VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Programación Didáctica

Tercer Ciclo Primaria - 6o Curso - Educación física (C 26/27)

Educación física - Tercer Ciclo Primaria - 6o 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

Juan Ignacio Hurtado Ariño

Docentes implicados en el desarrollo de la programación

- Luis Miguel Uzuriaga Jiménez
- Ignacio Pérez Merino
- Vanessa Moreno Prego
- Íñigo Arregui Fernández
- Juan Ignacio Hurtado Ariño

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

PROCEDIMIENTO PARA LA ADOPCIÓN DE MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

MEDIDAS DE REFUERZO Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

MEDIDAS ORGANIZATIVAS

• Agrupamientos flexibles Se realizan distintos tipos de agrupamiento, según el tipo de necesidades a atender:

1. Grupo – clase: Comprende a todos los alumnos del aula. o Desdobles: Realizamos desdobles en la asignatura de E. Física con lengua y matemáticas. También se realizan desdobles en el Proyecto de Centro (Decodificación de Lenguajes), con una duración de 45 minutos cada grupo.
2. Grupos pequeños: Los únicos que van a existir son los necesarios para atender la opción de cursar Religión Católica o Educación Emocional y para la Creatividad.
3. Atención individual: Dirigida a alumnos que la requieran por sus características, atendidos por los especialistas de PT, AL y Aula TEA.

• Apoyo dentro del aula. Este tipo de apoyo se lleva a cabo cuando algún alumno o grupo de alumnos de un aula presenta necesidades educativas que requieren un refuerzo en alguna de las áreas. Este apoyo lo lleva a cabo el profesorado del Centro, (siempre que sea posible, del ciclo implicado), como ayuda al profesor tutor/a en su función tutorial, en el proceso de individualización de la enseñanza.

MEDIDAS ESPECÍFICAS

Atención a las diferencias individuales

Las organizativas, metodológicas y curriculares tendrán como referencia los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), entendido este como el marco teórico conceptual que engloba todas aquellas prácticas educativas, metodológicas y organizativas que facilitan la inclusión, interpretando por inclusión el conjunto de actuaciones y medidas educativas dirigidas a identificar y superar las barreras para la presencia, el aprendizaje y la participación de todo el alumnado, con el fin de favorecer su progreso educativo, teniendo en cuenta las diferentes capacidades. ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones e intereses, situaciones personales, sociales y económicas, culturales y lingüísticas.

Las Medidas de Atención Personalizada (MAP) son aquellas medidas organizativas, metodológicas y/o curriculares adoptadas en los elementos que configuran las distintas enseñanzas, en su organización o en el acceso. La adopción de unas u otras medidas de atención personalizada no presupondrá un carácter

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

excluyente entre sí.

• Apoyo individualizado Con los alumnos de compensación educativa que presenten un desfase de menos de 2 cursos, las actuaciones se llevarán a cabo por parte de los tutores, demás profesorado y, si procede, del profesor de PT dentro del aula ordinaria o fuera si es necesario. Se priorizará el aprendizaje de la lengua castellana en alumnos inmigrantes que presenten dificultades y se realizarán actividades de apoyo dirigidas principalmente a la adquisición o refuerzo de aprendizajes instrumentales básicos, llevándose a cabo la coordinación entre los profesores implicados para el seguimiento del proceso de aprendizaje de los alumnos.

• Adaptaciones curriculares Son aquellas que se realizan en el currículum para alumnos concretos o para todo el grupo. Pueden ir dirigidos a modificar la metodología (proporcionar la información de otra forma, utilizar otros recursos, ampliar información, etc…), las actividades (graduar la dificultad, ampliar o reducir el número de éstas o diversificarlas) o la evaluación (utilizar otros instrumentos, otros tipos de prueba, mayor o menor exigencia…). A este respecto estamos en un proceso de formación y transformación de las actividades DUA (Diseño Universal de Aprendizaje) para atender todas las individualidades de una manera inclusiva.

a) Ajuste de Accesibilidad al Currículo (AAC): esta medida está dirigida al alumnado con necesidad específica de apoyo educativo derivada de trastornos de la atención o del aprendizaje, así como para el alumnado con necesidades educativas especiales derivadas de discapacidad sensorial (auditiva, visual o motora), o de autismo, que precisa el uso de medidas o materiales técnicos específicos. La adopción de esta medida deberá facilitar la participación del alumno en las situaciones de aprendizaje previstas, así como el desarrollo y consecución de las competencias específicas para su curso. Los referentes de la evaluación serán los mismos que los establecidos en la programación para su curso, sin que, en ningún caso, la aplicación de esta medida pueda influir en la calificación de cada materia.

b) Ajuste Competencial (AC): dentro de una misma situación de aprendizaje, cuando el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo necesite un ajuste en los criterios de evaluación de uno o varios cursos inferiores o superiores, se podrá realizar un ajuste competencial. En este caso, los referentes de su evaluación serán los indicados en dicho ajuste, sin que en ningún caso suponga una menoración de la calificación en la materia. Dichos ajustes se realizarán buscando el máximo desarrollo posible de las competencias clave.

c) Plan de Trabajo Individualizado (PTI): excepcionalmente, cuando el ajuste competencial no sea suficiente para atender a las necesidades educativas especiales del alumnado, y sea necesaria una mayor flexibilidad curricular y organizativa para cubrir aprendizajes no contemplados en el currículo, pero que se consideren necesarios para un óptimo desarrollo relacionado con la autonomía personal, las habilidades sociales y las Actividades de la Vida Diaria (AVD), se elaborará un Plan de Trabajo Individualizado específico para cada alumno o alumna en esa situación, que garantice la respuesta educativa inclusiva más adecuada.Para su elaboración y seguimiento se contará con las aportaciones de todo el equipo docente, en coordinación con los servicios de orientación del centro,

• Otras medidas Otras medidas serán adoptadas si fuera necesario como:

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

• Espacio inclusivo TEA. El centro cuenta con dos grupos organizados en las etapas de E. Infantil y Primaria respectivamente. Del aula de primaria acuden al aula ordinaria alumnos del tercer ciclo . Estos van acompañados siempre por una maestra PT o de una Ayudante Técnico Educativo (ATE).

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

Para el alumno que no hubiera alcanzado una calificación positiva en el área en el curso o cursos académicos anteriores, se elaborará un Plan de Recuperación (PRE) que tendrá carácter individual y se realizará sobre el área considerada.

Este Plan se aplicará tanto a aquel alumnado con áreas pendientes, como al que esté repitiendo ciclo en aquellas áreas que le hubieran quedado pendientes y que ocasionaron la repetición, priorizando, en este caso, los saberes básicos y las competencias específicas en las que hubieran presentado dificultades.

Este PRE será elaborado por el profesorado asignado para impartir el área correspondiente.

Se realizará un seguimiento trimestral para adecuarlo a las características individuales de cada caso.

