



# **TRABAJO DE FIN DE GRADO**

## **Doble grado de Educación Primaria y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte**

**Programación Didáctica dirigida a 5º de  
Educación Primaria**

*La Academia de Superhéroes*

**Diego Alonso Lorente**

**Directora:** Marina Barba Munñiz

**Curso:** 2025-2026

**Fecha:** 15 de abril de 2026

# ÍNDICE:

1.	Introducción.....	4
2.	Fundamentación teórico-normativa de la programación .....	6
3.	Contextualización .....	8
3.1.	Proyectos más importantes: .....	9
3.2.	Perfil del alumnado y plan de convivencia:.....	9
3.3.	Clase a la que va dedicada la programación:.....	11
3.4.	Organización temporal: .....	11
4.	Objetivos:.....	12
4.1.	Objetivos de etapa: .....	12
4.2.	Objetivos didácticos: .....	13
5.	Competencias: .....	14
5.1.	Competencias clave:.....	14
5.2.	Competencias específicas:.....	17
6.	Contenidos:.....	19
6.1.	Criterios de temporalización: .....	19
6.2.	Contenidos de la programación y distribución de las Situaciones de Aprendizaje.....	20
7.	Metodología: .....	35
7.1.	Principios generales de la intervención: .....	36
7.2.	Metodologías específicas: .....	38
7.3.	Aprendizaje Basado en Proyectos:.....	41
7.4.	El papel de las TIC en el proceso de enseñanza-aprendizaje: .....	42
8.	Evaluación:.....	44
8.1.	¿Qué, cómo, cuándo y quién va a evaluar? .....	45
8.2.	Relación entre criterios, instrumentos, descriptores y calificación: .....	46
8.3.	Criterios de evaluación mínimos exigibles: .....	47
8.4.	Evaluación del proceso de enseñanza: .....	47
8.5.	Evaluación en situaciones especiales:.....	48
9.	Atención a las diferencias individuales del alumnado: .....	48
9.1.	El Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA): .....	49
9.2.	Actuación ante situaciones específicas: .....	50

9.3. Actividades de refuerzo y ampliación para atender a los diferentes ritmos de aprendizaje: .....	51
10. Contribución de la programación al desarrollo de otros planes: ....	52
11. Conclusiones:.....	53
12. Bibliografía y webgrafía:.....	56
12.1. Referencias bibliográficas: .....	56
12.2. Webgrafía:.....	57
13. Anexos: .....	58
13.1. Desarrollo de la Situación de Aprendizaje escogida: .....	58
13.1.1. Contextualización y justificación de la programación dentro de la SdA: .....	58
13.1.2. Objetivos didácticos y su contribución a los objetivos de etapa y de programación:.....	58
13.1.3. Competencias clave y específicas y su relación con los objetivos y contenidos: .....	59
13.1.4. Contenidos y contenidos transversales.....	60
13.1.5. Metodología y recursos:.....	61
13.1.6. Descripción de las actividades:.....	62
13.1.7. Evaluación:.....	64
13.1.8. Atención a las diferencias individuales del alumnado:.....	65
13.2. Actividades elaboradas: .....	67
ANEXO I. Tabla 24. Relación entre competencias específicas de Educación física, descriptores de las competencias clave del perfil de salida y situaciones de aprendizaje. ....	67
ANEXO II. Calendario escolar 2026-2027 aplicado a la programación.....	70
ANEXO III. Tabla 25. Uso de las TIC de los alumnos en las SdA.....	71
ANEXO IV. Materiales gráficos para las Situaciones de Aprendizaje: .....	71
ANEXO V: Tabla 26. Metodologías usadas en cada Situación de Aprendizaje: .....	73
ANEXO VI: Tabla 27. Porcentajes de calificación de cada SdA:.....	74
ANEXO VII: Tabla 28. Porcentajes de Criterios de Evaluación y herramientas utilizadas: .....	75

# 1. Introducción

Esta programación está vertebrada a través de un hilo conductor basado en la gamificación con temática de superhéroes. La elección de esta narrativa se justifica por su alto potencial para despertar la motivación intrínseca del alumnado y su perfecta alineación con los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) y el enfoque competencial de la LOMLOE. Utilizar a los superhéroes como metáfora pedagógica permite atender a la diversidad del aula, visibilizando que cada alumno posee habilidades o "poderes" únicos, y rompe con el modelo deportivo tradicional, fomentando la inclusión, la coeducación, el juego cooperativo y la educación en valores por encima del mero rendimiento físico.

Esta propuesta educativa está dirigida específicamente al curso de 5º de Educación Primaria, diseñada para un grupo de 30 alumnos. La elección de este nivel no está elegida al azar, sino de mi propia experiencia durante los periodos de prácticas en los centros educativos. Ha sido en este curso donde he tenido la oportunidad de intervenir con mayor protagonismo, donde me he sentido más cómodo en mi rol docente y para el cual he diseñado y puesto en práctica un mayor número de sesiones, lo que me ha permitido conocer de cerca la realidad y las necesidades del alumnado de esta edad.

Existe un elemento que da verdadero sentido a esta programación, la necesidad innegociable de educar en valores. El patio, el pabellón y la pista deportiva conforman un laboratorio social inmejorable. En el transcurso de un partido de baloncesto o de un juego cooperativo, el alumnado experimenta en tiempo real emociones intensas, conflictos, victorias y frustraciones. Es ahí, en la práctica

viva, donde el área de Educación Física nos permite educar ciudadanos críticos, enseñándoles a cooperar, a respetar las normas, a rechazar los estereotipos sexistas mediante la coeducación, a desarrollar la empatía y a practicar el juego limpio. A través del deporte, no solo formamos personas motrizmente competentes, sino ciudadanos cívicos, tolerantes y solidarios.

A lo largo del presente documento se desarrolla, en primer lugar, la fundamentación teórica y normativa sustentada en la ley educativa vigente, seguida de una necesaria contextualización del centro escolar y del grupo clase. Posteriormente, se articulan los elementos curriculares clave: los objetivos, las competencias y los saberes básicos, así como las líneas metodológicas utilizadas, el sistema de evaluación y las medidas de atención a la diversidad. Finalmente, como aplicación práctica de todo lo anterior, se presenta en el anexo el desarrollo completo y detallado de una de las 15 unidades didácticas propuestas, seleccionando para este caso la Unidad Didáctica 7, titulada: “Justicia por el balón”.

Por último, me gustaría destacar que, durante la fase de ideación y estructuración narrativa de este Trabajo de Fin de Grado, se ha empleado la asistencia del modelo de inteligencia artificial Gemini 3.1 Pro (Google, 2026). No obstante, el diseño pedagógico, la toma de decisiones curriculares y la revisión final del contenido son obra exclusiva del autor, asumiendo la total responsabilidad sobre el documento final.

## **2. Fundamentación teórico-normativa de la programación**

Toda intervención educativa debe sustentarse en un marco legal y teórico sólido que garantice el derecho a la educación y el desarrollo integral del alumnado. Por ello, para la elaboración de esta programación didáctica de Educación Física, he tomado como referencia la legislación vigente, partiendo en el nivel más alto de la Constitución Española de 1978. Concretamente, me amparo en su artículo 27, que reconoce el derecho fundamental a la educación, y en su artículo 43.3, que insta a los poderes públicos a fomentar la educación sanitaria, la educación física y el deporte.

Descendiendo a la legislación educativa de ámbito nacional, este documento se fundamenta en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE), con las modificaciones introducidas por la actual Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la LOE (LOMLOE). Esta ley establece un enfoque marcadamente competencial, situando al alumno en el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje y dando especial importancia a la educación inclusiva, la igualdad de género y el desarrollo sostenible. Para concretar los elementos curriculares de la etapa, me he basado en el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

El diseño de las situaciones de aprendizaje y la distribución temporal se rigen por el Decreto 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.

Esta propuesta tiene en cuenta las directrices del Real Decreto 82/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Colegios de Educación Primaria. Asimismo, para garantizar un clima de convivencia positivo y seguro en las sesiones prácticas, me respaldo en la Ley 2/2010, de 15 de junio, de Autoridad del Profesor de la Comunidad de Madrid, y en la Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia (LOPIVI).

Por su parte, la evaluación de los aprendizajes de esta programación se ajusta estrictamente a la Orden 130/2023, de 23 de enero, de la Comunidad de Madrid, garantizando su carácter formativo, continuo e integrador.

Por otro lado, siendo la equidad uno de los pilares de mi filosofía docente, la respuesta a la heterogeneidad de los 30 alumnos de la clase, en la cual hay un alumno con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y una alumna con asma, se fundamenta a nivel estatal en el Real Decreto 696/1995, de 28 de abril, de ordenación de la educación de los alumnos con necesidades educativas especiales. A nivel autonómico, este compromiso inclusivo se materializa siguiendo las pautas del Decreto 23/2023, de 22 de marzo, del Consejo de Gobierno, por el que se regula la atención educativa a las diferencias individuales del alumnado en la Comunidad de Madrid.

Por último, mi propuesta se apoya en una fundamentación teórica asumiendo que el aprendizaje en Educación Física debe ser verdaderamente significativo. Esto implica que los alumnos de 5º de Primaria además de ejecutar habilidades motrices o practicar deportes, deben comprender por qué lo hacen, cómo afecta a su cuerpo y cómo pueden transferir esos aprendizajes a su tiempo libre y a su vida diaria.

### **3. Contextualización**

Mi programación está diseñada para llevarse a cabo en el Colegio Miramadrid. Este colegio es un centro educativo concertado y privado, de carácter laico y plurilingüe situado en la Avenida de Juan Pablo II del municipio de Paracuellos de Jarama (Comunidad de Madrid).

El Colegio Miramadrid destaca por ser una institución moderna que abarca todas las etapas educativas, desde Educación Infantil hasta Bachillerato. Su proyecto educativo se asienta sobre pilares fundamentales que encajan a la perfección con mi visión del área de Educación Física: la innovación tecnológica a través de su Plan Digital, la educación en valores, el plurilingüismo y un fortísimo compromiso con el deporte y los hábitos saludables.

Su identidad se define bajo el lema de ser una "escuela viva", donde conviven de manera natural la tecnología, el deporte, el arte, la inclusión y la solidaridad. Se caracteriza por su afán de vanguardia, apostando fuertemente por el arte urbano y la creatividad. Además, es un colegio pionero en sostenibilidad energética, ya que cuentan con un innovador sistema de aerotermia y placas fotovoltaicas, perteneciendo así a la red de "Escuelas Excelentes".

A nivel de infraestructura, el centro resulta un entorno idílico para nuestra área, ya que cuenta con unas instalaciones deportivas privilegiadas que incluyen un pabellón cubierto, piscina climatizada, campos de césped artificial y amplias pistas exteriores polideportivas. A esto se suma su gran Sección Deportiva, un club propio con un enorme peso en la comunidad, lo que fomenta que la inmensa mayoría del alumnado tenga un estilo de vida muy activo.

### **3.1. Proyectos más importantes:**

El Colegio Miramadrid destaca por no quedarse solo en los libros de texto, sino por trabajar mediante proyectos transversales que preparan a los alumnos para el mundo real:

- Proyecto "SOS ODS": Implican a todo el colegio en los Objetivos de Desarrollo Sostenible a través de campañas solidarias, educación ambiental y semanas de concienciación.
- Innovación Tecnológica y Robótica: Tienen integrada la robótica y la programación desde edades muy tempranas para fomentar el trabajo en equipo y el pensamiento lógico.
- Programas de intercambio: El colegio tiene acuerdos con diversos centros educativos en el extranjero. Cuenta con un proyecto internacional de idiomas muy estructurado, cuyo objetivo principal es la inmersión lingüística, realizando intercambios temporales con otros alumnos de países como Alemania, Irlanda, Reino Unido, Estados Unidos, Canadá o Australia.
- Proyecto Mirazul: Iniciativas centradas en la visibilidad y atención al alumnado con Trastorno del Espectro Autista (TEA) y la dinamización de los patios con juegos dirigidos e inclusivos.

### **3.2. Perfil del alumnado y plan de convivencia:**

El entorno sociocultural y demográfico del Colegio Miramadrid influye de manera determinante en la realidad del aula. Situado en Paracuellos de Jarama, un municipio en constante expansión residencial, el centro acoge mayoritariamente a familias jóvenes de un nivel socioeconómico y cultural medio y medio-alto. Esta realidad se traduce en una comunidad educativa muy participativa, donde los

padres y madres muestran una alta implicación en la vida escolar y valoran enormemente la formación integral de sus hijos, apoyando iniciativas vinculadas a los idiomas, la tecnología y el deporte. En este contexto estimulante, el perfil del alumnado de 5º de Educación Primaria se caracteriza por ser tremendamente dinámico, participativo y estar familiarizado con metodologías activas y el trabajo cooperativo. Los alumnos responden de manera muy positiva a los retos motores y al uso de herramientas digitales. No obstante, al tratarse de un colegio de gran envergadura y con una profunda vocación inclusiva apoyada por su Gabinete Psicopedagógico, nos encontramos ante aulas heterogéneas.

Dado este carácter heterogéneo y la intensidad de las interacciones sociales propias de la preadolescencia (10-11 años), la gestión del clima del aula se articula de manera directa con el Plan de Convivencia del centro. Lejos de adoptar un enfoque puramente punitivo, el Colegio Miramadrid apuesta por un modelo preventivo y educativo, gestionado a través de su "Mesa de Convivencia". Este plan se sustenta en generar un clima de confianza, fomentar el diálogo asertivo y hacer partícipes a los propios alumnos y a sus familias en la resolución pacífica de los conflictos, entendiendo que el bienestar emocional es la base innegociable del éxito académico. Es precisamente en este punto donde mi programación didáctica de Educación Física cobra su mayor dimensión transversal. El patio y el pabellón actúan como el laboratorio social perfecto para poner en práctica las directrices de este Plan de Convivencia. Exigir el fair play, promover equipos mixtos para garantizar la coeducación y obligar a llegar a consensos verbales ante una jugada dudosa no son solo objetivos de mi asignatura, sino la materialización real y palpable de la identidad y los valores de convivencia del Colegio Miramadrid.

### **3.3. Clase a la que va dedicada la programación:**

Mi programación va dirigida a un grupo-clase de 5º de Educación Primaria, compuesto por un total de 30 alumnos. A nivel psicoevolutivo, estos estudiantes de 10 y 11 años se encuentran en una fase de notable estabilidad motriz, lo que me permite introducir habilidades más complejas, dinámicas cooperativas de mayor exigencia y una reflexión más profunda sobre la salud y la expresión corporal. Se trata de un grupo cohesionado, participativo y muy motivado hacia la asignatura, en gran parte gracias a esa cultura deportiva que se respira en los pasillos del centro. No obstante, como en cualquier aula real, nos encontramos ante un grupo heterogéneo. Dentro de estos 30 alumnos, la programación contempla la presencia de un alumno con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y una alumna con asma leve inducido por el esfuerzo.

