos, vecinos…) un juego al que jugasen ellos cuando eran pequeños. Luego nos lo explicarán en clase y lo practicaremos.

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable.

- Salud social: la actividad física como práctica social saludable. La actividad física como espacio de interacción social. Respeto hacia las personas con independencia de sus características personales.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.

2. Toma de decisiones en el seno de juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas.

C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Reconocimiento de emociones básicas en otras personas.

- Respeto de las reglas del juego.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Crear, entre toda la clase un libro de “Juegos de nuestros abuelos”

Cada alumno se llevará a casa una ficha que deberá completar. En la ficha se registrará el nombre del juego, la descripción y un dibujo explicativo del juego.

Luego cada alumno explicará el juego investigado, lo explicará al resto de la clase y lo practicaremos.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual 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.

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

¿A QUÉ JUGABAN LOS ABUELOS?

En esta actividad vamos a crear, entre toda la clase un libro de "Juegos de nuestros abuelos"

Cada alumno se llevará a casa una ficha que deberá completar. En la ficha se registrará el nombre del juego, la descripción y un dibujo explicativo del juego. Luego encuadernaremos todas las fichas y obtendremos nuestro libro, que tras desarrollar nuestra unidad didáctica se quedará en clase y lo podrán usar para elegir juegos de patio a la hora del recreo.

Hay que decir, que para dar tiempo a realizar este trabajo de investigación, la hora de registro del juego se dará 10 días antes del comienzo de la unidad. Avisando a los padres de la misma.

Debido a la cantidad de juegos que se pueden llegar a recopilar y la repetición de algunos, lo que haremos es que de los 4 grupos estables asignados, elijan un juego cada grupo de los que han investigado para que lo expliquen y luego ponerlos en práctica durante la sesión.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Trabajo monográfico o de investigación	Rúbrica	5.1.- Disfrutar, de forma segura, del entorno natural y urbano conociendo otros usos desde la motricidad y adoptando actitudes de respeto, cuidado y conservación durante el desarrollo de distintas prácticas lúdico-recreativas en contextos terrestres y/o acuáticos. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.4.- Reconocer valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

11.- DESORIENTADOS (8 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

ME ORIENTO EN EL ESPACIO

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Esta propuesta está destinada al conocimiento de la orientación, desde el espacio más cercano, como el aula o el polideportivo y a través de georientering, hasta el trabajo en un plano muy sencillo de un entorno conocido. Trabajaremos fundamentalmente en grupos, por todo ello, la metodología que predominará será la relacionada con el aprendizaje cooperativo, con soluciones grupales a los retos planteados, así como los estilos de enseñanza relacionados con la indagación como la resolución de problemas.

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable. - Salud física: pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física. Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. Mecanismos de control corporal y prevención de accidentes en las prácticas motrices. - Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. La actividad física como espacio de interacción social y convivencia. - Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).

B. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices: esquema corporal, tono, relajación, respiración, lateralidad, actitud y postura corporal; organización espacial, temporal y espacio-temporal. - Desarrollo de las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad). - Desarrollo de las cualidades motrices (coordinación y equilibrio). - De las habilidades motrices básicas a las habilidades motrices genéricas. - Toma de decisiones en el seno de juegos motores (de lo simple a lo complejo), juegos modificados y predeportivos. - Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales. - Práctica y modificación de proyectos motores individuales o colectivos en función de diferentes retos y desafíos motores que se ajusten a su competencia motora.

C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices. - Disposición positiva hacia el esfuerzo. - Habilidades sociales: acogida, inclusión, ayuda, escucha activa y cooperación. - Estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motores - Juego limpio. - Actitudes y conductas inclusivas y de respeto que favorecen la convivencia en situaciones motrices.

E. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.- Realización de actividades físicas en el medio natural y urbano en entornos abiertos, terrestres (orientación, circuitos de aventura, etc.)

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Extrapolando las situaciones cotidianas que se pueden dar en la vida real, queremos que en esta unidad el alumnado sea capaz de saber orientarse en el espacio y que también lo hagan de manera cooperativa, con la ayuda del grupo, en el que el papel de todos es necesario para alcanzar el bien común.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual 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.