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
Pista de hielo	20/11/2026	20/11/2026
Orientación parque de chiribitas	16/06/2027	16/06/2027
Orientación Riojaforum	18/06/2027	18/06/2027

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

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

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:	**34,76%**
Pruebas de ejecución:	**11,30%**
Presentación de un producto:	**21,79%**
Examen tradicional/Prueba objetiva/competencial:	**10,03%**
Preguntas de análisis, evaluación y/o creación:	**6,79%**
Composición y/o ensayo:	**10,43%**
Trabajo monográfico o de investigación:	**4,90%**

En este apartado, se muestran secuenciadas las diferentes unidades de programación asociadas con la materia (Educación física de Tercer Ciclo Primaria - 6o 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
14-09-2026	1.- Kinball	9
14-10-2026	2.- Nos deslizamos	8
02-11-2026	3.- Somos actores/tagrugby	10
25-11-2026	4.- Mayumana/Badminton	11
08-01-2027	5.- Launchball y danzar	11
03-02-2027	6.- Ultimate frisbee	9
24-02-2027	7.- Acrobacias grupales	7
15-03-2027	8.- Goalball	5
05-04-2027	9.- Capacidades físicas básicas y salud	10
28-04-2027	10.- Malabares, saltos y cabullería	9
18-05-2027	11.- Orientación	9

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

1.- KINBALL (9 PERIODOS)

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

KIN BALL

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

Con el objetivo de fomentar el trabajo en equipo y la cooperación entre los componentes de cada equipo y para no potenciar el individualismo que pueda existir y que existe en otros deportes se creo el Kinball. Es una disciplina en la que juegan tres requipos al mismo tiempo, lo cual hace que se estrechen los lazos de los equipos. ¿Habéis jugado algún deporte de equipo con tres equipos al mismo tiempo? Reto: conozcamos el kinball.

Saberes básicos

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- Refinamiento de las capacidades perceptivo motrices.
- Agilidad: capacidades perceptivo motrices, capacidades físicas básicas y cualidades motrices orientadas hacia la resolución de situaciones motrices.
- De las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas.
- Del juego predeportivo al juego deportivo.
- Toma de decisiones ajustándolas a las demandas de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre en el entorno.
- Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales y dotadas de calidad y eficacia.
- Generación, realización y reajuste de 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.

- Expresión constructiva de emociones y contribución positiva al clima emocional del grupo.
- Gestión emocional: afrontamiento y regulación.
- Esfuerzo y mentalidad de crecimiento.
- Habilidades sociales: amabilidad, diálogo y asertividad.
- Resolución constructiva de conflicto en situaciones motrices.
- Deportividad y juego limpio.
- Actitudes y conductas prosociales en contextos depráctica motriz.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, género, creencias, actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista).
- Sentido crítico en la adquisición de materiales y ante actitudes consumistas en torno al equipamiento y la práctica de actividad física.

Metodología: Metodo comprensivo en Educicación Física utilizando el descbrimiento guiado, aprendizaje basado en el juego. En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Torneo de kinball

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

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.

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 va a llevar a cabo (al menos) 1 actividad:

Nombre de la actividad

Empezamos la actividad presentando el novedoso deporte a través de un vídeo y explicando las normas brevemente.(ambos documentos publicados en el classroom de Educación Física). Nos familiarizamos con la bola y con las técnicas de manejo, pase, control y golpeo mediante formas jugadas. Práctica de juegos modificados en situaciones colectivas de juego. Adaptaremos con balones más pequeños para utilizar posteriormente el más grande. Organizamos un pequeño torneo con seis equipos de cuatro personas que jugarán entre sí el juego real y a través del cual realizarán la evaluación a los compañeros

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	Procedimiento 1	2.1.- Mostrar un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera activa, creativa y eficaz. (**2**) 2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios. (**2**) 2.3.- Desarrollar y construir proyectos motores de carácter individual, cooperativo, de oposición y colaboración-oposición definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo, si es preciso, cambios durante el proceso y generando producciones motrices ajustadas al objetivo planteado. (**2**) 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo y valorando las actuaciones de las personas que participan. (**2**) 4.2.- Practicar actividades físico-deportivas con independencia del nivel de competencia, valorando sus aportaciones sociales, culturales y analizando críticamente los estereotipos que transmite. (**2**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

2.- Nos deslizamos (8 periodos)

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

Nos deslizamos

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

La situación de aprendizaje señalada pretende concienciar a los alumnos de sus mejoras y punto de desarrollo motor en situaciones variadas e inestables en entornos conocidos. Los alumnos y el maestro deben valorar las habilidades en desplazamientos con los patines en diversas situaciones de reto motor, valorando su mejora a lo largo de la unidad didáctica. Reto: comprobémoslo.

El detonante de la situación es el hábito que se da en el centro de trabajar el patinaje en línea en Educación Física y la necesidad de practicar antes de la excursión a la pista de hielo. El objetivo es trabajar el equilibrio dinámico con los patines en línea, pero también el estático y post-vuelo sin utilizar patines. Además, de la coordinación y sus diferentes tipos. Producto: aprender a exportar situaciones de patinaje a otras actividades sociomotrices de menor a mayor nivel de incertidumbre en la situación.

Saberes básicos:

A. Vida activa y saludable.
- Salud física: efectos físicos beneficiosos del estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en acciones motrices específicas. Dosificación del esfuerzo. Calentamiento general y vuelta a la calma como rutinas en la práctica de actividad física. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo. Relajación orientada hacia el bienestar físico. Hábitos de autonomía en la higiene corporal. Medidas de seguridad y prevención de accidentes en las prácticas motrices. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas: posición lateral de seguridad y técnicas PAS (proteger, ayudar, socorrer).
- Salud social: efectos sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Aproximación a los efectos no saludables de algunos hábitos sociales e influencia en la práctica de actividad física. Oportunidades de la actividad física para la interacción entre iguales. Gestión saludable de la competitividad. Aceptación y respeto de las diferencias físicas y de destreza en relación con la práctica de actividad física. Actitud crítica ante los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
- Salud mental: efectos psicológicos beneficiosos del estilo de vida activo. Respeto y aceptación del propio cuerpo. Consolidación y ajuste realista del autoconcepto.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- Refinamiento de las capacidades perceptivo motrices.
- Agilidad: capacidades perceptivo motrices, capacidades físicas básicas y cualidades motrices orientadas hacia la resolución de situaciones motrices.
- De las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas.
- Del juego predeportivo al juego deportivo.
- Toma de decisiones ajustándolas a las demandas de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre en el entorno.
- Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales y dotadas de calidad y eficacia.
- Generación, realización y reajuste de 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.
- Expresión constructiva de emociones y contribución positiva al clima emocional del grupo.
- Gestión emocional: afrontamiento y regulación.
- Esfuerzo y mentalidad de crecimiento.
- Habilidades sociales: amabilidad, diálogo y asertividad.
- Resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices.
- Deportividad y juego limpio.
- Actitudes y conductas prosociales en contextos de práctica motriz.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

cuestiones de competencia motriz, género, creencias, actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista).
- Sentido crítico en la adquisición de materiales y ante actitudes consumistas en torno al equipamiento y la práctica de actividad física.

E. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
- Educación vial desde la actividad física y deportiva. Normas de uso y convivencia en las vías urbanas e interurbanas
- Transporte activo y sostenible: bicicletas, patines…
- Espacios naturales y sus posibilidades: uso, disfrute y cuidado.
- Materiales específicos y sus posibilidades de uso en espacios naturales y urbanos para el desarrollo de la actividad física.
- Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural: valoración previa y actuación.
La metodología propuesta se basa en situaciones individuales en las que los alumnos, a partir de las indicaciones y con los criterios establecidos, deben cumplimentar los items señalados. Se fomenta laautonomía y la autorregulación personal.
La metodología básica será la asignación de tareas y resolución de problemas. En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.Iniciación al Hockey sobre patines y realización de un breve torneo de Hockey sobre patines.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Iniciación al Hockey sobre patines y realización de un breve torneo de Hockey sobre 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 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 va a llevar a cabo (al menos) 1 actividad:

Nombre de la actividad

Rutina de actividad física: Recordaremos normas básicas de caídas, impulsos, respeto a los diferentes niveles, zonas de patinaje adaptadas a niveles. Trabajar progresivamente el equilibrio sobre patines, como por ejemplo, el desplazamiento, frenada y giro. Después, realiza juegos y predeportes ya conocidos por los alumnos, sobre patines.

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)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Pruebas de ejecución	Heteroevaluación	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 1.2.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo, actuando con precaución ante ellos y aplicando los protocolos básicos ante accidentes. (**1**) 2.1.- Mostrar un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera activa, creativa y eficaz. (**2**) 2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios. (**2**) 3.3.- Convivir mostrando habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de competencia motriz, género, creencias, afectivo-sexual, lugar de procedencia, étnica, o socioeconómica, y manifestando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. (**2**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

3.- SOMOS ACTORES/TAGRUGBY (10 PERIODOS)

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

SOMOS ACTORES Y TAGRUGBY

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

En el tercer ciclo tenemos que pasar de las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas, del juego predeportivo al deportivo, y una actividad deportiva motivante y menos habitual en la práctica extraescolar suele ser el Rugby(y su adaptación TagRugby). El reto: a ver qué tal se nos da.

La situación de aprendizaje parte de la necesidad de que la dramatización en Educación Física permite al alumnado expresarse a través del cuerpo, explorando emociones, gestos y movimientos de manera creativa. Favorece la desinhibición, la autoestima y la confianza en uno mismo, al tiempo que potencia la cohesión del grupo mediante el trabajo cooperativo. Además, contribuye al desarrollo de la comunicación no verbal y de la imaginación. Esta unidad resulta esencial para enriquecer la expresión corporal y fomentar competencias sociales y emocionales.

En esta unidad se lanzan preguntas-retos que estimulan la creatividad y la expresión corporal:*¿cómo puedo mostrar una emoción con mi cuerpo?, ¿qué gestos me ayudan a representar una situación?* Estas cuestiones invitan al alumnado a reflexionar, experimentar y comunicar a través del movimiento

El reto: Elaboración, en grupos, de una historia con principio, nudo y desenlace claramente diferenciados, utilizando un único tipo de material como recurso expresivo.

Saberes básicos.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- Refinamiento de las capacidades perceptivo motrices.
- Agilidad: capacidades perceptivo motrices, capacidades físicas básicas y cualidades motrices orientadas hacia la resolución de situaciones motrices.
- De las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas.
- Del juego predeportivo al juego deportivo.
- Toma de decisiones ajustándolas a las demandas de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre en el entorno.
- Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales y dotadas de calidad y eficacia.
- Generación, realización y reajuste de proyectos motores individuales o colectivos en función de diferentes retos y desafíos motrices que se ajusten a su competencia motora.

D: Manifestaciones de la cultura motriz.

- Utilización de técnicas expresivas básicas.

- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas.

- Creatividad expresiva, estética y comunicativa.

- Práctica y creación de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo

Metodología: Metodología : Como metodología de aprendizaje se basará en el modelo comprensivo, así como la autoevaluación y evaluación compartida por parte del alumnado. En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.

Utilizaremos la sensibilización, acomodación y deshinbición grupal, para que alumnado se encuentre en situaciones de aprendizaje donde pueda expresar sin miedos los diferentes retos de dramatización propuestos

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Situaciónes de cooperación y oposición, atendiendo a una toma de decisiones adecuada en una situación de iniciación deportiva

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 va a llevar a cabo (al menos) 1 actividad:

Nombre de la actividad

Se introducira poco a poco, partiendo de situaciones con menor nivel de incertidumbre como el juego modificado del pichifutbol, donde la toma de decisión de correr las bases y cerrar el centro generan una toma de decisiones clara, acercándonos poco a poco a situaciones de mayor nivel de incertidumbre hacía un partido de beisball, adaptando las normas para que sea equilibrado el tiempo de ataque y defensa entre el alumnado.

El producto final de la unidad será la**representación grupal de una historia**, con inicio, nudo y desenlace claramente definidos. La particularidad estará en que cada grupo deberá emplear un único objeto, dándole un **uso diferente al habitual** para convertirlo en un recurso expresivo dentro de la narración. De este modo, se estimulará la creatividad, la imaginación y la capacidad de reinterpretar los materiales de forma original. Finalmente, las dramatizaciones se compartirán con el resto de la clase, fomentando la cooperación y la comunicación a través del movimiento.

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)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Observación sistemática	Procedimiento 1	2.1.- Mostrar un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera activa, creativa y eficaz. (**2**) 2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios. (**2**) 2.3.- Desarrollar y construir proyectos motores de carácter individual, cooperativo, de oposición y colaboración-oposición definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo, si es preciso, cambios durante el proceso y generando producciones motrices ajustadas al objetivo planteado. (**2**)
Observación sistemática	Procedimiento	
Composición y/o ensayo	Expresamos y vivenciamos	4.1.- Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura propia, así como en otras culturas, reconociendo y transmitiendo su valor y su potencial como espacio de convivencia. (**1**) 4.2.- Practicar actividades físico-deportivas con independencia del nivel de competencia, valorando sus aportaciones sociales, culturales y analizando críticamente los estereotipos que transmite. (**1**) 4.3.- Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad. (**2**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

4.- MAYUMANA/BADMINTON (11 PERIODOS)

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

MAYUMANA-RITMO-BADMINTON

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

Durante esta situacióin de aprendizaje vamos a trabajar los principales elementos de la expresión corporal, así mismo el ritmo cobra un bagaje principal, utilizando tres tipos de lenguajes como son el de percusión, el oral y el corporal. Cómo producto final se realizará un anuncio de lo que el alumnado elija. Paralelamente desarrollaremos una actividad motivante y poco habitual en el deporte escolar el badminton. ¿Seremos capaces de realizarlo?