### **3.4. Organización temporal:**

La organización temporal del Colegio Miramadrid se articula en dos dimensiones clave: el horario lectivo semanal y el calendario anual.

El centro se rige por el calendario escolar oficial establecido por la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid. Este calendario distribuye los días lectivos a lo largo de tres trimestres, integrando los periodos vacacionales y las festividades, tanto nacionales y autonómicas como las propias del municipio de Paracuellos de Jarama. Esta temporalización marca el ritmo general del colegio y permite estructurar de forma coherente los distintos proyectos institucionales y semanas temáticas en los que participa todo el alumnado de Primaria. El calendario con sus sesiones de todo el curso se puede observar en el [ANEXO](#)

II.

El horario semanal de la etapa está diseñado bajo un criterio estrictamente pedagógico. La distribución de las sesiones lectivas busca el equilibrio diario del alumnado, alternando áreas de alta exigencia cognitiva e instrumental con otras disciplinas más prácticas, artísticas y dinámicas. El Colegio Miramadrid en Paracuellos de Jarama establece para sus etapas concertadas un horario general de 9:00 a 13:30 y de 15:30 a 17:00 horas para Infantil y Primaria.

## **4. Objetivos:**

### **4.1. Objetivos de etapa:**

En el marco de la actual ley educativa y del Artículo 5 del Decreto 61/2022 de la Comunidad de Madrid, los objetivos de etapa definen los logros que el alumnado debe alcanzar al finalizar la Educación Primaria. Desde el área de Educación Física, mi programación contribuye de manera decisiva y transversal a varios de estos objetivos de etapa de Educación Primaria:

**Tabla 1. Objetivos de etapa.**

<b>Objetivos de etapa</b>
a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar poniéndose en el lugar del otro, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como su participación en una sociedad democrática.
b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
c) Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres, y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.
e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua española y desarrollar hábitos de lectura.
f) Adquirir en, al menos, la lengua inglesa, la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas en este idioma.
g) Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.

h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.
i) Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.
j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.
m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios y estereotipos de cualquier tipo.
n) Desarrollar hábitos cotidianos de movilidad activa autónoma saludable, fomentando la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico.

Elaboración propia

De todos estos objetivos de etapa, los que van a ser utilizados en mis situaciones de aprendizaje, en mayor o menor medida son los siguientes:

**Tabla 2. Objetivos de etapa utilizados en la programación.**

<b>Objetivos de etapa</b>	a); b); c); d); f); g); h); i); j); k); l); m)
---------------------------	--

Elaboración propia

## 4.2. Objetivos didácticos:

Para aterrizar estas grandes metas normativas a la realidad diaria del patio y del pabellón del Colegio Miramadrid, he formulado una serie de objetivos didácticos propios y específicos para esta programación. Estos objetivos representan los aprendizajes concretos que guiarán mi práctica docente a lo largo de todo el curso escolar con mis 30 alumnos. Los objetivos didácticos que plantea mi programación se pueden ver en la siguiente tabla, relacionados con los objetivos de etapa:

**Tabla 3. Relación entre objetivos didácticos y objetivos de etapa.**

Objetivos didácticos	Objetivos de etapa
Promover la cooperación y la coeducación, asegurando la participación equitativa y el éxito de todo el alumnado, independientemente de su nivel de destreza inicial.	a) b) c) i) j) m)
Fomentar el respeto incondicional hacia las reglas, los compañeros y los adversarios, asumiendo diferentes roles dentro del deporte para entender su lógica interna.	a) b) c) m)
Consolidar la adquisición de hábitos de vida activos y preventivos, logrando que interioricen rutinas indispensables en la práctica deportiva como el calentamiento autónomo, la hidratación y la dosificación del esfuerzo.	b) h) k)
Fomentar el interés por la práctica de distintos deportes dentro y fuera del colegio.	b) d) j) k) l)
Comprender y aplicar los principios tácticos fundamentales comunes a los deportes de invasión y de cancha dividida, como la ocupación de espacios o el desmarque.	b) g) k)
Mejorar la toma de decisiones inteligente por encima de la mera repetición técnica.	b) g) m)
Adquirir las diferentes habilidades motrices específicas de cada disciplina en situaciones reales de juego modificado, garantizando un aprendizaje significativo.	b) f) k)

Elaboración propia

## **5. Competencias:**

### **5.1. Competencias clave:**

Las competencias clave, de acuerdo con el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, son las siguientes. Cada competencia se relaciona con un Perfil de Salida que se debe superar para terminar la etapa de Educación Primaria.

Las competencias clave se caracterizan por su transversalidad, no existe jerarquía alguna entre ellas, engloban los aprendizajes de las distintas áreas y se adquieren a partir de las competencias específicas propias de cada área.

El perfil de salida de la Educación Primaria es la herramienta que permite la identificación del nivel de aprendizaje esperado en el alumnado al completar esta fase de su itinerario formativo. Debe ser, además, el referente último de la evaluación de los aprendizajes del alumnado y ha de considerarse en la toma de decisiones sobre la promoción a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria.

A cada una de las competencias clave se asocian unos descriptores operativos

que orientan sobre las capacidades que debiera adquirir el alumnado al finalizar la etapa. Estos descriptores han sido el referente para determinar las competencias específicas de cada área; la correlación entre los descriptores operativos y las competencias específicas conlleva que pueda concluirse el grado de adquisición de las competencias clave y, por tanto, la consecución de los objetivos previstos para la etapa de Educación Primaria.

En el anexo I del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, se describen las competencias clave y los descriptores operativos que, con carácter prescriptivo, se exigen al término de la enseñanza básica. A continuación, para cada una de las citadas competencias, se presentan los descriptores operativos que orientan sobre el grado de desarrollo competencial esperado al término de la etapa de Educación Primaria en la Comunidad de Madrid:

**Tabla 4. Competencias clave y descriptores operativos.**

<b>CCL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa con respeto en interacciones de comunicación, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.</li> <li>- CCL2. Comprende, interpreta y valora textos orales, escritos, signados o multimodales sencillos de los ámbitos personal, social, y educativo, con acompañamiento puntual, para participar en contextos cotidianos para construir conocimiento.</li> <li>- CCL3. Localiza, selecciona y contrasta, con el debido acompañamiento, información sencilla procedente de dos o más fuentes, evaluando su fiabilidad y utilidad en función de los objetivos de lectura, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal.</li> <li>- CCL4. Lee obras diversas adecuadas a su desarrollo madurativo, seleccionando aquellas que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; reconoce el patrimonio literario como fuente de disfrute y aprendizaje; y moviliza su experiencia personal y lectora para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria a partir de modelos sencillos.</li> <li>- CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, para favorecer un uso eficaz y no discriminatorio de los diferentes sistemas de comunicación.</li> </ul>
<b>CP</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CP1. Usa, al menos, una lengua, además de la lengua propia, en su caso, y el español, para responder a necesidades comunicativas sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos de los ámbitos personal, social y educativo.</li> <li>- CP2. A partir de sus experiencias, reconoce las diferentes lenguas y experimenta estrategias que, de manera guiada, le permiten realizar transferencias sencillas entre distintas lenguas para comunicarse en contextos cotidianos y ampliar su repertorio del lenguaje.</li> <li>- CP3. Conoce y respeta la variedad de las lenguas presentes en su entorno, reconociendo y comprendiendo su valor como factor de diálogo, para mejorar la convivencia.</li> </ul>

<b>STEM</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.</li> <li>- STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, con uso de herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.</li> <li>- STEM3. Realiza, de forma guiada, proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, adaptándose ante la incertidumbre, para generar un producto creativo con un objetivo concreto, procurando la participación de todo el grupo.</li> <li>- STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de algunos métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y veraz, utilizando la terminología científica apropiada, en diferentes formatos (dibujos, diagramas, gráficos, símbolos...) y aprovechando de forma crítica y responsable la cultura digital para compartir y construir nuevos conocimientos.</li> <li>- STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos.</li> </ul>
<b>CD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.</li> <li>- CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático...) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.</li> <li>- CD3. Participa en actividades y/o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales que le permitan construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar en grupo, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura y responsable ante su uso.</li> <li>- CD4. Conoce los riesgos y adopta, con la orientación del docente, medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y se inicia en la adopción de hábitos saludables de las mismas.</li> <li>- CD5. Se inicia en el desarrollo de soluciones digitales sencillas y sostenibles (reutilización de materiales tecnológicos, programación informática por bloques, robótica educativa...) para resolver problemas concretos o retos propuestos de manera creativa, solicitando ayuda en caso necesario.</li> </ul>
<b>CPSAA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.</li> <li>- CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludable, y detecta y busca apoyo ante situaciones negativas.</li> <li>- CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de los demás, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.</li> <li>- CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.</li> <li>- CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autónomo y participa en procesos de autoevaluación y evaluación conjunta, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.</li> </ul>
<b>CC</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CC1. Entiende los procesos históricos y sociales más relevantes relativos a su identidad y cultura, reflexiona sobre las normas de convivencia, y las aplica de manera constructiva, dialogante e inclusiva en cualquier contexto.</li> <li>- CC2. Participa en actividades de su entorno cercano, en la toma de decisiones y la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución Española, los derechos humanos y de la infancia, el valor a la diversidad y de la igualdad entre hombres y mujeres, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible acordados por la ONU.</li> <li>- CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas de la actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, cuidar el entorno, de rechazar prejuicios, y de oponerse a cualquier forma de discriminación y violencia.</li> <li>- CC4. Comprende las relaciones entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida adecuados, para conservar la biodiversidad.</li> </ul>

<b>CE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CE1. Reconoce necesidades inherentes a los retos que debe afrontar y elabora ideas originales, utilizando destrezas creativas y tomando conciencia de las consecuencias y efectos que las ideas pudieran generar en el entorno, para proponer soluciones valiosas que respondan a las necesidades detectadas.</li> <li>- CE2. Identifica fortalezas y debilidades propias utilizando estrategias de autoconocimiento, y se inicia en el conocimiento de elementos económicos y financieros básicos, aplicándolos a situaciones y problemas de la vida cotidiana.</li> <li>- CE3. Crea ideas planifica tareas, colabora con otros y en equipo, valora el proceso realizado y el resultado obtenido para llevar a cabo iniciativas de emprendimiento, y considera la experiencia como una oportunidad para aprender.</li> </ul>
<b>CCEC</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias culturales y la necesidad de respetarlas.</li> <li>- CCEC2. Reconoce especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, y se interesa por ellas, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.</li> <li>- CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.</li> <li>- CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.</li> </ul>

Elaboración propia

## 5.2. Competencias específicas:

Las competencias específicas se encuentran vinculadas mediante los descriptores operativos a las competencias clave nombradas anteriormente. En la siguiente tabla se puede apreciar que descriptores operativos se vinculan con las competencias específicas, necesarios para diseñar las unidades didácticas:

**Tabla 5. Relación entre competencias específicas y descriptores operativos de las competencias clave del perfil de salida del alumnado.**

Competencias específicas	Descriptores operativos
1. Adoptar un estilo de vida activo y adecuado practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.	STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA3, CE3.
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	CP2, STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3.
3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia.	CCL1, CCL5, CP1, CPSAA1, CPSAA3, CC2, CC3.
4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	CD3, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de	STEM5, CD1, CC2, CC4, CE1, CE3.

responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	
--	--

### Elaboración Propia

Es necesario relacionar las competencias claves y específicas de las situaciones de aprendizaje con los diferentes objetivos didácticos de la programación y los objetivos de etapa. Para ello he diseñado la siguiente tabla:

**Tabla 6. Relación de objetivos didácticos y objetivos de etapa con las competencias clave y competencias específicas.**

Objetivos didácticos	Objetivos de etapa	Competencias clave	Competencias específicas
Promover la cooperación y la coeducación, asegurando la participación equitativa y el éxito de todo el alumnado, independientemente de su nivel de destreza inicial.	a) b) c) j) m)	CCL1, CCL5, CP1, CPSAA1, CPSAA3, CC2, CC3.	3
Fomentar el respeto incondicional hacia las reglas, los compañeros y los adversarios, asumiendo diferentes roles dentro del deporte (jugador, árbitro, observador) para entender su lógica interna.	a) b) c) m)	STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA3, CE3.	1
Consolidar la adquisición de hábitos de vida activos y preventivos, logrando que interioricen rutinas indispensables en la práctica deportiva como el calentamiento autónomo, la hidratación y la dosificación del esfuerzo.	b) h) k)	CP2, STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3.	2
Fomentar el interés por la práctica de distintos deportes dentro y fuera del colegio.	b) d) j) k) l)	CP2, STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3.	2
Comprender y aplicar los principios tácticos fundamentales comunes a los deportes de invasión y de cancha dividida, como la ocupación de espacios, el desmarque o el apoyo al compañero.	b) g) k)	STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA3, CE3.	1
Mejorar la toma de decisiones inteligente por encima de la mera repetición técnica.	b) g) m)	STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA3, CE3.	1
Adquirir las diferentes habilidades motrices específicas de cada disciplina (pases, lanzamientos, recepciones o golpes) en situaciones reales de juego modificado, garantizando un aprendizaje verdaderamente significativo.	b) f) k)	STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA3, CE3.	1

### Elaboración propia

Para finalizar la parte de las competencias, en el [ANEXO I](#), se puede observar una tabla en la que se puede ver relacionado las competencias específicas, competencias clave, descriptores operativos y situaciones de aprendizaje.

## **6. Contenidos:**

El curso escolar para el grupo de 5º de Educación Primaria se organiza en 15 Situaciones de Aprendizaje distribuidas a lo largo de los tres trimestres. Esta secuenciación garantiza una progresión lógica en la dificultad técnico-táctica y un equilibrio entre los diferentes saberes básicos que marca la LOMLOE.

Toda intervención didáctica necesita enmarcarse en una estructura temporal que garantice su viabilidad y respete los ritmos de aprendizaje de los escolares. Por este motivo, la presente programación se ajusta de manera precisa a la realidad organizativa del curso en el Colegio Miramadrid, articulándose con relación al calendario escolar anual y el horario lectivo semanal, teniendo en cuenta que en el tercer ciclo de Educación Primaria se imparten 2 horas de educación física semanales, generando así 71 sesiones anuales.