En esta situación de aprendizaje se va a llevar a cabo (al menos) 1 actividad:

NOS ORIENTAMOS

A cada grupo se le entregará un plano muy sencillo del polideportivo con objetos colocados por el mismo y tendrán que ir a dejar un post-it con el color de su grupo en los diferentes objetos que están reflejados en el plano. Cada grupo tendrá un plano con unos objetos diferentes.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Pruebas de ejecución	Rúbrica	2.3.- Poner en práctica proyectos motores sencillos de carácter individual o cooperativo valorando su consecución en función de un análisis y reflexión de los resultados obtenidos. (**2**) 5.1.- Disfrutar, de forma segura, del entorno natural y urbano conociendo otros usos desde la motricidad y adoptando actitudes de respeto, cuidado y conservación durante el desarrollo de distintas prácticas lúdico-recreativas en contextos terrestres y/o acuáticos. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

12.- TODOS SOBRE RUEDAS (9 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

SOY UN PATINADOR

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Una de las responsabilidades que tenemos como maestros de educación física, además de promover la actividad física y los hábitos saludables es también promover un estilo de vida sostenible, fundamentalmente el el tiempo que nos toca vivir con la amenaza del cambio climático sobre nosotros. Es por ello que además de la bicicleta, otro de los medios de desplazamiento para fomentar este estilo de vida que pretendemos son los patines. Un material que, si bien es cierto, hace años era menos accesible ahora lo podemos encontrar en cualquier espacio deportivo y a un precio bastante asequible. En nuestro caso, no pretendemos que aquellos que no tengan patines los compren, si no que o bien se pida a algún familiar o incluso a algún compañero del colegio (lo cual valoraremos positivamente) y, como último recurso será el centro quien los preste pues disponemos de patines que otras familias nos han cedido cuando a sus hijos se les han quedado pequeños. La metodología será, como siempre activa, cooperativa y teniendo muy en cuenta las medidas de seguridad en esta unidad, atendiendo a las protecciones y a posibles acciones evitables para que no hay incidentes.

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable.

- Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y descanso tras la actividad física. Cuidado del material utilizado en la actividad a desarrollar. Preparación de la práctica motriz: vestimenta deportiva y hábitos generales de higiene corporal. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: situaciones de activación, calentamiento y vuelta a la calma.

- Salud social: la actividad física como práctica social saludable. La actividad física como espacio de interacción social. Respeto hacia las personas con independencia de sus características personales.

- Salud mental: bienestar personal a través de la motricidad. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades en todos los ámbitos (social, físico, mental).

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. El cuerpo imagen y percepción.

- introducción a las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad) y a las cualidades motrices (coordinación y equilibrio) desde las capacidades perceptivo-motrices.

C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Habilidades sociales: acogida, ayuda, uso del diálogo y colaboración.

D. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Deporte como fenómeno social.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Autonomía a la hora de ponerse y quitarse todas las protecciones necesarias para poder desarrollar la actividad. Así como, ser capaz de deslizarse y frenar con los patines.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

2.- Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual 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.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

SOY PATINADOR

En esta situación tan aplicable a lo que van a poder hacer fuera del centro escolar, nos vamos a centrar en su autonomía. Autonomía para ponerse y quitarse los patines, las protecciones, para recoger todo el material y ser responsables del cuidado del mismo, del mantenimiento en caso necesario... de toda una serie de medidas para que luego pueda llevarlo a cabo en otos lugares y con otra gente.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Rúbrica	3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.4.- Reconocer valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos. (**1**) 5.1.- Disfrutar, de forma segura, del entorno natural y urbano conociendo otros usos desde la motricidad y adoptando actitudes de respeto, cuidado y conservación durante el desarrollo de distintas prácticas lúdico-recreativas en contextos terrestres y/o acuáticos. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 1.3.- Reconocer algunas acciones básicas que constituyen prácticas saludables (desplazamientos activos, actividad física de ocio...), comprendiendo la importancia que para la salud tiene adoptar un estilo de vida activo. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.4.- Reconocer valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

13.- JUGAMOS A OTROS JUEGOS (7 PERIODOS)

Esta unidad de programación está compuesta por 1 situaciones de aprendizaje que son descritas a continuación.

¿CÓMO SE JUEGA?