Saberes básicos.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- Refinamiento de las capacidades perceptivo motrices.
- Agilidad: capacidades perceptivo motrices, capacidades físicas básicas y cualidades motrices orientadas hacia la resolución de situaciones motrices.
- De las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas.
- Del juego predeportivo al juego deportivo.
- Toma de decisiones ajustándolas a las demandas de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre en el entorno.
- Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales y dotadas de calidad y eficacia.
- Generación, realización y reajuste de 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.
- Expresión constructiva de emociones y contribución positiva al clima emocional del grupo.
- Gestión emocional: afrontamiento y regulación.
- Esfuerzo y mentalidad de crecimiento.
- Habilidades sociales: amabilidad, diálogo y asertividad.
- Resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices.
- Deportividad y juego limpio.
- Actitudes y conductas prosociales en contextos de práctica motriz.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, género, creencias, actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista).
- Sentido crítico en la adquisición de materiales y ante actitudes consumistas en torno al equipamiento y la práctica de actividad física. Metodología: mando directo, descubrimiento guiado, trabajo cooperativo.

D. Manifestaciones de la cultura motriz.
- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.
- Práctica de juegos y deportes como seña de identidad cultural.
- Deporte y estereotipos: análisis crítico.
- Actividades físicas y deportivas adaptadas.
- Juegos y deportes alternativos.
- Utilización de técnicas expresivas básicas.
- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas.
- Creatividad expresiva, estética y comunicativa.
- Práctica y creación de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo Metodología: Utilizaremos el descubrimiento guiado y las resolución de desafíos físicos de carácter cooperativo. En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.

Metodología : Se utilizará el método comprensivo como medio de aprendizaje utilizando los juegos modificados con menor nivel de incertidumbre partiendo de actividades de cancha dividida a invasión y

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

resolución de problemas. En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

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.

En esta situación de aprendizaje se van a llevar a cabo (al menos) 2 actividades:

Nombre de la actividad

Trabajo del ritmo a través de la utilización del propio cuerpo y posteriormente con diferentes materiales para la creación de un anuncio de televisión.

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)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Realización de un anunicio mayumana	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios. (**1**) 3.1.- Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, y gestionando las emociones. (**1**) 4.1.- Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura propia, así como en otras culturas, reconociendo y transmitiendo su valor y su potencial como espacio de convivencia. (**2**) 4.2.- Practicar actividades físico-deportivas con independencia del nivel de competencia, valorando sus aportaciones sociales, culturales y analizando críticamente los estereotipos que transmite. (**1**) 4.3.- Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad. (**2**)

Nombre de la actividad

Realización de un pequeño torneo organizado por el alumnado, con la premisa de que todos jueguen entre si y realizando un proceso de heteroevaluación y autoevaluación.

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)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Presentación de un producto	Torneo	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 1.2.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo, actuando con precaución ante ellos y aplicando los protocolos básicos ante accidentes. (**1**) 2.1.- Mostrar un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera activa, creativa y eficaz. (**2**) 2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios. (**2**) 3.1.- Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, y gestionando las emociones. (**2**) 3.3.- Convivir mostrando habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de competencia motriz, género, creencias, afectivo-sexual, lugar de procedencia, étnica, o socioeconómica, y manifestando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

5.- Launchball y danzar (11 periodos)

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

Launchball y a bailar

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

Durante esta situación de aprendizaje se presenta al alumnado en la comprensión de juegos de cancha dividida de forma sencilla y motivadora. Su diseño destaca por la simplicidad en la técnica y la táctica, lo que facilita la participación de todos los niños y niñas sin necesidad de un dominio previo de habilidades complejas. A través de dinámicas básicas de lanzamiento, recepción y desplazamiento, se trabajan aspectos fundamentales de la coordinación y la precisión. Además, la claridad de sus normas permite que el alumnado entienda rápidamente el objetivo del juego y pueda centrarse en la toma de decisiones simples, lo que favorece la progresión hacia deportes colectivos más estructurados.

En esta unidad se plantean diferentes preguntas-retos que guían la práctica y estimulan la reflexión del alumnado: *¿cómo consigo que mi lanzamiento sea más preciso?, ¿qué estrategia puedo utilizar para sorprender al rival?, ¿qué cambia si lanzo en parado o en movimiento?, ¿de qué manera puedo coordinarme mejor con mi equipo?, ¿qué opciones tengo para enviar la pelota más lejos o con mayor control?*

Paralelamente se introduce al alumnado en la **comprensión y práctica de bailes y expresión corporal** de forma **sencilla, activa y motivadora**. La propuesta prioriza la **simplicidad técnica y expresiva**, favoreciendo la **participación de todo el grupo** sin necesidad de habilidades previas complejas (tranquilidad: aquí no hace falta "bailar en un talent show" ☺).

A través de **patrones rítmicos básicos, desplazamientos, giros seguros y gestos** se desarrollan la **coordinación**, la **precisión motriz**, la **escucha musical** y la **expresión de ideas y emociones**. Las **normas claras** (respeto del espacio propio y ajeno, entradas y salidas, señal de inicio/fin, cuidado postural) facilitan que el alumnado **comprenda rápidamente el objetivo** y pueda centrarse en **decisiones simples**: cuándo empezar, cómo sincronizarse, qué variación aplicar o cómo apoyar al grupo.

La progresión metodológica avanza desde **ecos rítmicos y secuencias cortas** hacia **pequeñas composiciones coreográficas** (individuales, en parejas y en grupo), abriendo la puerta a **danzas del mundo, bailes urbanos o propuestas creativas** más estructuradas. Todo ello en coherencia con LOMLOE, potenciando la **conciencia cultural y artística**, la **competencia personal y social**, y el **aprender a aprender** en un clima inclusivo y cooperativo. *¿Cómo mantengo el **pulso** y ajusto mi movimiento al **compás**¿Qué estrategia me ayuda a **sincronizarme** con mi pareja o con el equipo?¿Cómo puedo usar **gestos y posturas** para **comunicar** una idea o emoción?¿De qué manera **organizo el espacio** para que el grupo fluya sin choques¿Cómo puedo **apoyar** a quien lo necesita sin perder la **sincronía**?¿Qué **patrones rítmicos** facilitan que nuestra coreografía "encaje" mejor con la música?*

Sables Básicos.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- Refinamiento de las capacidades motrices perceptivas.
- Agilidad: capacidades perceptivas motrices, capacidades físicas básicas y cualidades motrices orientadas hacia la resolución de situaciones motrices.
- De las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas.
- Del juego predeportivo al juego deportivo.
- Toma de decisiones ajustándolas a las demandas de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre en el entorno.
- Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales y dotadas de calidad y eficacia.
- Generación, realización y reajuste de 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.
- Expresión constructiva de emociones y contribución positiva al clima emocional del grupo.
- Gestión emocional: afrontamiento y regulación.