Cada una de las 15 Situaciones de Aprendizaje están relacionadas con un superhéroe diferente, con el fin de que el aula se convierta en un entorno en el que los alumnos respondan genial a las narrativas heroicas, aumentando así su compromiso, reduciendo la conflictividad y mejorando el clima de convivencia.

### **6.1. Criterios de temporalización:**

La secuenciación de las 15 Situaciones de Aprendizaje descritas anteriormente se rige por el calendario escolar oficial de La Comunidad de Madrid para el curso académico 2026-2027. En el **ANEXO II**, se puede observar en este calendario los días en los que hay sesiones de educación física, los días festivos y fines de semana, y los días en los cuales empiezan o terminan cada uno de los trimestres. Esta planificación tiene en cuenta los días lectivos, las festividades y los periodos vacacionales que dividen el curso en tres trimestres. Este calendario

ha sido una herramienta pedagógica indispensable para adaptar la exigencia motriz y cognitiva de los deportes a los diferentes momentos del año, dosificando así el esfuerzo del alumnado y siguiendo una progresión pedagógica adecuada.

Teniendo en cuenta todos estos criterios organizativos y pedagógicos, es necesario establecer una temporalización de las 15 situaciones de aprendizaje:

**Tabla 7. Resumen de la distribución de las Situaciones de Aprendizaje y sus sesiones.**

Trimestre	Situación de aprendizaje	Fechas previstas	Nº Sesiones
<b>Primer Trimestre</b>	Uniendo nuestras fuerzas en la pista	07/09 – 23/09	6
	Cuidando nuestra máquina	28/09 – 19/10	6
	Colgando del aro	21/10 – 09/11	5
	Deporte sin barreras	11/11 – 25/11	5
	¡A proteger el área!	30/11 – 21/12	6
<b>Segundo Trimestre</b>	Precisión milimétrica	11/01 – 20/01	4
	Justicia por el balón	25/01 – 08/02	5
	Desafiando la gravedad	10/02 – 22/02	4
	Multiverso a través de la red	24/02 – 08/03	4
	Bailando por la galaxia	10/03 – 31/03	4
<b>Tercer Trimestre</b>	La fuerza de la velocidad	05/04 – 14/04	4
	Golpes estratégicos	19/04 – 28/04	4
	¡Tira de las raíces!	05/05 – 17/05	4
	El stick de Thor	19/06 – 02/07	5
	Misión final	07/07 – 21/07	5

Elaboración Propia

## 6.2. Contenidos de la programación y distribución de las Situaciones de Aprendizaje.

En cada uno de los tres trimestres se van a trabajar unos objetivos, conceptos, valores y deportes diferentes, teniendo en cuenta el clima que hay en cada uno de esos meses para la realización de las sesiones en los diferentes lugares del colegio.

- Primer Trimestre: Este primer bloque se centra en crear un clima de aula positivo, establecer rutinas de salud indispensables y comenzar con la lógica de los deportes de invasión.

- Segundo Trimestre: Durante los meses de invierno, aprovecharemos el gran pabellón cubierto del Colegio Miramadrid para desarrollar deportes que requieren un mayor control técnico, así como el bloque de expresión corporal.

- Tercer Trimestre: Con la llegada del buen tiempo, salimos a las pistas exteriores y aprovechamos las zonas verdes del entorno escolar de Paracuellos de Jarama.

La metáfora del "superhéroe" es perfecta para explicar que cada persona tiene habilidades únicas y diferentes para enfrentarse al mundo. Esta programación abraza profundamente los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) y la inclusión educativa, dando una respuesta educativa de calidad a la diversidad de nuestra aula, prestando especial atención a las necesidades específicas de nuestro alumnado: canalizando la energía y fomentando el enfoque de nuestro alumno con TDAH a través de misiones cortas y estructuradas, y empoderando a nuestra alumna con asma mediante el autoconocimiento, la gestión de sus propios recursos y la dosificación del esfuerzo, demostrando que conocer nuestros propios límites es un superpoder.

Los superhéroes no solo tienen fuerza física; resuelven problemas, investigan, protegen el medio ambiente y lideran equipos. Esto permite trabajar de forma transversal las competencias más allá del simple rendimiento motriz. Al incluir superheroínas líderes y destacar habilidades no agresivas, se fomenta un modelo de Educación Física inclusivo y equitativo. Para integrar la narrativa gamificada, el curso escolar se concibe como una Academia de Superhéroes.

Los trimestres se transforman en "fases de entrenamiento" y las Situaciones de Aprendizaje en "misiones" que el alumnado debe superar. Al adquirir los saberes básicos de cada unidad, los estudiantes "desbloquean un superpoder".

La calificación de estas misiones se asienta sobre tres grandes dimensiones que miden el progreso competencial del alumnado de forma integral. En primer lugar, se valora la dimensión motriz, un apartado donde se observa la ejecución técnica, el nivel de condición física y la resolución práctica de los problemas motores que plantea cada deporte. En segundo lugar, resulta fundamental la dimensión actitudinal, que evalúa de forma continua el grado de implicación del estudiante, su compromiso con el juego limpio, la capacidad de cooperación con sus compañeros, el respeto absoluto hacia las normas y el fomento de la inclusión y la coeducación en la pista. Por último, se tiene en cuenta la dimensión cognitiva a través de la autonomía personal, la comprensión de la reglamentación y la toma de decisiones tácticas durante el juego.

El nivel de desempeño en estas tres áreas determina la calificación de la misión, asignando el "rango de control" que el alumno adquiere sobre su nuevo poder. Para superar definitivamente la asignatura, tras haber superado todas las anteriores misiones, los jóvenes reclutas deberán enfrentarse a la misión final (SdA 15), donde demostrarán que han alcanzado el estatus de "héroes graduados". En este reto de clausura evidenciarán su capacidad para autoorganizarse, crear torneos sobre los deportes y juegos que han practicado en las anteriores Situaciones de Aprendizaje, arbitrar los juegos de forma justa y aplicar todo lo aprendido con total autonomía. En la siguiente tabla se detalla cómo se relaciona la calificación académica obtenida en cada misión con el rango de control adquirido sobre el superpoder desbloqueado (saber básico):

**Tabla 8. Resumen de la distribución de las Situaciones de Aprendizaje y sus sesiones.**

Rango de control del superpoder	Calificación
Villano	0 - 4
Novel	5
Recluta	6
Experto	7 - 8
Maestro	9 - 10

Elaboración Propia

El objetivo final de este curso 2026-2027 no es formar atletas de élite, sino dotar a nuestros alumnos de las herramientas físicas, cognitivas y sociales necesarias para que, al cruzar las puertas del colegio, estén preparados para ser los verdaderos héroes de su propia vida. Las 15 Situaciones de Aprendizaje (SdA) que se van a desarrollar a lo largo del curso se pueden ver en la siguiente tabla:

**Tabla 9. Situaciones de Aprendizaje.**

Situaciones de Aprendizaje	Explicación
SdA 1. "Uniando nuestras fuerzas en la pista"	Unidad de evaluación inicial y cohesión grupal a través de juegos cooperativos. Esencial para establecer las normas de convivencia, el respeto y las rutinas de clase. Es un aspecto clave para conseguir centrar a nuestro alumno con TDAH desde el primer día. Esta Situación de Aprendizaje se identifica con el Profesor X, ya que este superhéroe reúne a jóvenes con distintas habilidades para enseñarles a controlarse y convivir entre ellos (clima de aula).
- SdA 2. "Cuidando nuestra máquina":	Centrada en la condición física orientada a la salud. Los alumnos aprenden a diseñar calentamientos autónomos, a tomarse las pulsaciones y a dosificar el esfuerzo. Es fundamental para lograr la autonomía de nuestra alumna con asma. Esta Situación de Aprendizaje se relaciona con Iron Man, porque Tony Stark monitoriza constantemente su traje y sus constantes vitales, al igual que los alumnos con su cuerpo.
SdA 3. "Colgando del aro"	Iniciación deportiva al Baloncesto. Deporte de invasión donde trabajaremos los principios tácticos básicos de desmarque, ocupación de espacios libres y pase. Se relaciona con Spiederman, porque este superhéroe tiene una excelente agilidad, saltos y una gran percepción espacial, gracias a su sentido arácnido.
SdA 4. "Deporte sin barreras"	Introducción a un deporte alternativo de invasión como el Datchball. Al ser novedoso para todos, iguala los niveles de competencia iniciales, fomentando la coeducación y los equipos mixtos. Se relaciona con la superheroína Wonder Woman, debido a que es el símbolo por excelencia de la coeducación, la equidad y la ruptura de barreras. Además, su habilidad para bloquear proyectiles encaja perfectamente con la dinámica de esquivar y atrapar del Datchball.
SdA 5. "¡A proteger el área!"	Iniciación al balonmano. Cerramos el trimestre consolidando la táctica de invasión, trabajando el ciclo de pasos, el bote, el pase en movimiento y la defensa en línea sin contacto violento. Se relaciona con el Capitán America, porque representa el juego limpio, el escudo impenetrable (defensa) y la estrategia de equipo perfecta para cerrar el trimestre.
SdA 6. "Precisión milimétrica"	Deporte de adversario y cancha dividida a través del Bádminton. Trabajo de la coordinación óculo-manual, los golpes básicos y la táctica de enviar el volante al espacio libre. Esta Situación de Aprendizaje se relaciona con el superhéroe Ojo de Halcón, ya que el objetivo

	de enviar el volante al espacio libre requiere la puntería y la visión táctica de este arquero de los Vengadores.
SdA 7. "Justicia por el balón" (Esta unidad es la que he elegido para desarrollar en el anexo).	Deporte de invasión: Fútbol Sala / Fútbol 7. Utilizando una metodología comprensiva, nos alejaremos del fútbol tradicional orientado al rendimiento para centrarnos en el juego limpio, la táctica colectiva y la ruptura de estereotipos sexistas. Se relaciona con Superman, porque es el símbolo definitivo de la justicia, la nobleza y el actuar correctamente ("juego limpio").
SdA 8. "Desafiando la gravedad"	Unidad de habilidades gimnásticas y Acrosport. Fomenta el control postural, el equilibrio, la confianza extrema en los compañeros y la asunción de responsabilidades de seguridad al construir figuras grupales. Se relaciona con la Viuda Negra, debido a que el acrosport y la gimnasia requieren equilibrio, control postural, acrobacias y, sobre todo, confiar tu seguridad a los compañeros en las figuras grupales, algo fundamental en el trabajo de esta superheroína tan ágil.
SdA 9. "Multiverso a través de la red"	Deporte de cancha dividida: Voleibol. Introducción al toque de dedos, antebrazos y saque, enfatizando la rotación obligatoria de posiciones para que todos experimenten todos los roles. Esta Situación de Aprendizaje se relaciona con Doctor Strange porque el voleibol exige rotación constante. Como si de un multiverso se tratara, los alumnos deben experimentar todas las posiciones (dimensiones) y roles en el campo, utilizando la "magia" del toque de dedos y antebrazos.
SdA 10. "Bailando por la galaxia"	Manifestaciones artístico-expresivas. A través del ritmo y la música de diferentes culturas, trabajaremos la desinhibición, la creatividad motriz y el respeto por la diversidad. Se relaciona con Star-Lord de la película Guardianes de la Galaxia. Este superhéroe es conocido por su amor a la música y el baile espontáneo. Es el personaje ideal para fomentar la desinhibición, el ritmo y el respeto por la diversidad cultural a través de las expresiones artístico-expresivas.
SdA 11. "La fuerza de la velocidad"	Iniciación lúdica al Atletismo. Trabajaremos las carreras de relevos, los saltos y los lanzamientos adaptados, buscando la superación personal y la técnica por encima de la marca absoluta. Se conecta a la perfección con el Superhéroe Flash, ya que este personaje es un experto correr los relevos, realizar saltos y superar las propias marcas personales.
SdA 12. "Golpes estratégicos"	Deporte de bateo y campo: Béisbol adaptado. Requiere una alta estrategia de equipo, toma de decisiones rápida y asignación de roles defensivos y ofensivos muy marcados. Se relaciona con Batman, es excelente en la estrategia de equipo, toma rápida de decisiones, asignación de roles y el uso de un "gadget" (el bate).
- SdA 13. "¡Tira de las raíces!"	Iniciación al Tag Rugby. Deporte de invasión seguro (sin contacto) que rompe los esquemas con el pase hacia atrás. Para cumplir normativamente con el uso y cuidado del entorno, varias sesiones se realizarán en los parques y espacios verdes urbanos cercanos al colegio. Conecta con el superhéroe Groot, ya que, al salir a los espacios verdes de Paracuellos de Jarama, Groot representa el respeto normativo por el cuidado del entorno. Además, como el Tag Rugby es sin contacto, encaja con la naturaleza pacífica de este guardián.
- SdA 14. "El stick de Thor"	Deporte de invasión con implemento: Unihockey. Fomenta el autocontrol, la coordinación óculo-manual con stick y el respeto estricto de las normas de seguridad.
- SdA 15. "Misión final"	Unidad final de síntesis. A modo de proyecto final, los alumnos emplearán todos sus poderes aprendidos para organizar un pequeño torneo interclase de los deportes aprendidos, asumiendo todos los roles (árbitros, organización, jugadores) para demostrar su autonomía y consolidar el juego limpio.

### Elaboración propia

A continuación, se puede ver desarrollada cada una de las Situaciones de Aprendizaje con su número de sesiones, fechas en las que se desarrolla, breve descripción, objetivos de la unidad, objetivos de etapa, objetivos didácticos, saberes básicos, competencias específicas, competencias clave, criterios de evaluación, descriptores operativos e interdisciplinariedad.

Tabla 10. Situaciones de Aprendizaje.