Descripción y saberes básicos de la situación de aprendizaje, integrando metodologías:

Nos adentramos en el conocimiento de nuevos juegos, o juegos menos conocidos para nuestro alumnado, bien porque son poco habituales en su día a día o porque se juegan con materiales más novedosos e incluso de fabricación propia con material de deshecho o reciclado. Mediante estilos de enseñanza como la resolución de problemas, donde se implica cognitivamente al alumnado y el modelo pedagógico cooperativo, como venimos aplicando desde el inicio de curso, se pretende dar a conocer y fomentar este tipo de prácticas lúdicas.

SABERES BÁSICOS

A. Vida activa y saludable.

- Salud social: la actividad física como práctica social saludable. La actividad física como espacio de interacción social. Respeto hacia las personas con independencia de sus características personales.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.

- Toma de decisiones en el seno de juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas.

- Practica proyectos motores individuales o colectivos en función de diferentes retos y desafíos motrices que se ajusten a su competencia motora.

C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

- Habilidades sociales: acogida, ayuda, uso del diálogo y colaboración.

- Conductas que favorecen la convivencia en situaciones en la práctica motriz.

D. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Juegos con material alternativo.

E. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

- El material y sus posibilidades de uso en espacios naturales y urbanos para el desarrollo de la motricidad.

- Cuidado del entorno próximo durante la práctica de actividad física.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Crear, por grupos un “juego” con material alternativo. Luego lo experimentaremos y jugaremos.

Para ello los alumnos deberán comprender, analizar, reflexionar y consensuar la toma decisiones utilizando el material disponible.

Competencias específicas que se van a trabajar en esta situación de aprendizaje:

1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.

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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual 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.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 3 actividades:

¿Cómo se juega?

Tengo que comentar que para poder llevar a cabo con éxito esta actividad es necesario haber realizado todas las anteriores, ya que esta situación de aprendizaje es el resultado final de una progresión.

Cada grupo se coloca en un lugar determinado, primero hacen propuestas sobre juegos que pueden llevar a cabo. Posteriormente escogen el material alternativo con el que desarrollar el juego y comienzan a elaborar las normas.

Una vez planteado el juego y revisado por el maestro, que en caso de no ver un progreso o un juego claro deberán ir guiando a los niños. Cada equipo presentará su juego al resto de la clase y todos jugaremos durante 5 minutos.

Para evaluar el desarrollo de la actividad se hacen uso de procedimientos de evaluación. Estos procedimientos de evaluación miden la adquisición de las competencias por parte del alumnado utilizando los denominados criterios de evaluación.

A continuación se describen los procedimientos de evaluación con sus criterios asociados:

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Rúbrica	2.2.- Tomar decisiones en juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas atendiendo especialmente a los aspectos perceptivos, empleando habilidades motrices básicas en situaciones individuales y de cooperación, tanto en contextos reales como en simulados. (**1**) 2.3.- Poner en práctica proyectos motores sencillos de carácter individual o cooperativo valorando su consecución en función de un análisis y reflexión de los resultados obtenidos. (**1**) 5.1.- Disfrutar, de forma segura, del entorno natural y urbano conociendo otros usos desde la motricidad y adoptando actitudes de respeto, cuidado y conservación durante el desarrollo de distintas prácticas lúdico-recreativas en contextos terrestres y/o acuáticos. (**1**)
Observación sistemática	Lista de control	1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas. (**1**) 1.2.- Participar en juegos y situaciones de activación y vuelta a la calma reconociendo su utilidad para adaptar el cuerpo a la actividad física y evitar riesgos, manteniendo la calma y solicitando ayuda en caso de que se produzca algún accidente. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Observación sistemática	Lista de control	3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio. (**1**) 3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Anexo I - Cálculo de calificaciones

Listado de competencias específicas

La superación de Educación física implica la adquisición de una serie de competencias específicas. Todas ellas contribuyen de igual forma a la calificación que finalmente obtendrán sus alumnos.

A través de los criterios de evaluación se valora el grado de adquisición de cada competencia específica; la media de esas valoraciones será la calificación que el alumnado obtendrá en Educación física.

Competencias específicas
Educación física
1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.
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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.
3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
4.- Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.
5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual 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.