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

- Esfuerzo y mentalidad de crecimiento.
- Habilidades sociales: amabilidad, diálogo y asertividad.
- Resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices.
- Deportividad y juego limpio.
- Actitudes y conductas prosociales en contextos de práctica motriz.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, género, creencias, actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista).
- Sentido crítico en la adquisición de materiales y ante actitudes consumistas en torno al equipamiento y la práctica de actividad física. Metodología: mando directo, descubrimiento guiado, trabajo cooperativo.

D. Manifestaciones de la cultura motriz.
- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.
- Práctica de juegos y deportes como seña de identidad cultural.
- Deporte y estereotipos: análisis crítico.
- Actividades físicas y deportivas adaptadas.
- Juegos y deportes alternativos.
- Utilización de técnicas expresivas básicas.
- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas.
- Creatividad expresiva, estética y comunicativa.
- Práctica y creación de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo

Metodología: El método comprensivo y las resolución de desafíos físicos de carácter cooperativo, serán la parte esencial de la metodología. En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad propia del grupo.

Metodología : Se utilizará el método comprensivo como medio de aprendizaje utilizando los juegos modificados con menor nivel de incertidumbre partiendo de actividades de cancha dividida a invasión y resolución de problemas. En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad propia del grupo.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

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.

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

Nombre de la actividad

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Se inicia al alumnado en la comprensión de este nuevo deporte alternativo a traves de una explicación oral y un edpuzzle que ayude a su mejor comprensión. En las siguientes sesiones se irán realizando diferentes juegos modificados por representacion o por modificación en aras de que en las ultimas sesiones se hayan adquirido los principios tecnicos´tácticos de este deporte.

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	Procedimiento 1	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 1.2.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo, actuando con precaución ante ellos y aplicando los protocolos básicos ante accidentes. (**1**) 2.1.- Mostrar un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera activa, creativa y eficaz. (**2**) 2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios. (**2**) 3.1.- Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, y gestionando las emociones. (**2**) 3.3.- Convivir mostrando habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de competencia motriz, género, creencias, afectivo-sexual, lugar de procedencia, étnica, o socioeconómica, y manifestando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. (**1**)
Presentación de un producto	Creación de un baile por grupos	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 3.3.- Convivir mostrando habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de competencia motriz, género, creencias, afectivo-sexual, lugar de procedencia, étnica, o socioeconómica, y manifestando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia. (**1**) 4.1.- Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura propia, así como en otras culturas, reconociendo y transmitiendo su valor y su potencial como espacio de convivencia. (**2**) 4.2.- Practicar actividades físico-deportivas con independencia del nivel de competencia, valorando sus aportaciones sociales, culturales y analizando críticamente los estereotipos que transmite. (**2**) 4.3.- Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad. (**2**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

6.- Ultimate frisbee (9 periodos)

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

Jugamos al Ultimate frisbee

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

El deporte es una de las mejores herramientas para educar en valores como el respeto, la cooperación, la empatía, el esfuerzo y el trabajo en equipo. Por ello, planteamos este aprendizaje a través de disciplinas deportivas colectivas que resulten motivadoras y que, al mismo tiempo, mejoren sus habilidades perceptivo-motrices. Una de ellas es el Ultimate Frisbee, un deporte alternativo que exige coordinación, toma de decisiones rápidas y gestión autónoma de los conflictos, ya que no cuenta con árbitro. ¿Somos capaces de autorregular nuestras emociones en plena competición? ¿Respetamos las decisiones del rival aunque no nos beneficien? ¿Podemos resolver los conflictos dialogando?

Reto: jugar limpio y pensar como equipo en el Ultimate Frisbee.

Saberes básicos:

B. Resolución de problemas en situaciones motrices. - Refinamiento de las capacidades perceptivo motrices. - Agilidad: capacidades perceptivo motrices, capacidades físicas básicas y cualidades motrices orientadas hacia la resolución de situaciones motrices. - De las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas. - Del juego predeportivo al juego deportivo. - Toma de decisiones ajustándolas a las demandas de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre en el entorno. - Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales y dotadas de calidad y eficacia. - Generación, realización y reajuste de 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.
- Expresión constructiva de emociones y contribución positiva al clima emocional del grupo.
- Gestión emocional: afrontamiento y regulación.
- Esfuerzo y mentalidad de crecimiento.
- Habilidades sociales: amabilidad, diálogo y asertividad.
- Resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices.
- Deportividad y juego limpio.
- Actitudes y conductas prosociales en contextos de práctica motriz.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, género, creencias, actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista).

D. Manifestaciones de la cultura motriz.

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.

- Práctica de juegos y deportes como seña de identidad cultural.

- Deporte y estereotipos: análisis crítico.

- Actividades físicas y deportivas adaptadas.

- Juegos y deportes alternativos.

Metodología: Se utilizará el método comprensivo como medio de aprendizaje utilizando los juegos modificados con menor nivel de incertidumbre, aumentando esta utilizando la resolución de problemas, propiciaremos espacios de reflexión y diálogo a través de diferentes dinámicas de juego en grupo con situaciones de cooperación y oposición. Analizaremos las emociones vividas y los conflictos que surjan.
En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.Participación en partidos de ultimate adaptado, utilizando las habilidades sociales: respeto, inclusión,

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

diálogo, empatía.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

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.

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

Nombre de la actividad

En esta unidad de iniciación al Ultimate Frisbee se presentará el deporte mediante un vídeo explicativo y la introducción de sus normas básicas, disponibles en Classroom. La progresión se realizará a través de **juegos modificados,** que permitirán familiarizarse con el frisbee, los lanzamientos, las recepciones y la toma de decisiones en ataque y defensa, aumentando gradualmente la complejidad táctica hasta llegar a un partido adaptado. Para los momentos más analíticos y centrados en la técnica individual, se empleará el Disc Golf, facilitando un aprendizaje más preciso del lanzamiento y el control del disco.

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)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Preguntas de análisis, evaluación y/o creación	Procedimiento 1	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 2.1.- Mostrar un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera activa, creativa y eficaz. (**2**) 2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios. (**2**) 2.3.- Desarrollar y construir proyectos motores de carácter individual, cooperativo, de oposición y colaboración-oposición definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo, si es preciso, cambios durante el proceso y generando producciones motrices ajustadas al objetivo planteado. (**2**) 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo y valorando las actuaciones de las personas que participan. (**2**) 4.2.- Practicar actividades físico-deportivas con independencia del nivel de competencia, valorando sus aportaciones sociales, culturales y analizando críticamente los estereotipos que transmite. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

7.- Acrobacias grupales (7 periodos)

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

Acrobacias Grupales

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

El detonante de la situación se asocia a la necesidad de trabajar y consolidar las habilidades perceptivo motrices de
coordinación y equilibrio. Y a la motivación que genera en el alumnado esta disciplina Por tanto,
nos planteamos: ¿Somos capaces de mantener un balanceo, o una figura? y ¿hacer y mantener una pirámide? Plantearemos
como reto elabrar una figura de 3/4 personas.