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1: Uniendo nuestras fuerzas en la pista – Juegos cooperativos</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	6
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	07/09 – 23/09
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje consiste en la evaluación inicial y la creación de un clima de aula positivo a través de retos y juegos cooperativos. Siguiendo la narrativa de la "Academia de Superhéroes" (bajo la figura del Profesor X), el alumnado descubrirá sus talentos individuales y aprenderá a trabajar en equipo. Es una unidad fundamental para establecer las normas de convivencia, el respeto mutuo y las rutinas de clase desde el primer día. Además, la estructuración clara de estas reglas y la dinámica lúdica son un aspecto clave para conseguir centrar la atención, motivar y asegurar el éxito de nuestro alumno con TDAH.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participar activamente en juegos cooperativos y retos grupales, valorando el trabajo en equipo por encima del éxito individual.</li> <li>- Conocer, aceptar y respetar las normas básicas de convivencia, seguridad y uso del material de Educación Física.</li> <li>- Identificar las propias capacidades motrices y sociales, así como las de los compañeros, partiendo de la evaluación inicial.</li> <li>- Mostrar empatía e integrar a todo el alumnado en las dinámicas de clase, desarrollando habilidades de resolución pacífica de conflictos.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
a), b), c), m)	1, 2
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque A. Vida activa y saludable: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Normas de uso de los espacios y del material de Educación Física.</li> <li>- Higiene personal y rutinas de seguridad básicas durante la práctica motriz.</li> </ul> Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisiones en juegos cooperativos y retos grupales.</li> <li>- Adaptación motriz a las normas y reglas de los juegos de presentación y cohesión.</li> </ul> Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación y gestión de emociones en el juego (éxito, fracaso, frustración).</li> <li>- Estrategias de diálogo y resolución pacífica de conflictos.</li> <li>- Respeto hacia la diversidad física y motriz de los compañeros (clave para la inclusión).</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
3	CCL, CP, CPSAA, CC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
3.1, 3.2	CCL1, CCL5, CP1, CPSAA1, CPSAA3, CC2, CC3
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Educación en Valores Cívicos y Éticos: Se vincula estrechamente a través del trabajo de la empatía, el establecimiento de normas democráticas de convivencia en el aula y el respeto por la diversidad (fundamental en la narrativa del "Profesor X" y la integración de todo tipo de alumnado).</li> <li>- Lengua Castellana y Literatura: Uso del diálogo asertivo y la escucha activa como herramienta principal para llegar a acuerdos en los retos cooperativos grupales y para la resolución de pequeños conflictos surgidos durante la actividad física.</li> <li>- Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural: Reconocimiento de la propia identidad, emociones y el conocimiento de los demás como base de las relaciones sociales en el entorno escolar.</li> </ul>	
<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2: Cuidando nuestra máquina – Condición física orientada a la salud</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	6
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	28/09 – 19/10
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje está centrada en la condición física orientada a la salud y el autoconocimiento corporal. Bajo la narrativa gamificada de "Iron Man", el alumnado aprenderá que su cuerpo es una máquina perfecta que necesita mantenimiento, energía y cuidado preventivo. Se trabajará de forma teórica y práctica el diseño de calentamientos, la medición de la frecuencia cardíaca y la percepción del esfuerzo. Esta unidad es de vital importancia a nivel inclusivo, ya que dotará a nuestra alumna con asma de las herramientas y la autonomía necesarias para autorregular su participación, dosificar su esfuerzo sin sentirse excluida y conocer sus propios límites.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprender la importancia del calentamiento y diseñar secuencias de activación de forma autónoma.</li> <li>- Aprender a tomarse las pulsaciones (frecuencia cardíaca) antes, durante y después del ejercicio.</li> <li>- Adquirir autonomía para gestionar la intensidad del esfuerzo y saber pedir pausas activas cuando sea necesario (especial atención a la alumna con asma).</li> <li>- Interiorizar hábitos de hidratación e higiene postural y corporal vinculados a la práctica deportiva.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
b), h), i), k)	3
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque A. Vida activa y saludable: <ul style="list-style-type: none"> <li>- El calentamiento general y específico: fases, diseño y ejecución con progresiva autonomía.</li> <li>- Toma de conciencia corporal: frecuencia cardíaca (toma manual de pulsaciones) y respiratoria.</li> <li>- Escalas de percepción subjetiva del esfuerzo (identificar niveles de fatiga).</li> <li>- Hábitos preventivos y de higiene: hidratación durante la práctica y gestión de pautas de salud respiratoria (asma).</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
1	STEM, CPSAA, CE
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
1.1, 1.2, 1.3	STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA3, CE3
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Matemáticas: Uso del cálculo mental y la proporcionalidad (tomar pulsaciones en 6 o 10 segundos y multiplicar para obtener la frecuencia por minuto).</li> <li>- Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural: Estudio del cuerpo humano, centrado en el sistema circulatorio (el corazón) y el respiratorio (pulmones y transporte de oxígeno, conectando con la explicación del asma).</li> </ul>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 3: Colgando del aro - Baloncesto</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	5
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	21/10 – 09/11
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje aborda la iniciación deportiva al Baloncesto (deporte de invasión). Bajo la narrativa de "Spider-Man", el alumnado deberá desarrollar su "sentido arácnido" (percepción espacial y anticipación) para comprender la lógica interna del juego. A través de una metodología comprensiva y de juegos modificados, el enfoque no estará en la repetición mecánica del tiro o el bote, sino en la táctica colectiva: saber cómo desmarcarse, cómo ocupar los espacios libres y cómo tomar decisiones inteligentes y rápidas bajo la presión del equipo rival.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprender la lógica interna de los deportes de invasión y el objetivo de progresar hacia la meta contraria.</li> <li>- Mejorar la percepción espacial y la anticipación ("sentido arácnido") para realizar desmarques efectivos y ocupar espacios libres.</li> <li>- Ejecutar habilidades motrices específicas (bote, pase y tiro a canasta) dentro de un contexto real de juego modificado.</li> <li>- Fomentar la toma de decisiones rápidas e inteligentes por encima de la automatización técnica.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
b), g), i), k)	5, 6, 7
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisiones: anticipación y elección de la respuesta motriz adecuada en situaciones de juego.</li> <li>- Aplicación de los principios tácticos básicos de ataque (conservar el balón, progresar, marcar punto mediante desmarque y apoyos) y defensa (recuperar el balón, evitar la progresión, proteger el aro).</li> <li>- Habilidades motrices específicas (bote, pase picado/pecho, tiro) integradas en el juego.</li> </ul> Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respeto a las reglas de juego (no cometer faltas, dobles, pasos).</li> <li>- Cooperación ofensiva y defensiva con los miembros del equipo.</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
2	CP, STEM, CPSAA, CE
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.1, 2.2, 2.3	CP2, STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Matemáticas: Uso de la geometría plana y espacial en la pista. Los alumnos aplican conceptos matemáticos como el cálculo de ángulos para dar un buen pase picado, la estimación de distancias para medir la fuerza de un lanzamiento y el concepto de la parábola para conseguir encestar la pelota desde diferentes posiciones.</li> </ul>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 4: Deporte sin barreras - Datchball</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	5
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	11/11 – 25/11
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje introduce al alumnado en un deporte alternativo de invasión y cancha dividida: el Datchball. Bajo la figura protectora e igualitaria de "Wonder Woman" y su Lazo de la Verdad, la unidad tiene un marcado carácter coeducativo. Al ser un deporte nuevo para la mayoría, se igualan los niveles de competencia iniciales, eliminando las frustraciones típicas de los deportes tradicionales. Es el escenario perfecto para consolidar los equipos mixtos, promover la participación equitativa, trabajar el patrón motor de lanzamiento y recepción, y fomentar la resolución pacífica de conflictos.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocer y practicar las reglas básicas del Datchball como alternativa de ocio activo.</li> <li>- Desarrollar habilidades motrices de lanzamiento, recepción, esquivas y bloqueo de móviles en un entorno seguro.</li> <li>- Participar activamente en equipos mixtos, rompiendo barreras y estereotipos de género asociados a la práctica deportiva.</li> <li>- Aplicar el diálogo y la empatía como herramientas fundamentales ("el lazo de la verdad") para resolver pequeños conflictos durante el juego.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
a) c) m)	1, 4
<b>Saberes básicos</b>	
<p>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los deportes alternativos (Datchball) como forma de ocio activo y saludable fuera de los estereotipos tradicionales.</li> </ul> <p>Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La coeducación en la Educación Física: participación equitativa en equipos mixtos.</li> <li>- Rechazo activo de comportamientos sexistas, excluyentes o agresivos durante el juego.</li> <li>- Asunción de roles de mediación para la resolución de conflictos.</li> </ul> <p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinación óculo-manual: patrones básicos de lanzamiento de precisión, recepción y esquivas de objetos en movimiento.</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
3	CPSAA, CC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.1, 2.2, 2.3	CPSAA3, CC2, CC3
<b>Interdisciplinariedad</b>	
- Educación en Valores Cívicos y Éticos: Conexión total con la promoción de la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres. Se reflexiona sobre cómo históricamente el deporte ha estado dividido por géneros y cómo ellos, como "héroes", tienen el poder de cambiar esa narrativa jugando juntos y respetándose.	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 5: ¡A proteger el área! - Balonmano</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	6
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	30/11 – 21/12
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje aborda la iniciación al balonmano (deporte de invasión). Bajo la figura de liderazgo y rectitud del "Capitán América", el alumnado aprenderá a trabajar en equipo para proteger su zona (el área de 6 metros) creando un "escudo" impenetrable: la defensa en línea. El aspecto más crítico de esta unidad es aprender a defender con intensidad, pero asumiendo la norma del "contacto cero" o no violento, lo que requiere un gran control de impulsos (un trabajo excepcional para nuestro alumno con TDAH). A nivel ofensivo, se consolidará el ciclo de pasos, el bote y el pase en movimiento.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender y automatizar la regla del ciclo de pasos (máximo 3 pasos sin botar) y las violaciones del área en balonmano.</li> <li>- Ejecutar habilidades específicas como el pase armado, la recepción en carrera y el lanzamiento en salto.</li> <li>- Organizar una defensa en línea básica, basándose en la comunicación y el desplazamiento lateral, sin recurrir a empujones o faltas (defensa "escudo").</li> <li>- Fomentar el liderazgo positivo, el juego limpio y el control de la agresividad motriz.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
a) b) i) k)	2, 5, 7
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices específicas del balonmano: agarre clásico, ciclo de 3 pasos, pase frontal/lateral y lanzamiento con armado de brazo.</li> <li>- Táctica colectiva defensiva y ofensiva: basculación, defensa en línea (el "escudo"), fijar al oponente, pasar y cortar.</li> </ul>	
<p>Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Control de impulsos motrices y gestión de la agresividad en situaciones de oposición directa.</li> <li>- Aceptación de las decisiones arbitrales frente a infracciones (pasos, dobles, invasión de área).</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
2, 3	STEM, CPSAA, CC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.1, 2.2, 3.1	STEM1, CPSAA1, CPSAA4, CC3
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Matemáticas: Uso de la geometría espacial. El área de balonmano está delimitada por semicírculos a 6 y 9 metros (línea de golpe franco). Los alumnos deben interiorizar estas líneas curvas y jugar al límite de la frontera espacial sin pisarla.</li> <li>- Educación en Valores Cívicos y Éticos: Trabajo directo sobre el liderazgo positivo frente al liderazgo autoritario, la justicia y la honorabilidad en el deporte (valores centrales del Capitán América). Se reflexiona sobre cómo ganar haciendo trampas o mediante la fuerza bruta devalúa la victoria.</li> </ul>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 6: Precisión milimétrica – Bádminton</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	4
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	11/01 – 20/01
<b>Descripción:</b>	
<p>Esta situación de aprendizaje introduce los deportes de adversario y de cancha dividida a través del Bádminton. Bajo la narrativa de "Ojo de Halcón", el alumnado entrenará su puntería, su concentración y su coordinación óculo-manual. Al tratarse de un deporte sin contacto físico, pero con una red de por medio, el enfoque táctico ya no consiste en invadir, sino engañar al rival y enviar el móvil (el volante) al espacio libre, exigiendo una "precisión milimétrica" y una rápida toma de decisiones en fracciones de segundo.</p>	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar la coordinación óculo-manual y el ajuste espacio-temporal mediante el manejo de un implemento (la raqueta).</li> <li>- Aprender y ejecutar los golpes básicos del bádminton (saque, globo o dejada).</li> <li>- Comprender la lógica táctica de los deportes de cancha dividida: recuperación de la posición central y búsqueda de los espacios libres en el campo contrario.</li> <li>- Fomentar el juego limpio y la deportividad en situaciones de oposición directa.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
b) g) k) m)	5, 6, 7
<b>Saberes básicos</b>	
<p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinación óculo-manual avanzada: percepción de trayectorias, velocidades y ajuste postural.</li> <li>- Habilidades motrices específicas con implemento: agarre de la raqueta, posiciones de espera y golpes básicos de bádminton.</li> <li>- Táctica de cancha dividida: enviar el volante lejos del alcance del adversario y retornar a la posición base central.</li> </ul> <p>Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestión de la frustración ante el error no forzado.</li> <li>- Auto-arbitraje responsable y respeto al adversario (saludo al inicio y al final del partido).</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
2	STEM, CPSAA
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.1, 2.2, 2.3	STEM1, CPSAA1, CPSAA4, CPSAA5
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural / Física Básica: Estudio de la aerodinámica, la resistencia al aire y la gravedad. El volante de bádminton tiene un vuelo y una parábola únicos (frena bruscamente por la fricción del aire con las plumas), lo que permite explicar principios básicos de física de una forma muy visual y práctica.</li> </ul>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 7: Justicia por el balón – Fútbol sala</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	5
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	25/01 – 08/02
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje consiste en la iniciación a los deportes de invasión a través del fútbol sala. Bajo la narrativa de "Superman", el máximo símbolo de la justicia y la nobleza, la unidad utiliza una metodología comprensiva. El alumnado deberá aprender los conceptos técnicos básicos (pase, control, regate, tiro) y comprender la lógica táctica del juego (ocupación de espacios, desmarques, apoyos). Dada la fuerte carga sociocultural del fútbol, la unidad tiene un marcado carácter coeducativo: se formarán equipos mixtos equilibrados de forma obligatoria y se trabajará explícitamente la ruptura de estereotipos de género, el control de impulsos (vital para el alumno con TDAH) y el fair play (juego limpio).	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender las reglas básicas del fútbol 7 y fútbol sala, aplicándolas desde el respeto y el auto-arbitraje.</li> <li>- Ejecutar habilidades técnicas básicas (pase, control, conducción, tiro) en un contexto real de juego y bajo presión de oponentes.</li> <li>- Comprender y aplicar los principios tácticos de desmarque, apoyo y ocupación de espacios libres en situaciones de juego modificado.</li> <li>- Participar de forma equitativa y solidaria, asumiendo diferentes roles (jugador, árbitro, observador) y rechazando activamente actitudes sexistas o violentas.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
a), k), i), m)	1, 5, 7
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices específicas del fútbol: conducción con diferentes superficies, pase, control orientado y tiro a puerta.</li> <li>- Táctica colectiva e individual: creación de líneas de pase, desmarque, amplitud de campo y ayudas defensivas.</li> </ul> Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: <ul style="list-style-type: none"> <li>- El juego limpio frente a la hipercompetitividad en el fútbol.</li> <li>- Práctica coeducativa: visibilización de la mujer en el fútbol y rechazo de estereotipos y roles de género tradicionales.</li> <li>- Control de la agresividad motriz y verbal, fomentando el respeto hacia compañeros y rivales.</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
2, 3	STEM, CPSAA, CC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.1, 2.2, 3.2	STEM1, CPSAA1, CPSAA3, CC3
<b>Interdisciplinariedad</b>	
- Educación en Valores Cívicos y Éticos: Análisis crítico del deporte en la sociedad actual. Se puede generar un breve debate o reflexión sobre la brecha salarial en el deporte profesional, el fútbol femenino, la violencia en las gradas y cómo los alumnos (como "superhéroes") deben ser el ejemplo del cambio actuando con nobleza.	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 8: Desafiando la gravedad – Habilidades gimnásticas y Acrosport</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	4
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	10/02 – 22/02
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje se centra en las habilidades gimnásticas básicas y la iniciación al Acrosport. Bajo la narrativa de la superheroína muy ágil "Viuda Negra", el alumnado aprenderá a controlar su cuerpo en el espacio y a desafiar la gravedad. El núcleo de esta unidad no es solo físico, sino profundamente emocional y social: exige un control postural estricto, equilibrio y, por encima de todo, una confianza extrema en los compañeros. Los alumnos deberán asumir distintos roles (portor/base, ágil, ayuda) asumiendo la responsabilidad directa sobre la seguridad física de los demás, lo que fomenta una cohesión grupal inigualable. Se utilizarán tablets del centro para poder observar como quedan las posturas grupales de Acrosport.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar el control postural, el tono del core, y el equilibrio estático y dinámico.</li> <li>- Aprender y ejecutar los agarres correctos y las posiciones de seguridad ergonómicas para evitar lesiones.</li> <li>- Comprender y asumir de forma responsable los diferentes roles del Acrosport (portor, ágil y ayuda).</li> <li>- Fomentar la confianza en los compañeros, el trabajo en equipo y la comunicación constante para montar y desmontar figuras grupales de forma segura.</li> <li>- Hacer un buen uso de las tablets que ofrece el colegio para hacer fotos o vídeos de las figuras.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>