La calificación de Educación física se calculará a través de la siguiente media ponderada:

$$\text{calificación Educación física} = \frac{CE1 + CE2 + CE3 + CE4 + CE5}{5}$$

En la anterior fórmula, CE1 es la calificación que un alumno obtiene en la competencia específica 1,
En la anterior fórmula, CE2 es la calificación que un alumno obtiene en la competencia específica 2,
...
CEn sería la calificación obtenida en la competencia específica "n".

Peso asociado a cada criterio de evaluación

Para concretar el nivel de adquisición de cada competencia específica, se utilizarán una serie de criterios de evaluación. Así pues, las competencias no son evaluadas directamente; la evaluación se hace a través los citados criterios de evaluación; que a su vez servirán de referencia para generar la calificación obtenida por el alumnado.

Cada criterio de evaluación puede tener, a su vez, un "peso" que determina su contribución ponderada a la valoración del grado de adquisición de la competencia específica.

La calificación de cada competencia específica será la media ponderada de las calificaciones que usted

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

otorgue a cada alumno en cada criterio de evaluación.

Competencias específicas con sus criterios de evaluación asociados	Peso
1.- Adoptar un estilo de vida activo y saludable, realizando regularmente actividades físicas, poniendo en práctica comportamientos que potencien la salud física, emocional y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física que contribuyan al bienestar.	
1.1.- Explorar las rutinas propias de una práctica motriz saludable, aplicando las medidas básicas de higiene corporal y educación postural tanto en contextos de práctica motriz como en situaciones cotidianas.	3
1.2.- Participar en juegos y situaciones de activación y vuelta a la calma reconociendo su utilidad para adaptar el cuerpo a la actividad física y evitar riesgos, manteniendo la calma y solicitando ayuda en caso de que se produzca algún accidente.	1
1.3.- Reconocer algunas acciones básicas que constituyen prácticas saludables (desplazamientos activos, actividad física de ocio...), comprendiendo la importancia que para la salud tiene adoptar un estilo de vida activo.	1
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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
2.1.- Utilizar las capacidades perceptivo-motrices, manifestando progreso en el control y dominio corporal.	1
2.2.- Tomar decisiones en juegos simbólicos y juegos motores de reglas sencillas atendiendo especialmente a los aspectos perceptivos, empleando habilidades motrices básicas en situaciones individuales y de cooperación, tanto en contextos reales como en simulados.	1
2.3.- Poner en práctica proyectos motores sencillos de carácter individual o cooperativo valorando su consecución en función de un análisis y reflexión de los resultados obtenidos.	1
3.- Poner en práctica procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de las personas participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
3.1.- Identificar las emociones que se producen durante el juego, utilizando estrategias sencillas de gestión y disfrutando de la actividad física.	1
3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego y actuar aceptando las características y niveles de los participantes, practicando el juego limpio.	3
3.3.- Participar en las prácticas motrices cotidianas, mostrando habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración, y utilizando el diálogo para la resolución de conflictos interpersonales.	1
3.4.- Reconocer valores positivos que fomenta la práctica motriz compartida, vivenciando y disfrutando sus beneficios en contextos variados e inclusivos.	1
4.- Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
4.1.- Participar activamente en juegos y otras manifestaciones artístico-expresivas de carácter cultural propias del entorno, disfrutando de su puesta en práctica.	1
4.2.- Practicar juegos y tareas motrices respetando los distintos niveles de competencia y valorando su componente lúdico.	1
4.3.- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para transmitir emociones e ideas y reproducir ritmos y bailes sencillos.	1
5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	
5.1.- Disfrutar, de forma segura, del entorno natural y urbano conociendo otros usos desde la motricidad y adoptando actitudes de respeto, cuidado y conservación durante el desarrollo de distintas prácticas lúdico-recreativas en contextos terrestres y/o acuáticos.	1

A modo de ejemplo, la calificación de la competencia específica 5 se calculará a través de la siguiente media

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

ponderada:

$$\text{calificación CE5} = \frac{\text{CEV5.1} \times 1}{1}$$

En la anterior fórmula, CEV5.1 es la calificación que un alumno ha obtenido al evaluar el criterio de evaluación 5.1,
en general, CEV5.n sería la calificación obtenida en el criterio de evaluación "n".