La situación de aprendizaje cumple con los principios que le son propios: acción, reflexión, contextualización, funcionalidad, transferibilidad, autenticidad, implicación de diferentes procesos cognitivos, globalidad y significatividad.

Saberes básicos:

A. Vida activa y saludable.
- Salud física: efectos físicos beneficiosos del estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en acciones motrices específicas. Dosificación del esfuerzo. Calentamiento general y vuelta a la calma como rutinas en la práctica de actividad física. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo. Relajación orientada hacia el bienestar físico. Hábitos de autonomía en la higiene corporal. Medidas de seguridad y prevención de accidentes en las prácticas motrices. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas: posición lateral de seguridad y técnicas PAS (proteger, ayudar, socorrer).
- Salud social: efectos sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Aproximación a los efectos no saludables de algunos hábitos sociales e influencia en la práctica de actividad física. Oportunidades de la actividad física para la interacción entre iguales. Gestión saludable de la competitividad. Aceptación y respeto de las diferencias físicas y de destreza en relación con la práctica de actividad física. Actitud crítica ante los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
- Salud mental: efectos psicológicos beneficiosos del estilo de vida activo. Respeto y aceptación del propio cuerpo.Consolidación y ajuste realista del autoconcepto.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- Refinamiento de las capacidades perceptivo motrices.
- Agilidad: capacidades perceptivo motrices, capacidades físicas básicas y cualidades motrices orientadas hacia la resolución de situaciones motrices.
- De las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas.
- Del juego predeportivo al juego deportivo.
- Toma de decisiones ajustándolas a las demandas de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre en el entorno.
- Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales y dotadas de calidad y eficacia.
- Generación, realización y reajuste de proyectos motores individuales o colectivos en función de diferentes retos y desafíos motrices que se ajusten a su competencia motora.rpo. Consolidación y ajuste realista del autoconcepto.

Metodología: se configurará en base a desafíos físicos individuales y cooperativos, utilizando también la asignación de tareas y formas jugadas.
En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupoElaboración de una figuras de acrosport.

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Elaboración de una figuras de acrobacias grupales, teniendo en cuenta en todo momento la seguridad y la planificación de cada paso a realizar..

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.

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

Nombre de la actividad

Iniciamos la actividad haciendo juegos de bloqueos, actividades de equilibrios dinámicos, contrapesos estáticos y dinámicos, como medio de iniciación a las acrobacias grupales. Explicamos los tres roles del acrosport, dónde colocar los apoyos y los tipos de formaciones. Pasamos a practicar contrabalanceos, balanzas y apoyos que nos facilitan la elaboración posterior de la pirámide en grupos de cuatro. dicha formaciónserá autoevaluada por el propio grupo mediante una ficha. Como complemento a esta actividad practicaremos la progrsión del equilibrio invertido.

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	Procedimiento 1	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 1.2.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo, actuando con precaución ante ellos y aplicando los protocolos básicos ante accidentes. (**3**) 1.4.- Identificar conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando una actitud crítica ante ellas (**2**) 2.3.- Desarrollar y construir proyectos motores de carácter individual, cooperativo, de oposición y colaboración-oposición definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo, si es preciso, cambios durante el proceso y generando producciones motrices ajustadas al objetivo planteado. (**3**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

8.- GOALBALL (5 PERIODOS)

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

GOALBALL

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

Dentro de un centro inclusivo, debemos proponer al alumnado iniciaciones deportivas que sensibilicen actividades deportivas adaptadas, por lo que alumnado procedera a sentirse como un ciego, jugando a un deporte paraolímpcio como el Goalball...¿Estaís preparados para guiaros con todos los sentidos menos la vista?
Saberes básicos
A. Vida activa y saludable.
- Salud física: efectos físicos beneficiosos del estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en acciones motrices específicas. Dosificación del esfuerzo.
Calentamiento general y vuelta a la calma como rutinas en la práctica de actividad física. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo. Relajación orientada hacia el bienestar físico. Hábitos de autonomía en la higiene corporal. Medidas de seguridad y prevención de accidentes en las prácticas motrices. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas: posición lateral de seguridad y técnicas PAS (proteger, ayudar, socorrer).
- Salud social: efectos sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Aproximación a los efectos no saludables de algunos hábitos sociales e influencia en la práctica de actividad física. Oportunidades de la actividad física para la interacción entre iguales. Gestión saludable de la competitividad. Aceptación y respeto de las diferencias físicas y de destreza en relación con la práctica de actividad física. Actitud crítica ante los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
- Salud mental: efectos psicológicos beneficiosos del estilo de vida activo. Respeto y aceptación del propio cuerpo. Consolidación y ajuste realista del autoconcepto.
D. Manifestaciones de la cultura motriz.
- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural.
- Práctica de juegos y deportes como seña de identidad cultural.
- Deporte y estereotipos: análisis crítico.
- Actividades físicas y deportivas adaptadas.
- Juegos y deportes alternativos.
Metodología: Descbrimiento guiado, aprendizaje basado en el juego y modelo de aprendizaje. En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Torneo de partidos de goalball, adoptando los cuatro roles que se realizan en dichos partidos, público respetuoso, ayudantes, árbitros y jugadores.

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.

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

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

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:

Nombre de la actividad

Empezaremos presentando vídeos explicativos de dicho deporte paraolímpico, además de utilizar edpuzzle para comprobar su comprensión y quizziz.

Realizaremos dos sesiones de sensibilización de utilización de los sentidos del tacto, kinestesía así como el oído como medio de obtener información del entorno, para adaptarnos poco a poco a las reglas para la realización de partidos de goalball, donde el alumnado actuará en cuatro papeles, como publico respetuoso (silencio absoluto), como árbitros, como ayudantes y como competidores.

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	Procedimiento 1	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 1.2.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo, actuando con precaución ante ellos y aplicando los protocolos básicos ante accidentes. (**3**) 4.2.- Practicar actividades físico-deportivas con independencia del nivel de competencia, valorando sus aportaciones sociales, culturales y analizando críticamente los estereotipos que transmite. (**2**) 5.2.- Actuar en relación con el medio, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y adoptando una actitud de respeto y cuidado desde una perspectiva ecosostenible y comunitaria. (**3**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

9.- Capacidades físicas básicas y salud (10 periodos)

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

CFB y salud

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

Este ciclo es elmomento en el nuestro alumnado debe empezar a conocer qué y cuáles son las capacidades físicas básicas y cómo se pueden trabajar y mejorar. Así como su relación con la salud física y social y el cuidado del cuerpo.