a), b), c), i), k), m)	1, 2, 7
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices: - Habilidades gimnásticas básicas: volteos, apoyos y transferencias de peso. - Técnicas específicas de Acroport: tipos de agarres, apoyos seguros (espalda recta, bloqueos articulares) y fases de construcción/desmontaje de figuras. Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices: - Asunción de responsabilidades frente a la seguridad propia y ajena (el rol indispensable de la "ayuda"). - Confianza y empatía: superación del miedo a la caída mediante el apoyo incondicional del grupo. Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz: - Dimensión estética y expresiva del movimiento y las composiciones grupales.	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
2, 3	STEM, CPSAA, CC, CCEC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.2, 3.1, 3.2	STEM3, CPSAA1, CPSAA3, CC2, CCE3
<b>Interdisciplinariedad</b>	
- Conocimiento del Medio / Ciencias Naturales (Física): Es la unidad perfecta para introducir de forma práctica conceptos de física elemental. Los alumnos experimentarán con su propio cuerpo qué es el centro de gravedad, la importancia de tener una base de apoyo para no caerse, y cómo se distribuyen las fuerzas para levantar a un compañero que pesa casi lo mismo que ellos sin hacerse daño en la espalda. - Educación Artística: La composición final de las figuras requiere simetría, ocupación espacial y un alto componente estético visual.	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 9: Multiverso a través de la red - Voleibol</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	4
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	24/02 – 08/03
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje aborda la iniciación a los deportes de cancha dividida a través del Voleibol. Bajo la narrativa de "Doctor Strange" y el "Multiverso", el alumnado comprenderá que un mismo campo de juego tiene múltiples realidades (posiciones). A través del sistema de rotación obligatoria, todos los alumnos "viajarán" por las diferentes dimensiones de la pista, experimentando todos los roles posibles (colocador, rematador, defensa, sacador). Esto fomenta una empatía total, ya que todos experimentarán la dificultad de cada puesto. Se trabajarán habilidades técnicas como el toque de dedos, antebrazos y saque, junto con la táctica de enviar el balón al espacio libre y la construcción de la jugada en tres toques.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
- Comprender y ejecutar las habilidades técnicas básicas del voleibol: toque de dedos, de antebrazos y saque de seguridad (por abajo). - Interiorizar la dinámica de rotación, comprendiendo la necesidad de pasar por todas las posiciones del campo y asumiendo todos los roles. - Aplicar los principios tácticos de cancha dividida: posición de espera activa, envío del balón al espacio libre rival y cooperación para construir jugadas (recepción - colocación - pase). - Gestionar la frustración ante el error propio y ajeno, entendiendo que en el voleibol un fallo suele suponer un punto directo para el rival.	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
a), b), k), m)	2, 5, 7
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices: - Coordinación dinámica general y óculo-manual: trayectorias aéreas y tiempos de vuelo. - Habilidades específicas del voleibol: posición fundamental de espera, toque de antebrazos, toque de dedos y saque. - Táctica colectiva: el ciclo del juego (defensa - construcción - ataque) y la búsqueda del espacio libre. Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social: - La rotación como herramienta de equidad: empatía hacia la dificultad de cada rol. - Resiliencia y refuerzo positivo frente al error no forzado.	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
2, 3	STEM, CPSAA, CC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.2, 2.3, 3.2	STEM1, CPSAA1, CPSAA3, CC2
<b>Interdisciplinariedad</b>	

- Matemáticas / Física: Las matemáticas están presentes en cada jugada de voleibol. El alumnado debe calcular constantemente trayectorias parabólicas, estimar la fuerza de impacto para no enviar el balón fuera del campo y calcular los tiempos de vuelo para saber en qué momento exacto deben realizar el golpeo de antebrazos.
- Educación en Valores Cívicos y Éticos: Se trabaja profundamente la resiliencia y la cohesión de grupo. En voleibol no hay contacto físico con el rival, el verdadero adversario muchas veces es la propia frustración. Aprender a aplaudir el intento de un compañero, aunque el balón caiga, es una lección vital de empatía.

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 10: Bailando por la galaxia - Manifestaciones artístico-expresivas</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	4
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	10/03 – 31/03
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje se centra en las manifestaciones artístico-expresivas y el ritmo. Bajo la narrativa de "Star-Lord" y su icónica cinta de mezclas musicales, el alumnado viajará por diferentes "planetas" (culturas musicales y estilos de baile contemporáneos y tradicionales). Esta Situación de Aprendizaje no se centra en la perfección técnica, sino la desinhibición, la creatividad motriz y el trabajo cooperativo. Al ser una Situación de Aprendizaje donde suele aparecer el miedo al ridículo, se hará un trabajo exhaustivo sobre el respeto mutuo, la prohibición absoluta de las burlas y la ruptura de estereotipos de género, demostrando que todos los héroes tienen ritmo. Al igual que en la SdA 8 "Desafiando la gravedad", también se hará uso de tablets que ofrece el centro, para grabar los bailes y poner música con algún altavoz que deje el profesor.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explorar las posibilidades expresivas del cuerpo a través del ritmo, el gesto y el movimiento.</li> <li>- Conocer y practicar coreografías básicas de diferentes culturas y estilos musicales (el "multiverso musical").</li> <li>- Superar el miedo escénico y la vergüenza, participando de forma desinhibida en las dinámicas de expresión corporal.</li> <li>- Crear una pequeña coreografía grupal cooperativa, respetando las ideas de todos los miembros del equipo y valorando la diversidad creativa.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
b), j), m), k)	1, 4
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prácticas artístico-expresivas: ritmo, compás y adecuación del movimiento a diferentes estímulos sonoros.</li> <li>- Bailes y danzas de diferentes culturas ("planetas") y estilos modernos.</li> <li>- Composición de coreografías grupales sencillas.</li> </ul> Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestión de emociones limitantes: la vergüenza y el miedo al ridículo frente al grupo.</li> <li>- Respeto absoluto por la exposición pública de los compañeros: creación de un "espacio seguro" libre de burlas.</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
3, 4	CPSAA, CC, CCEC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
3.2, 4.1, 4.2	CPSAA1, CC3, CCEC3, CCEC4
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Educación Artística (Música): Es la interdisciplinariedad más clara de todo el currículo. Se trabajarán de forma paralela conceptos de educación musical como el pulso, el acento, los tiempos musicales y la estructura de una canción (estrofa, estribillo, puente).</li> <li>- Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural: Geografía cultural. Al introducir bailes de distintos lugares del mundo ("planetas de la galaxia"), se puede situar geográficamente el origen de esa cultura y conocer un poco de su contexto antes de bailarla.</li> </ul>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 11: La fuerza de la velocidad - Atletismo</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	4
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	05/04 – 14/04
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje se adentra en el deporte rey y base de casi todas las disciplinas: el Atletismo. Bajo la narrativa de "Flash" y el dominio de la velocidad, el alumnado experimentará las tres grandes familias atléticas: carreras (velocidad, relevos y resistencia), saltos (longitud) y lanzamientos (precisión y distancia con materiales adaptados). El enfoque pedagógico se centra en la superación de la propia "marca personal". Esta Situación de Aprendizaje requiere un gran control del cuerpo, la dosificación de la energía y la comprensión de que el esfuerzo continuado es la única vía para batir los propios récords. Se hará uso de relojes inteligentes y cronómetros que deje el profesor, para medir los tiempos de las pruebas de velocidad.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecutar de forma coordinada y eficiente las técnicas básicas de carrera (fase de apoyo y vuelo), salto y lanzamiento.</li> <li>- Aprender a dosificar el esfuerzo en las carreras de media y larga duración, identificando las señales de fatiga (conexión vital para la alumna con asma).</li> <li>- Comprender y aplicar la técnica del testigo en las carreras de relevos, fomentando la sincronización y la responsabilidad compartida.</li> <li>- Registrar y valorar las marcas personales, desarrollando la resiliencia y la cultura del esfuerzo por encima de la comparación con los demás.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
b), i), k)	3, 7
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque A. Vida activa y saludable: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestión del esfuerzo y prevención de la fatiga: ritmos de carrera y respiración.</li> <li>- Concepto de mejora continua orientada a la salud.</li> </ul> Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Patrones motores fundamentales perfeccionados: técnica de carrera (amplitud y frecuencia de zancada).</li> <li>- Habilidades específicas del atletismo: saltos horizontales (fases de batida, vuelo y recepción) y lanzamientos.</li> <li>- Táctica en pruebas de equipo: entrega y recepción del testigo en relevos.</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
1, 2, 3	STEM, CPSAA, CE
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
1.2, 2.2, 3.1	STEM1, STEM2, CPSAA4, CE3
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Matemáticas: Unidad transversal por excelencia para el área de matemáticas. El alumnado usará instrumentos de medida reales para registrar tiempos (cronómetros: segundos y centésimas) y distancias (cintas métricas: metros y centímetros). Podrán calcular las diferencias entre su marca inicial y final para cuantificar su mejora real, aplicando sumas y restas con decimales de forma práctica y significativa.</li> </ul>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 12: Golpes estratégicos – Beisbol</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	4
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	19/04 – 28/04
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje introduce al alumnado en la lógica de los deportes de bate y campo mediante la iniciación al Béisbol. Bajo la narrativa de "Batman" y el uso de sus herramientas, los alumnos deberán desarrollar una altísima coordinación óculo-manual para golpear un móvil en movimiento (pelota blanda), con un bate de goma. A nivel táctico, supone un reto cognitivo fascinante y diferente a todo lo anterior: los equipos no comparten el objetivo simultáneamente. El equipo atacante debe gestionar el riesgo (decidir si correr a la siguiente base o quedarse), mientras que el equipo defensor debe organizarse espacialmente para recuperar la pelota y eliminar al corredor lo antes posible mediante la anticipación.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar la coordinación óculo-manual necesaria para batear un móvil en movimiento y recepcionar pelotas aéreas o rodadas.</li> <li>- Comprender la lógica interna de los deportes de bate y campo: alternancia de roles asimétricos (ataque vs. defensa).</li> <li>- Aplicar el pensamiento táctico ofensivo (hacia dónde batear para alejar la pelota de los defensores, calcular si da tiempo a correr) y defensivo (a qué base lanzar la pelota para cortar la jugada).</li> <li>- Asumir de forma deportiva la frustración del "strike" (fallar el golpeo) y la eliminación directa, respetando escrupulosamente los turnos de participación.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
b), f), g), k)	2, 6, 7
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices con implemento: agarre del bate, swing (mecanismo de golpeo lateral) y lanzamiento del bate al suelo para correr a las bases.</li> <li>- Habilidades de manipulación: lanzamiento de precisión y recepciones con ambas manos.</li> <li>- Táctica de bate y campo: percepción de la velocidad de la bola vs. velocidad del corredor, coberturas defensivas y ocupación de bases.</li> </ul> Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestión de la frustración ante la alta tasa de error.</li> <li>- Respeto estricto por el orden y los turnos de bateo, teniendo una paciencia activa en todo momento.</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>

2, 3	STEM, CPSAA, CC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.1, 2.2, 3.1	STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CC2
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<p>- Matemáticas (Geometría del plano): El terreno de juego del béisbol es un escenario matemático perfecto. Se trabajará el concepto del rombo o diamante, enseñando a los alumnos qué son los vértices (las bases), cómo calcular el perímetro (la distancia total de la carrera completa o "Home Run") y los ángulos (por qué un bateo es considerado "falta" si sale fuera del ángulo de 90 grados que forman las líneas del campo).</p> <p>- Lengua Castellana y Literatura (inglés transversal): Vocabulario técnico propio de este deporte de origen anglosajón (strike, home run, pitcher, catcher), fomentando la competencia plurilingüe.</p>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 13: ¡Tira de las raíces! – Tag Rugby</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	4
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	05/05 – 17/05
<b>Descripción:</b>	
<p>Esta situación de aprendizaje se realiza fuera de las pistas del colegio para interactuar con el entorno urbano y natural próximo, en los parques más cercanos al Colegio Miramadrid. Bajo la narrativa de "Groot", el guardián de la naturaleza, el alumnado se iniciará en el Tag Rugby. Esta modalidad es un deporte de invasión ideal a nivel escolar, ya que elimina el placaje y el contacto físico violento, sustituyéndolo por la acción de arrancar una cinta (tag) adherida a un cinturón. Esto iguala enormemente las capacidades de niños y niñas de diferentes complejidades físicas. Además de la táctica del pase hacia atrás y la carrera evasiva, el eje transversal será el uso responsable, cívico y sostenible de los espacios públicos verdes.</p>	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender las normas básicas del Tag Rugby, interiorizando la regla fundamental de pasar el balón siempre hacia atrás.</li> <li>- Desarrollar habilidades motrices de carrera evasiva (fintas, cambios de dirección, cambios de ritmo) y arranque rápido del "tag" en situación defensiva.</li> <li>- Disfrutar de la práctica deportiva en el entorno natural, valorando los parques como espacios viables para el ocio activo.</li> <li>- Adoptar comportamientos cívicos de cuidado, respeto y no dejar ningún rastro negativo en el entorno natural utilizado.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
b), k), l)	4, 5, 7
<b>Saberes básicos</b>	
<p>Bloque F. Interacción con el entorno natural y urbano:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Uso activo de los espacios naturales y urbanos (parques) para la práctica motriz.</li> <li>- Normas cívicas, cuidado del entorno y asumir el principio de "impacto cero" (recogida de basura, cuidado del césped y árboles).</li> </ul> <p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades específicas del Tag Rugby: agarre del balón ovalado, pase hacia atrás y en carrera, retirada y devolución del "tag" (cinta).</li> <li>- Táctica ofensiva (carreras, fintas, crear líneas de pase atrás) y defensiva (reducir espacios, fijar al portador del balón).</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
2, 5	STEM, CPSAA, CC, CE
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.1, 2.2, 5.1	STEM5, CPSAA4, CC4, CE1
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<p>- Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural: Trabajo directo sobre los ecosistemas locales y la biosfera urbana. Antes o después de la sesión práctica, se puede realizar un breve análisis de la flora (tipos de árboles como el que representa Groot) y la fauna urbana (pájaros, insectos) del parque, concienciando sobre cómo la contaminación acústica o los residuos afectan a ese ecosistema y cómo los "héroes" tienen la responsabilidad de protegerlo.</p>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 14: El stick de Thor – Unihockey</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	5
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	19/05 – 02/06
<b>Descripción:</b>	
<p>Esta situación de aprendizaje consiste en la iniciación a los deportes de invasión con implemento a través del Unihockey (Floorball). Bajo la narrativa de "Thor" y su legendario martillo (el Mjolnir), el alumnado deberá demostrar que se merece empuñar su herramienta. Empuñar el stick requiere una inmensa responsabilidad: el enfoque principal de la unidad será el respeto estricto a las normas de seguridad (nunca elevar el stick por encima de la rodilla) para proteger a los compañeros. A nivel técnico-táctico, los alumnos aprenderán a conducir la bola, pasar, recepcionar y tirar a portería,</p>	

aplicando los principios de desmarque y ocupación de espacios ya trabajados en el primer trimestre, pero ahora con el desafío extra que supone manejar un implemento.

<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demostrar responsabilidad y control postural en el manejo del <i>stick</i>, respetando escrupulosamente las normas de seguridad (juego con la pala a ras de suelo).</li> <li>- Ejecutar las habilidades motrices específicas del unihockey: conducción, pase, recepción (amortiguación) y lanzamiento a portería.</li> <li>- Aplicar los principios tácticos de los deportes de invasión (crear líneas de pase, desmarque, apoyo) adaptados a la velocidad de la bola en el suelo.</li> <li>- Asumir un comportamiento ético, gestionando el control de impulsos y evitando el contacto físico o el uso del implemento como arma.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
a), b), c), i), k), l)	2, 5, 7
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades motrices específicas con implemento: agarre correcto del <i>stick</i> (mano dominante y no dominante), conducción, pase de empuje y recepción con amortiguación.</li> <li>- Táctica de invasión con bola rodada: mantener la posesión, buscar la amplitud del campo y atacar la portería.</li> </ul> Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Control estricto de la agresividad motriz: uso responsable del material (el <i>stick</i> no es un arma, es una prolongación del brazo).</li> <li>- Deportividad y respeto ante las infracciones y decisiones arbitrales.</li> </ul>	
<b>Competencias Específicas</b>	<b>Competencias Clave</b>
2, 3	STEM, CPSAA, CC
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>
2.1, 2.2, 3.1	STEM1, CPSAA1, CPSAA5, CC2
<b>Interdisciplinariedad</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural (Física Básica): El uso del <i>stick</i> es un ejemplo perfecto para explicar las palancas de tercer género en el cuerpo humano. Se puede explicar de forma sencilla cómo el <i>stick</i> multiplica la fuerza que hacemos con las manos, y por qué la bola sale disparada mucho más rápido que si la pateáramos con el pie, introduciendo los conceptos de fuerza, punto de apoyo y palanca.</li> <li>- Lengua Extranjera (Inglés): Al ser un deporte popular en países nórdicos y anglosajones, se puede utilizar el vocabulario original durante las sesiones (Floorball, <i>stick</i>, blade, grip, face-off).</li> </ul>	

<b>SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 15: Misión final</b>	
<b>N.º Sesiones</b>	4
<b>Fechas en las que se desarrolla</b>	07/06 – 21/06
<b>Descripción:</b>	
Esta situación de aprendizaje representa la graduación de la "Academia de Superhéroes". A lo largo de esta unidad final, el alumnado organizará y participará en un gran torneo multideporte cooperativo, repasando las disciplinas más destacadas del curso (Datchball, Balonmano, Bádminton, etc.). El aspecto clave y diferenciador es la autonomía plena: los alumnos deben llegar a la pista, organizar los espacios y el material, dirigir sus propios calentamientos de forma independiente, y asumir de forma rotativa el rol de árbitros y mediadores. El profesor actúa únicamente como observador externo. El objetivo final es demostrar la madurez física, cognitiva y emocional ("fuerza, mente estratégica y corazón de héroe") necesaria para superar la asignatura.	
<b>Objetivos de la SdA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoorganizar y gestionar un evento deportivo a nivel de grupo-clase, distribuyendo espacios, tiempos y materiales de forma responsable.</li> <li>- Dirigir y ejecutar rutinas de calentamiento de forma completamente autónoma antes de comenzar los encuentros.</li> <li>- Asumir el rol de árbitro de manera justa e imparcial, garantizando el cumplimiento de las normas y la seguridad de los compañeros.</li> <li>- Evidenciar la asimilación de los saberes motrices, tácticos y actitudinales trabajados durante el año, demostrando autonomía, juego limpio y resolución pacífica de los conflictos sin la intervención del docente.</li> </ul>	
<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos didácticos</b>
a), b), c), i), k), m)	2, 3, 5, 6
<b>Saberes básicos</b>	
Bloque A. Vida activa y saludable: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Práctica autónoma del calentamiento general y específico.</li> <li>- Autogestión de la hidratación, la higiene y la dosificación del esfuerzo en un formato de torneo.</li> </ul>	

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:

- Transferencia y aplicación de las habilidades motrices y principios tácticos (invasión, cancha dividida, bate y campo) en situaciones reales de juego.

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social:

- Organización de eventos deportivos escolares: auto-arbitraje, sistemas de puntuación inclusivos y asunción de roles organizativos.

- El fair play como requisito indispensable para la competición saludable. Resolución de conflictos de manera autónoma.

Competencias Específicas	Competencias Clave
1, 2, 3	STEM, CPSAA, CC, CE
Criterios de evaluación	Descriptorios operativos
1.1, 2.1, 3.1, 3.2	STEM3, CPSAA3, CC2, CE1, CE3

#### Interdisciplinariedad

- Matemáticas: Gestión directa del torneo. Los alumnos encargados de la mesa arbitral deberán registrar las puntuaciones, crear el cuadro del torneo (cruces, ligullas), aplicar sistemas de puntuación, realizar sumas de puntos totales, gestionar el cronómetro y calcular la clasificación final del campeonato.

- Educación en Valores Cívicos y Éticos: Constituye la prueba final de ciudadanía. Se reflexiona sobre cómo la verdadera heroicidad no es ganar el torneo, sino ser capaz de autoorganizarse en sociedad, dictar leyes justas (reglamento) y respetarlas, encarnando los valores máximos de la justicia, la equidad y la paz.

Elaboración propia

## 7. Metodología:

La metodología es, sin lugar a duda, el motor que impulsa todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. En el marco de la actual LOMLOE, el papel del docente de Educación Física ha evolucionado de forma notable, pasando a ser diseñadores de escenarios de aprendizaje y guías en el desarrollo integral del alumnado. La metodología de esta programación huye de los modelos tradicionales basados en el mando directo, la repetición mecanizada y la hipercompetitividad. Estos enfoques han demostrado ser ineficaces para lograr hábitos de vida activos en todo el alumnado, alejando a los menos hábiles de la práctica deportiva. En su lugar, nuestra propuesta metodológica se fundamenta en la Neuroeducación, asumiendo que no hay aprendizaje sin emoción y que la motivación intrínseca es el factor determinante para el éxito educativo.

Por este motivo, el eje vertebrador de nuestra intervención es el uso de metodologías activas, con un protagonismo absoluto de la Gamificación a través de la narrativa de la "Academia de Superhéroes". Esta estructura lúdica es una poderosa herramienta pedagógica que nos permite contextualizar los saberes, fomentar la cohesión grupal y trabajar la coeducación de manera natural y atractiva. A través de este hilo conductor, los alumnos no hacen "ejercicios", sino que superan "misiones"; y no compiten "contra" el otro, sino que colaboran "con" sus compañeros para salvar el mundo.

Todo este engranaje metodológico se sustenta sobre los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), garantizando una atención a la diversidad real e inclusiva. En nuestra academia, las barreras se eliminan desde el propio diseño de la tarea, permitiendo que todo el alumnado encuentre su nivel óptimo de reto y participación.

A continuación, se exponen los principios generales de intervención que guían nuestra labor docente, las metodologías específicas aplicadas en cada situación de aprendizaje, la integración del Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), y el papel facilitador de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).

### **7.1. Principios generales de la intervención:**

La metodología de esta programación didáctica no se basa en la intuición o en la tradición deportiva, sino que se asienta sobre un marco teórico sólido fundamentado en la neurociencia y en las directrices pedagógicas de la LOMLOE. Nuestra intervención educativa en el área de Educación Física se rige por los siguientes principios:

7.1.1. Neuroeducación y Aprendizaje Emocional: Asumiendo la cita del neurocientífico Francisco Mora "solo se puede aprender aquello que se ama", esta programación sitúa la emoción como el engranaje principal del aprendizaje motor. El cerebro del niño necesita estímulos, curiosidad y sorpresa para potenciar su capacidad de atención y motivación. Por ello, toda la intervención se envuelve en la narrativa de la "Academia de Superhéroes", generando un clima donde el esfuerzo se percibe como una aventura motivante, mejorando la predisposición al movimiento y consolidando la memoria motriz a largo plazo.

7.1.2. Aprendizaje Significativo y Enfoque Competencial: Para que un aprendizaje perdure en el tiempo, el alumno debe ser capaz de relacionar los nuevos conocimientos con los que ya posee. Alejándonos del antiguo modelo de repetición biomecánica, proponemos situaciones motrices reales y significativas. El último objetivo es que las habilidades motrices y los valores cívicos adquiridos en el colegio se transfieran al tiempo de ocio en el parque y a su vida diaria, garantizando así un verdadero aprendizaje competencial y significativo.

7.1.3. Constructivismo Social y Zona de Desarrollo Próximo: El aprendizaje motor es un proceso profundamente social. Partiendo de la teoría de Lev Vygotski, se fomentará el trabajo en la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) a través del aprendizaje entre iguales. Se diseñarán tareas donde el alumnado con mayor competencia motriz no compita para aplastar al rival, sino que actúe como "héroe veterano" para guiar a los compañeros menos experimentados.

7.1.4. Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) e Inclusión Real: La inclusión no es una adaptación puntual, sino el principio de partida. Se aplicarán los tres principios del DUA (múltiples formas de implicación, representación y acción)

para garantizar la presencia, participación y progreso de todo el alumnado, dando respuesta específica a la diversidad de nuestra aula:

- Atención al alumno con TDAH: Se establecen rutinas claras de inicio y fin de sesión, estructurando las clases en "misiones" cortas y dinámicas que eviten la fatiga atencional. Se utilizarán señales visuales y roles de responsabilidad para canalizar su energía de forma positiva y mejorar su autoestima.

- Atención a la alumna con asma: Se fomenta la educación preventiva y el autoconocimiento. Se le enseñará a reconocer sus propios límites, regular su esfuerzo y pausar la actividad sin estigmatización, sustituyendo su rol físico por funciones tácticas, arbitrales o de observación hasta que se recupere.

7.1.5. Protagonismo del Alumnado y Autonomía: El docente se convierte en un guía o "director de la academia". Se prioriza la toma de decisiones por parte del alumnado y la resolución de problemas. A medida que avanza el curso, se produce un traspaso progresivo de la responsabilidad, culminando en el tercer trimestre con situaciones de aprendizaje donde los alumnos se autoorganizan, calientan de forma independiente y asumen el arbitraje y el sistema de puntuación correspondiente para los resultados de los partidos.

## **7.2. Metodologías específicas:**

Para materializar los principios neuroeducativos y el enfoque competencial que exige la LOMLOE, esta programación opta por una combinación de modelos pedagógicos contemporáneos y estilos de enseñanza participativos y cognitivos, seleccionando en cada momento la herramienta metodológica más adecuada en función de la Situación de Aprendizaje (SdA) y de la intencionalidad educativa.

En el ANEXO V, se detallan las metodologías específicas que vertebran la intervención, y como se distribuyen en cada una de las Situaciones de Aprendizaje.

7.2.1. La Gamificación: La gamificación consiste en la aplicación de mecánicas y dinámicas de diseño de juegos en contextos no lúdicos para potenciar la motivación, la concentración y el esfuerzo. En esta programación, la gamificación envuelve el curso escolar bajo la narrativa de la "Academia de Superhéroes".

- Aplicación práctica: El currículo se transforma en un mapa de misiones. Cada Situación de Aprendizaje no es un bloque de contenidos, sino un "entrenamiento" liderado por un superhéroe. Los alumnos superan "desafíos" (evaluación formativa) para conseguir "insignias de poder" (logros competenciales). Esta metodología justifica completamente el esfuerzo del alumnado, ya que dota de significado épico a tareas motrices que, presentadas de forma aislada, podrían resultar monótonas o frustrantes para los alumnos menos hábiles.

7.2.2. Modelo Comprensivo de Iniciación Deportiva: El Modelo Comprensivo invierte la enseñanza tradicional del deporte. En lugar de enseñar primero la técnica aislada para luego jugar, se parte de juegos modificados que exigen comprender la táctica para posteriormente mejorar la ejecución técnica.