Saberes Básicos

A. Vida activa y saludable.
- Salud física: efectos físicos beneficiosos del estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en acciones motrices específicas. Dosificación del esfuerzo. Calentamiento general y vuelta a la calma como rutinas en la práctica de actividad física. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo. Relajación orientada hacia el bienestar físico. Hábitos de autonomía en la higiene corporal. Medidas de seguridad y prevención de accidentes en las prácticas motrices. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas: posición lateral de seguridad y técnicas PAS (proteger, ayudar, socorrer).
- Salud social: efectos sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Aproximación a los efectos no saludables de algunos hábitos sociales e influencia en la práctica de actividad física. Oportunidades de la actividad física para la interacción entre iguales. Gestión saludable de la competitividad. Aceptación y respeto de las diferencias físicas y de destreza en relación con la práctica de actividad física. Actitud crítica ante los estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
- Salud mental: efectos psicológicos beneficiosos del estilo de vida activo. Respeto y aceptación del propio cuerpo. Consolidación y ajuste realista del autoconcepto.

C. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
- Expresión constructiva de emociones y contribución positiva al clima emocional del grupo.
- Gestión emocional: afrontamiento y regulación.
- Esfuerzo y mentalidad de crecimiento.
- Habilidades sociales: amabilidad, diálogo y asertividad.
- Resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices.
- Deportividad y juego limpio.
- Actitudes y conductas prosociales en contextos de práctica motriz.
- Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, género, creencias, actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista).
- Sentido crítico en la adquisición de materiales y ante actitudes consumistas en torno al equipamiento y la práctica de actividad física.

Metodología : Fundamentalmente utilizaremos la asignación de tareas y el modelo comprensivo. La práctica de situaciones lúdicas se asociará a la puesta en práctica del modelo de enseñanza para la comprensión (en algunos juegos con componente decisional) y a la realización de ciclos acción-reflexión sobre mejora de sus hábitos.
Y propiciaremos espacios de reflexión y diálogo a través de diferentes dinámicas de grupo como elemento complementario en relación con el análisis de sus hábitos de actividad física y alimentación.
En la generación de la situación de aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Conocimiento, práctica e interiorización de las cualidades físicas básicas, a través de la creación de fichas de

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

elaboración propia sobre las CFB

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.

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

Nombre de la actividad

Empezaremos la actividad presentando las CBF, el calentamiento, la toma de pulsaciones. Trabajeremos de forma específica el calentamiento (sus funciones y sus partes) y cada una de la capacidades físicas básicas haciendo un introducción teórica y juegos para desarrollarlas. Utilizaremos vídeos, recursos de aprendizaje como quizziz y edpuzzle

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	Procedimiento 1	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**2**) 1.4.- Identificar conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando una actitud crítica ante ellas (**2**) 3.1.- Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, y gestionando las emociones. (**2**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

10.- Malabares, saltos y cabullería (9 periodos)

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

Malabares, saltos y cabullería

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

El trabajo se articula mediante dinámicas manipulativas y rítmicas (lanzamiento–recepción, entrada–salida en comba, secuencia de nudos) y miniproyectos funcionales (p. ej., señalizar un circuito con cuerdas y conos, zona segura de lanzamientos, estación de comba cooperativa). Normas claras —distancias de seguridad, materiales adecuados, roles rotatorios y verificación de montajes— permiten centrarse en decisiones tácticas simples: altura del lanzamiento, momento de entrada en la comba, elección del nudo y nivel de tensión.

La progresión metodológica avanza de lo individual a parejas y equipos, y de lo simple a lo combinado:

Malabares básicos con pañuelos/pelotas blandas para estabilizar patrones.Cuerda individual y comba larga con variaciones rítmicas y roles cooperativos. Cabuyería (llano, ballestrinque, as de guía) aplicada a retos reales del aula de EF.

Preguntas-reto integradas para guiar la práctica y la reflexión

1. Control y precisión (malabares):¿Qué altura me permite recibir con seguridad?¿Cómo cambia el control al alternar mano dominante/no dominante? ¿Dónde pongo la mirada para anticipar la recepción?

2. Ritmo y desplazamiento (cuerda):¿Cómo mantengo el pulso para no perder la comba?¿Qué cambia entre doble apoyo y pies alternos o al introducir un giro 180°?

3. Montaje funcional y seguridad (cabuyería):¿Qué nudo conviene para unir, abrazar un poste o crear un punto de anclaje?¿Cómo verifico que el nudo no se desliza y es fácil de deshacer?¿Dónde y cómo fijar para que el montaje sea estable y sin invadir zonas de paso?

4. Cooperación y estrategia (integración):¿Qué roles (quien lanza, quien gira, quien monta, quien verifica) nos hacen funcionar mejor?¿Qué variaciones (velocidad, dirección, tamaño del movimiento, tensión de la cuerda) mejoran nuestro resultado?¿Cómo encadenamos patrones (lanzar–saltar–montar) sin perder el ritmo ni la seguridad ¿Qué señal nos ayuda a sincronizarnos entre giradores/as y saltadores/as?

5. Metodología: La línea fundamental será la participación como medio de aprendizaje. Es una unidad didáctica
muy interactiva entre los elementos profesor-alumno, puesto aunque es cierto que las sesiones empiezan con
una breve explicación del profesor, en seguida se introducen preguntas y mecanismos que fomentan la participación. Siguiendo este modelo, se propone que al final de las sesiones se hagan unas breves reflexiones entre todos, para que los alumnos sean conscientes de lo que se ha pretendido con cada sesión.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Saltos con cuerda individual, parejas y colectiva.

Malabares con pañuelos y pelotas de contacto, ejercicios de 1, 2, y 3 pelotas

Diferentes tipos de nudos aplicados a la práctica.

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

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

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.