- Aplicación práctica: Se aplica intensivamente en las SdA de invasión como la SdA 5 "¡A proteger el área!" (Balonmano), la SdA 13 "Guardianes del cinturón verde" (Tag Rugby) y la SdA 14 "El stick de Thor" (Unihockey), entre otras. A través de situaciones de superioridad numérica o espacios reducidos, el alumnado aprende a leer el juego, buscar espacios libres y tomar decisiones

inteligentes, garantizando que todos los alumnos participen cognitivamente y motrizmente, independientemente de su nivel técnico previo.

7.2.3. Aprendizaje Cooperativo: Frente a los enfoques competitivos excluyentes, el Aprendizaje Cooperativo se fundamenta en la interdependencia positiva: el grupo solo alcanza el éxito si cada uno de sus miembros logran sus objetivos.

- Aplicación práctica: Se emplea como metodología central en unidades donde la cohesión grupal y la coeducación son críticas. Se puede apreciar en la SdA 1 "Uniendo nuestras fuerzas en la pista", ya que gran parte de los juegos que se realizan en esta SdA, son juegos cooperativos y de cohesión grupal. Destaca en la SdA 8 "Desafiando la gravedad", donde la seguridad y el montaje de figuras dependen de la sincronización de los roles de portar, ágil y ayuda. Igualmente, es la base de la SdA 10 "Bailando por la galaxia", donde la creación de una coreografía requiere negociación, asunción de roles y respeto absoluto por las aportaciones de todos los miembros del equipo.

7.2.4. Resolución de Problemas y Descubrimiento Guiado: En coherencia con el desarrollo de la Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender (CPSAA), el docente debe ceder el protagonismo planteando preguntas y guiando al alumno hacia la respuesta.

- Aplicación práctica: Esta metodología tiene un gran protagonismo en las Situaciones de Aprendizaje donde los alumnos tengan que tomar decisiones. Se puede apreciar claramente en la SdA 12 "Golpes de precisión" (Béisbol - Batman), en la cual se plantea a los alumnos un problema. A través de la resolución de problemas, el alumno deduce la lógica interna del deporte por sí mismo. Asimismo, el descubrimiento guiado es importante en Situaciones de

Aprendizaje en las cuales los alumnos vayan aprendiendo conceptos técnicos paso a paso. Se puede apreciar notablemente en la SdA 2 “Cuidando nuestra máquina”, ya que se utiliza el descubrimiento guiado para que los alumnos deduzcan qué grupos musculares se están activando con cada ejercicio.

7.2.5. Autogestión y Asignación de Roles: A medida que el alumnado avanza en su "entrenamiento heroico", la metodología se va orientando a generar un mayor grado de responsabilidades en los alumnos, provocando que estos sean capaces de gestionar actividades deportivas y que ocupen diferentes roles.

- Aplicación práctica: Esta progresión metodológica tiene mucha importancia en deportes de equipo, por lo que está muy presente en muchas de las Situaciones de Aprendizaje de la programación. La SdA donde más relevancia tiene esta metodología es la SdA 15 "Misión final", debido a que en ella, el alumnado asume roles de árbitros, capitanes, responsables de material y jueces de paz, la responsabilidad del calentamiento y la resolución pacífica de conflictos, mientras que el docente asume un rol exclusivo de observador y facilitador.

### **7.3. Aprendizaje Basado en Proyectos:**

El Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) es una metodología activa en la que el alumnado adquiere un rol protagonista, construyendo su propio aprendizaje a través de la resolución de un reto o la creación de un producto final con aplicación en el mundo real. En el área de Educación Física, el ABP trasciende la práctica deportiva para englobar la planificación, la toma de decisiones, la cooperación y la asunción de responsabilidades organizativas.

La actual normativa establece la obligatoriedad de dedicar, al menos, un 5% del tiempo lectivo total de la programación a la metodología de proyectos. Nuestra

propuesta curricular consta de un total de 71 sesiones efectivas. El 5% de 71 sesiones equivale a 3,55 sesiones. Este requerimiento legal se supera ampliamente y se materializa de forma central en la Situación de Aprendizaje 15: "Misión Final", a la cual se le dedican 5 sesiones, ubicadas estratégicamente al final del tercer trimestre como culminación evaluativa y competencial del curso.

El proyecto final no consiste en que el docente organice una competición, sino en que el propio alumnado diseñe, gestione y ejecute un evento deportivo real a nivel de aula. A través de este proyecto, los alumnos demuestran que han adquirido las competencias necesarias para graduarse como "Superhéroes".

#### **7.4. El papel de las TIC en el proceso de enseñanza-aprendizaje:**

El desarrollo de la Competencia Digital (CD) es un mandato normativo de la LOMLOE para todas las áreas. Sin embargo, en Educación Física nos enfrentamos a un reto pedagógico particular: combatir el sedentarismo tecnológico. Por ello, en nuestra "Academia de Superhéroes", la tecnología nunca sustituye al movimiento, sino que lo enriquece, adoptando un enfoque de "TIC activas". La tabla en la que se puede apreciar que Situaciones de Aprendizaje hacen uso de las TIC se puede ver en el [ANEXO III](#). El uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación se estructura en tres grandes bloques, dependiendo de la función que desempeñen:

7.4.1. Las TIC como herramienta docente: El profesor, utiliza la tecnología para optimizar la gestión del aula y mantener viva la narrativa:

- Gestión y Evaluación Formativa: El uso de cuadernos de evaluación digital permite evaluar en tiempo real mediante rúbricas y llevar un registro útil y ágil, algo fundamental para monitorizar los progresos conductuales de nuestro alumno con TDAH sin interrumpir el ritmo de la clase.

- Diseño del universo gamificado: Utilización de “Canva” para crear los materiales físicos y digitales como “Cartas de reclutamiento”, “Cartas de Superhéroes”, y “Diplomas de Héroe Graduado”, que se pueden ver en el [ANEXO IV](#).

7.4.2. Las TIC al servicio del alumnado y el movimiento: Los alumnos utilizan la tecnología de forma puntual, colaborativa y siempre sin estar sentados, integrándola en la acción motriz:

- Feedback Visual (Video-análisis): En Situaciones de Aprendizaje donde la conciencia corporal es crítica, como la SdA 8 "Desafiando la gravedad" o la SdA 10 "Bailando por la galaxia", se utilizarán tablets del centro, para grabarse y analizar su postura. Ver su propio error biomecánico es mucho más eficaz que una corrección verbal realizada por el docente.

- Códigos QR y Orientación: En calentamientos o misiones de búsqueda, se esconderán códigos QR por el patio o pabellón. Al escanearlos con la tablet, los alumnos desvelan el ejercicio de condición física que deben realizar para salvar al superhéroe Ironman.

- Cronómetros y relojes inteligentes: En la Situación de Aprendizaje 11 “La fuerza de la velocidad”, los alumnos tendrán a su disponibilidad cronómetros y relojes inteligentes para medir sus tiempos, distancias, velocidad, pulsaciones, etc; en las diferentes pruebas de atletismo que se llevarán a la práctica.

7.4.3. Las TIC como recurso de inclusión: La tecnología se revela como un asistente muy efectivo para dar respuesta a la diversidad de nuestra aula:

- Para el alumno con TDAH: Las pantallas del pabellón se utilizarán para llevar el tiempo de las sesiones y partidos que se realicen. Ver cómo el tiempo se va

consumiendo le ayuda a estructurar mentalmente la duración de la tarea, reduciendo la ansiedad y facilitando las transiciones entre ejercicios.

- Para la alumna con asma: En la SdA 2 "Cuidando nuestra máquina", se introducirá el uso de pulsómetros de muñeca para que la alumna aprenda a leer sus pulsaciones, identifique cuándo está entrando en una zona de sobreesfuerzo y decida cuándo debe bajar el ritmo o utilizar su inhalador preventivo.

## **8. Evaluación:**

Bajo el marco de la LOMLOE, la evaluación en Educación Física deja de ser un proceso punitivo centrado en el rendimiento físico o la ejecución técnica perfecta, para convertirse en un proceso continuo, formativo, integrador y competencial. Evaluar significa recoger información para guiar al alumnado en su proceso de aprendizaje.

Para dotar de sentido a este proceso y mantener la motivación intrínseca, la evaluación se integra de forma natural en la narrativa de la "Academia de Superhéroes". El progreso de los alumnos se mide a través de un sistema de progresión gamificada: los alumnos comienzan recibiendo una "Carta de Reclutamiento" (evaluación inicial), van consiguiendo "Cartas de Superhéroes" al superar cada misión (evaluación continua) y culminan con un "Diploma de Héroe Graduado" tras superar el torneo final de la SdA 15 (evaluación sumativa).

## 8.1. ¿Qué, cómo, cuándo y quién va a evaluar?

- ¿Qué se va a evaluar?: Se evaluará el grado de consecución de los Criterios de Evaluación estipulados en el currículo para cada Situación de Aprendizaje. Estos criterios son el único referente para comprobar si el alumno ha adquirido los saberes básicos y ha desarrollado las Competencias Específicas. Evaluamos las tres dimensiones del movimiento: el saber hacer (ámbito motor), el saber (ámbito cognitivo/táctico) y el saber ser (ámbito socio-afectivo).

- ¿Cuándo se va a evaluar?: Hay tres tipos de evaluación en función del momento del curso en el que se encuentren los alumnos:

1. Evaluación Inicial: Antes de comenzar la SdA 1, los alumnos reciben una "Carta de Bienvenida y Reclutamiento" oficial de la Academia. Sirve para realizar un diagnóstico del nivel motor y de convivencia del grupo.
2. Evaluación Formativa y Continua: Al finalizar cada una de las SdA, si el alumnado demuestra haber alcanzado los criterios de evaluación propuestos, "desbloquea" y recibe físicamente la Carta de Felicitación del Superhéroe correspondiente a esa misión (ej. la carta de Spider-Man al superar la SdA 3). Coleccionar todas las cartas es el requisito indispensable para acceder a la misión final.
3. Evaluación Sumativa: Se lleva a cabo en la SdA 15 "Misión Final". Al gestionar y participar en el torneo multideporte de forma autónoma, demuestran la consolidación de las competencias. Al superarlo, reciben su "Diploma Final".

- ¿Quién va a evaluar?: Hay tres tipos de evaluación, dependiendo de quién sea él que la realice:

1. Heteroevaluación: El docente, al ser el "Director de la Academia", evalúa el progreso mediante la observación sistemática.
2. Autoevaluación: El alumnado reflexiona sobre su propio esfuerzo y aprendizaje mediante "Dianas de autoevaluación".
3. Coevaluación: Se evalúan entre iguales a lo largo de varias Situaciones de Aprendizaje, pero este tipo de evaluación resulta fundamental en el ABP de la SdA 15, donde actúan como árbitros y valoran el juego limpio.

- ¿Cómo se va a evaluar?: El docente necesita herramientas objetivas para decidir si entrega o no la carta del superhéroe en cada una de las misiones. Para ello, se utilizarán: Rúbricas de evaluación, listas de control, registro anecdótico mediante un cuaderno y herramientas digitales como "Plickers" para la teoría.

## 8.2. Relación entre criterios, instrumentos, descriptores y calificación:

La LOMLOE exige que la calificación final sea el resultado directo de la evaluación de los Criterios de Evaluación, que conectan con los Descriptores Operativos de las Competencias Clave. Para obtener la calificación trimestral se ponderan las tres dimensiones de la competencia motriz, evaluadas a través de los instrumentos mencionados:

**Tabla 11. Porcentajes de las dimensiones de competencia motriz.**

Dimensión	Descripción	Porcentaje	Instrumento
<b>Táctica</b>	Comprensión de reglas, principios tácticos y hábitos de salud.	20%	Plickers y resolución de problemas.
<b>Motriz</b>	Ejecución de habilidades, fluidez, coordinación y participación en el juego.	40%	Rúbricas de desempeño y observación directa.
<b>Social</b>	Esfuerzo, superación de la propia marca, respeto a las normas, coeducación y juego limpio.	40%	Registro anecdótico y coevaluación

Elaboración propia

Con el objetivo de cuantificar de forma objetiva el progreso de los alumnos, he elaborado una tabla en la que se puede observar el peso en la calificación final que tendrá cada misión (Situación de Aprendizaje) por trimestre. Asimismo, se puede observar el valor porcentual seleccionado para cada una de las competencias clave de las SdA en el [ANEXO VI](#), y el valor porcentual de cada uno de los criterios de evaluación con sus instrumentos utilizados para ello en el [ANEXO VII](#).

### **8.3. Criterios de evaluación mínimos exigibles:**

Aunque la evaluación es personalizada e inclusiva, existen unos "poderes básicos" (mínimos exigibles) para poder graduarse en la Academia, relacionados fundamentalmente con la Competencia Ciudadana (CC) y el respeto:

1. Seguridad innegociable: Respetar de forma estricta las normas de seguridad en el uso de materiales.
2. Respeto e Inclusión: Ausencia total de burlas, discriminación sexista o rechazo hacia los compañeros menos hábiles durante la formación de equipos o la ejecución de las prácticas.
3. Higiene y Autocuidado: Venir con la ropa deportiva adecuada, traer agua y realizar el aseo adecuado al terminar cada sesión.

### **8.4. Evaluación del proceso de enseñanza:**

La evaluación no es unidireccional. El docente debe evaluar su propia práctica y le funcionamiento de la Programación Didáctica. Para ello se utilizarán dos vías:

- Autoevaluación del docente: Mediante un diario de clase donde se registrará el funcionamiento de las sesiones.

- Evaluación por parte del alumnado: Al finalizar cada trimestre, los alumnos rellenarán un breve cuestionario anónimo llamado "El buzón de la Academia" (**ANEXO IV**), en el que deben valorar dibujando estrellas (1 – 4) si las explicaciones del profesor han sido claras, si los juegos han sido divertidos y si se han sentido tratados con justicia.

## **8.5. Evaluación en situaciones especiales:**

La evaluación debe ser justa, lo que significa que no puede ser idéntica para todos, aplicando los principios del DUA. La obtención de las Cartas de Superhéroes se adaptará al punto de partida de cada estudiante:

- Evaluación del alumno con TDAH: No se le penalizará la falta de atención o la impulsividad motriz inicial. La evaluación se centrará en su progreso intraindividual, valorando positivamente sus esfuerzos por mantener el autocontrol, respetar los turnos y asumir roles de responsabilidad. Se utilizarán rúbricas muy visuales y cortas para que el alumno sepa exactamente qué se espera de él en cada sesión.

- Evaluación de la alumna con asma: En las Situaciones de Aprendizaje de alta intensidad, el criterio de evaluación motor cambia. No se evalúa su marca o su resistencia, sino su competencia para autogestionar la salud.