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:

Nombre de la actividad

Representar una pequeña coreografía de saltos individuales, parejas y colectivos

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	Salto sin parar	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 3.1.- Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, y gestionando las emociones. (**1**) 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo y valorando las actuaciones de las personas que participan. (**1**)

Nombre de la actividad

Ser capaz de realizar los nudos que se han explicado en clase y que están representados en vídeos en el classroom

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)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Tipo	Nombre	Criterios evaluados (peso)
Examen tradicional/Prueba objetiva/competencial	Nudos	1.3.- Valorar la actividad física como alternativa de ocio saludable, reconociendo los efectos beneficiosos, a nivel físico y mental, que posee adoptar un estilo de vida activo e identificando los desplazamientos activos y sostenibles como parte de este. (**1**) 2.1.- Mostrar un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera activa, creativa y eficaz. (**1**) 5.2.- Actuar en relación con el medio, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y adoptando una actitud de respeto y cuidado desde una perspectiva ecosostenible y comunitaria. (**1**)

Nombre de la actividad

Realizar los malabares explicados en clase y que disponen de ellos en el classroom

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)
Examen tradicional/Prueba objetiva/competencial	Malabreas	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 1.3.- Valorar la actividad física como alternativa de ocio saludable, reconociendo los efectos beneficiosos, a nivel físico y mental, que posee adoptar un estilo de vida activo e identificando los desplazamientos activos y sostenibles como parte de este. (**1**) 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo y valorando las actuaciones de las personas que participan. (**1**)

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

11.- ORIENTACIÓN (9 PERIODOS)

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

NOS ORIENTAMOS

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

El cerebro siempre tiene una gran implicación en la práctica de la educación física, pero se hace especialmente visible en la orientación deportiva como se aúna cuerpo y mente. Es un contenido que eleva la percepción espacial, la capacidad de análisis (del mapa y de la realidad), la toma de decisiones, el conocimiento de un lenguaje simbólico, la implicación cognitiva, la concentración y el autocontrol, la gestión Realización de circuitos de orientación de planos conocidos y semidesconocidos.del esfuerzo … a otro nivel, siendo propicio para cualquier curso de primaria. Además, la orientación
deportiva por regla general les encanta a los niños. La pregunta que planteamos es :¿Creéis que os podríais perder en el patio de recreo del cole? El reto: no perderse.
Saberes básicos:
E. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
- Educación vial desde la actividad física y deportiva. Normas de uso y convivencia en las vías urbanas e interurbanas
- Transporte activo y sostenible: bicicletas, patines…
- Espacios naturales y sus posibilidades: uso, disfrute y cuidado.
- Materiales específicos y sus posibilidades de uso en espacios naturales y urbanos para el desarrollo de la actividad física.
- Realización de actividades físicas de aventura (alto grado de incertidumbre y riesgo subjetivo) en el medio natural y urbano en entornos desconocidos (carreras de orientación, escalada, kayak, esquí, travesías, etc.)
- Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural: valoración previa y actuación.
- Cuidado del entorno como servicio a la comunidad, valoración, previo a la realización, del impacto ambiental de las diferentes actividades físicas a realizar.

B. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- Refinamiento de las capacidades perceptivo motrices.
- Agilidad: capacidades perceptivo motrices, capacidades físicas básicas y cualidades motrices orientadas hacia la resolución de situaciones motrices.
- De las habilidades motrices genéricas a las habilidades motrices específicas.
- Del juego predeportivo al juego deportivo.
- Toma de decisiones ajustándolas a las demandas de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre en el entorno.
- Creatividad motriz: búsqueda de múltiples soluciones originales y dotadas de calidad y eficacia.
- Generación, realización y reajuste de proyectos motores individuales o colectivos en función de diferentes retos y desafíos motrices que se ajusten a su competencia motora.
Metodología: se basará en el trabajo cooperativo y aprendizaje basado en la comprensión. En la generación de la situación de
aprendizaje y de las actividades asociadas a ella se tendrá en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje, en aras de dar respuesta a la diversidad inherente al grupo.

Producto solicitado a los alumnos en la situación de aprendizaje:

Realización de circuitos de orientación de planos conocidos y semidesconocidos.

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

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

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.

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:

Nombre de la actividad

Empezaremos recordando los planos y mapas y cómo leerlos e interpretarlos, para pasar a realizar algún juego de pistas y carreras de orientación de más sencillas a más complejas. Hablaremos del cuidado del medio ambiente y cómo podemos contribuir a ello.Tendrán que fijarse, apuntar y recoger los restos de basuras que encuentren para que además sean conscientes de la importancia del cuidado del entorno. La basura recogida dará puntuación positiva para la carrera.

Trabajaremos con mapas del polideportivo, del centro, de parques cercanos y otros más lejanos

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	Procedimiento 1	1.1.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación. (**1**) 2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios. (**1**) 2.3.- Desarrollar y construir proyectos motores de carácter individual, cooperativo, de oposición y colaboración-oposición definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo, si es preciso, cambios durante el proceso y generando producciones motrices ajustadas al objetivo planteado. (**2**) 5.2.- Actuar en relación con el medio, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y adoptando una actitud de respeto y cuidado desde una perspectiva ecosostenible y comunitaria. (**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.- Aplicar las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable, integrando hábitos de higiene, activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación y alimentación.	2
1.2.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, reconociendo los contextos de riesgo, actuando con precaución ante ellos y aplicando los protocolos básicos ante accidentes.	1
1.3.- Valorar la actividad física como alternativa de ocio saludable, reconociendo los efectos beneficiosos, a nivel físico y mental, que posee adoptar un estilo de vida activo e identificando los desplazamientos activos y sostenibles como parte de este.	1
1.4.- Identificar conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando una actitud crítica ante ellas	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.- Mostrar un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera activa, creativa y eficaz.	1
2.2.- Tomar decisiones en situaciones de juegos de iniciación deportiva y otro tipo de propuestas motrices atendiendo a los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, mediante las habilidades motrices específicas, teniendo en cuenta la lógica interna en situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición con o sin incertidumbre del entorno, en contextos reales de juego, reflexionando y valorando las soluciones obtenidas, así como apreciando las decisiones tomadas por sus compañeros y adversarios.	2
2.3.- Desarrollar y construir proyectos motores de carácter individual, cooperativo, de oposición y colaboración-oposición definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo, si es preciso, cambios durante el proceso y generando producciones motrices ajustadas al objetivo planteado.	2
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.- Participar en actividades de carácter motor, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, y gestionando las emociones.	1
3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo y valorando las actuaciones de las personas que participan.	1
3.3.- Convivir mostrando habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de competencia motriz, género, creencias, afectivo-sexual, lugar de procedencia, étnica, o socioeconómica, y manifestando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia.	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 motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura propia, así como en otras culturas, reconociendo y transmitiendo su valor y su potencial como espacio de convivencia.	1
4.2.- Practicar actividades físico-deportivas con independencia del nivel de competencia, valorando sus aportaciones sociales, culturales y analizando críticamente los estereotipos que transmite.	1
4.3.- Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.	1

VILLAMEDIANA, 30
26003 Logroño (La Rioja)
941238422

Competencias específicas con sus criterios de evaluación asociados	Peso
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.- Implicarse en actividades motrices en el medio natural y urbano, adaptando las acciones motrices de forma eficiente a la incertidumbre propia del entorno.	1
5.2.- Actuar en relación con el medio, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y adoptando una actitud de respeto y cuidado desde una perspectiva ecosostenible y comunitaria.	1

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

$$\text{calificación CE5} = \frac{\text{CEV5.1} \times 1 + \text{CEV5.2} \times 1}{1 + 1}$$

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".