## **9. Atención a las diferencias individuales del alumnado:**

La actual Ley Orgánica 3/2020 establece la inclusión educativa como un principio fundamental, concibiendo la diversidad del alumnado como la norma.

En el área de Educación Física, esto implica acercarse a una pedagogía flexible que garantice el éxito motriz, cognitivo y socioafectivo de cada estudiante.

En nuestra "Academia de Superhéroes", la narrativa sirve como vehículo perfecto para normalizar las diferencias: cada héroe tiene sus propios "superpoderes" (fortalezas) y su propia "kriptonita" (puntos de mejora), y es el trabajo en equipo lo que garantiza el éxito de la misión.

### **9.1. El Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA):**

La atención a las diferencias individuales no se basa en realizar adaptaciones significativas aisladas, sino en aplicar los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje desde la fase de planificación. El DUA propone crear entornos de aprendizaje accesibles, eliminando las barreras de antemano. En nuestras Situaciones de Aprendizaje (SdA), aplicamos sus tres principios:

1. **Múltiples formas de Implicación:** Para captar el interés de todos los ritmos y perfiles, utilizamos la gamificación. Se fomenta la autonomía permitiendo que el alumnado elija el nivel de dificultad del reto en actividades de condición física o asuma roles de arbitraje o capitanía.
2. **Múltiples formas de Representación:** La información no se da de una sola manera. Las instrucciones de los juegos se explican verbalmente, se apoyan visualmente y se demuestran motrizmente mediante modelos ejecutados por los propios alumnos.
3. **Múltiples formas de Acción y Expresión:** Se flexibilizan las reglas y los materiales. En todos los deportes, se ofrecen diferentes tamaños de pelotas o distancias de lanzamiento para que todos puedan alcanzar el éxito motriz independientemente de su nivel de coordinación.

## 9.2. Actuación ante situaciones específicas:

Además del marco general del DUA, nuestra aula cuenta con dos casos concretos que requieren medidas específicas de acceso y personalización, siempre desde un enfoque inclusivo y equitativo:

- Alumno con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH): Este alumno tiene dificultad para mantener la atención sostenida, impulsividad motriz y baja tolerancia a la frustración. Para lograr la inclusión de este alumno, se debe estructurar lo máximo posible la sesión con rutinas muy marcadas al inicio y al final. Las instrucciones serán cortas, directas y visuales. Para controlar su impulsividad motriz, se le asignarán "roles de responsabilidad activa", como ser el "Capitán de Material" o el encargado de demostrar los ejercicios. En juegos de espera, se modificarán las reglas para eliminar las filas o se reducirán los tiempos de inactividad, evitando la aparición de conductas disruptivas.
- Alumna con Asma Bronquial: Vamos a tratar que esta alumna sea capaz de prevenir crisis asmáticas generadas por la realización de ejercicio y pueda gestionar la fatiga sin dificultad. Se realizará un calentamiento progresivo, tendrá acceso inmediato a su inhalador de rescate, y se le enseñará a reconocer su umbral de fatiga; bajo la premisa de que "un buen héroe sabe cuándo debe descansar", podrá pausar su actividad física sin penalización académica, asumiendo temporalmente roles tácticos como entrenadora, observadora del juego limpio o árbitro, hasta que logre su recuperación total.

### **9.3. Actividades de refuerzo y ampliación para atender a los diferentes ritmos de aprendizaje:**

Atender a la diversidad también significa dar respuesta a aquellos alumnos con una competencia motriz inferior y a aquellos con altas capacidades motrices, sin que esto suponga separarlos del grupo. En lugar de crear juegos distintos, se aplican modificaciones sobre la misma tarea en aspectos como el espacio, material o reglas:

- **Modificación del material:** Uso de balones de gomaespuma, pelotas más grandes, o raquetas con mayor superficie de golpeo para facilitar el éxito.
- **Modificación del espacio y tiempo:** Reducir las distancias de lanzamiento, generar "zonas seguras" donde no pueden ser interceptados, o dar la regla de "3 segundos de posesión intocable" para que tengan más tiempo para pensar y ejecutar un pase a un compañero sin que un rival lo evite.
- **Agrupamientos:** Situaciones de superioridad numérica en ataque para facilitar la resolución táctica.
- **Retos cognitivos:** Aumentar la complejidad táctica del juego, mediante la inclusión de reglas como exigirles que realicen el pase con su mano no dominante, o que "el equipo solo puntúa si todos han tocado el balón previamente".
- **Tutoría entre iguales:** Asumir el rol de "Héroe Veterano". Su objetivo de ampliación ya no es marcar más goles, sino ser responsables de que sus compañeros de equipo mejoren, dándoles consejos técnicos y liderando la táctica del grupo de forma positiva.

## **10. Contribución de la programación al desarrollo de otros planes:**

De acuerdo con el enfoque global y transversal que promueve la LOMLOE, la Educación Física no puede concebirse como una asignatura aislada. Nuestra programación didáctica es uno de los engranajes que hay dentro del Proyecto Educativo de Centro (PEC) y contribuye de forma activa y sistemática al desarrollo de los distintos planes institucionales, enriqueciendo la dinámica escolar a través de la narrativa de la "Academia de Superhéroes".

- Contribución al Plan de Fomento de la Lectura y la Expresión Oral y Escrita: La asignatura de Educación Física está tradicionalmente alejada de este plan, pero en mi programación tendrá gran importancia, ya que los alumnos deberán poner en práctica su comprensión lectora al obtener las diferentes cartas.

- Contribución al Proyecto Bilingüe / Fomento de la Lengua Extranjera: Teniendo en cuenta el origen anglosajón de los superhéroes y los deportes que se realizan en las Situaciones de Aprendizaje, resulta motivante para los alumnos aprender nuevo vocabulario en inglés, al hacerlo de forma natural y lúdica.

- Contribución al Plan de Convivencia: Nuestra programación es un pilar fundamental del Plan de Convivencia, ya que en ella se van a trabajar aspectos como la prevención del acoso escolar gracias a la figura del superhéroe, gracias a que todos los alumnos deben servir al bien de la "Academia de Superhéroes"; y la cohesión de grupo, el respeto y la resolución de conflictos, generando así un excelente clima de aula.

- Contribución al Plan de Integración de las TIC: Como se desarrolló en el apartado metodológico, la programación fomenta una Competencia Digital activa y saludable (TIC activas), alejando al alumno del uso sedentario de las pantallas. Contribuimos al plan digital del centro enseñando al alumnado a utilizar dispositivos electrónicos como tablets con fines de mejora personal: grabando y coevaluando posturas en Acrosport (SdA 8), escaneando códigos QR en pruebas de orientación, familiarizándose con tecnología biométrica mediante el uso de pulsómetros para el cuidado de la salud y con el uso de cronómetros y relojes inteligentes para tomar tiempos en las pruebas de velocidad de atletismo.
- Contribución al Plan de Igualdad y Coeducación: Esta programación combate frontalmente los estereotipos para fomentar la igualdad real a través de la inclusión de heroínas que sirvan de referentes para los alumnos, y la participación en deportes alternativos como el Datchball, Tag Rugby y Unihockey, en los que todos los alumnos parten desde el mismo punto.

## **11. Conclusiones:**

El desarrollo del presente Trabajo de Fin de Grado se ha realizado con el firme propósito de materializar los conocimientos pedagógicos adquiridos durante estos años de formación universitaria en una propuesta educativa real, estructurada y transformadora. Al establecer el objetivo inicial de diseñar una Programación Didáctica anual de Educación Física para el curso académico 2026-2027, el reto principal no consistía únicamente en lograr el cumplimiento de la actual Ley Orgánica 3/2020 (LOMLOE), sino en establecer este marco

legislativo en un escenario vivo y tangible: la realidad del centro de Educación Primaria llamado Colegio Miramadrid.

Para dar respuesta a este desafío, se ha diseñado una propuesta curricular dividida en 15 Situaciones de Aprendizaje. Lejos de quedar como un documento teórico vacío, el resultado es un plan de acción real y plenamente aplicable en el aula del curso de 5º de Primaria. Cada sesión, cada reto motriz y cada instrumento evaluativo han sido ajustados adecuadamente al enfoque competencial de la normativa vigente, demostrando que es posible lograr la máxima exigencia legislativa mediante una práctica docente dinámica y significativa.

Para lograr la conexión significativa con el alumnado, la intervención metodológica se ha basado en los principios de la neuroeducación, y ha utilizado la gamificación mediante la narrativa de la “Academia de Superhéroes”, en la cual la emoción y el esfuerzo físico adquieren un protagonismo indiscutible para la adquisición del aprendizaje, generando una verdadera adherencia deportiva. También se han usado otras metodologías activas, como el Aprendizaje Cooperativo o la Resolución de Problemas, entre otras. El Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), es fundamental en la programación, ya que los alumnos deberán superar la última SdA “Misión Final”, creando diferentes torneos multideporte de manera autónoma e independiente.

En este escenario heroico, la inclusión y la coeducación son los pilares más importantes de la práctica docente. Lejos de concebir las diferencias individuales como barreras, la programación aplica los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) para dar respuesta a realidades cotidianas del aula, como el TDAH o el asma, demostrando que en un verdadero equipo todas las personas

son importantes. La narrativa también actúa como herramienta para combatir activamente la brecha de género histórica en Educación Física a través de la práctica de deportes alternativos y la proyección de referentes femeninos, como Wonder Woman o Viuda Negra, para eliminar los estereotipos sexistas y conseguir así un patio escolar verdaderamente igualitario para todos.

En el ámbito evaluativo, esta propuesta asume el cambio de paradigma exigido por la LOMLOE, eliminando el enfoque tradicional centrado en el rendimiento. A través del sistema gamificado de obtención de “Cartas de Superhéroes” y el “Diploma Final”, la evaluación se transforma en un proceso motivador y formativo, donde el alumnado asume el protagonismo de su aprendizaje y no entiende el error como un fracaso, sino como un paso necesario en su entrenamiento para mejorar.

En definitiva, la Educación Física del siglo XXI trasciende la formación de atletas para asumir la enorme responsabilidad de crear ciudadanos críticos, cívicos y comprometidos con su propia salud. La elaboración de este Trabajo de Fin de Grado representa el fin de cinco años de crecimiento universitario, consolidando mi preparación para dar el salto definitivo a la realidad del aula. Ser maestro hoy exige ser un guía y ser capaz de generar experiencias significativas en los alumnos; porque el objetivo último de esta “Academia de Superhéroes” no es enseñar a nuestros alumnos a saltar más alto o correr más rápido que los demás, sino entregar las herramientas, los valores y la pasión necesarios para que se conviertan en los verdaderos héroes de su propia vida, capaces de hacer un mundo mejor del que tenemos actualmente.

## **12. Bibliografía y webgrafía:**

### **12.1. Referencias bibliográficas:**

Consejo de Gobierno. (2022). *Decreto 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria*. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid, 166, de 14 de julio de 2022, 13-344.

Jefatura del Estado. (2020). *Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación*. Boletín Oficial del Estado, 340, de 30 de diciembre de 2020, 122868-122953.

Ministerio de Educación y Formación Profesional. (2022). *Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria*. Boletín Oficial del Estado, 52, de 2 de marzo de 2022, 24386-24504.

Ausubel, D. P. (1983). *Psicología educativa: un punto de vista cognoscitivo*. Trillas.

Mora, F. (2013). *Neuroeducación: solo se puede aprender aquello que se ama*. Alianza Editorial.

Vygotski, L. S. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Crítica.

Monguillot, M., González, C., Zurita, C., Almirall, L., y Guitert, M. (2015). Play the Game: gamificación y hábitos saludables en educación física. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (119), 71-79.

Velázquez Callado, C. (2015). *Aprendizaje cooperativo en Educación Física: Fundamentos y aplicaciones prácticas*. Inde.

Vergara, J. J. (2015). *Aprendo porque quiero. El Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) paso a paso*. Biblioteca Innovación Educativa.

Alba Pastor, C. (2019). *Diseño Universal para el Aprendizaje: Educación para todos y prácticas de enseñanza inclusivas*. Morata.

Ríos, M. (2003). *Manual de educación física adaptada al alumnado con discapacidad*. Inde.

Google. (2026). *Gemini 3.1 Pro* [Modelo de lenguaje grande].  
<https://gemini.google.com>

## 12.2. Webgrafía:

- Página web del Colegio Miramadrid: [Colegio Miramadrid | Colegio Miramadrid. Centro concertado/privado Plurilingüe situado en Paracuellos del Jarama \(Madrid\)](#).
- Proyecto educativo del Colegio Miramadrid: [Proyecto del Centro | Colegio Miramadrid](#)
- Plickers: [Plickers](#)
- IDoceo: [Inicio - iDoceo - Cuaderno de notas y planner para Mac, iPad y iPhone](#)
- Canva: [Inicio - Canva](#)

## 13. Anexos:

### 13.1. Desarrollo de la Situación de Aprendizaje escogida:

He elegido desarrollar la Situación de Aprendizaje 7 “Justicia por el balón”.

#### 13.1.1. Contextualización y justificación de la programación dentro de la SdA:

Tabla 12. Contextualización de la SdA 7.

Trimestre	Duración	Nº SdA	Nº Sesiones	Ubicación
2	25/01 – 08/02	7	5	Pabellón

Elaboración propia

#### 13.1.2. Objetivos didácticos y su contribución a los objetivos de etapa y de programación:

Tabla 13. Objetivos didácticos de la SdA 7.

<b>Objetivos de la situación de aprendizaje</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprender las reglas básicas del fútbol 7 y fútbol sala, aplicándolas desde el respeto y el auto-arbitraje.</li> <li>- Ejecutar habilidades técnicas básicas (pase, control, conducción, tiro) en un contexto real de juego y bajo presión de oponentes.</li> <li>- Comprender y aplicar los principios tácticos de desmarque, apoyo y ocupación de espacios libres en situaciones de juego modificado.</li> <li>- Participar de forma equitativa y solidaria, asumiendo diferentes roles (jugador, árbitro, observador) y rechazando activamente actitudes sexistas o violentas.</li> </ul>
<b>Objetivos de etapa</b>	<p>a): Convivencia y ciudadanía: Aprender a obrar poniéndose en el lugar del otro, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como su participación en una sociedad democrática.</p> <p>k): Educación Física y Salud: Utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social, aceptando el propio cuerpo y el de los demás con respeto.</p> <p>i): Uso de las TIC: Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.</p>

	m): Coeducación y Afectividad: Desarrollar capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y actitudes contrarias a los prejuicios sexistas (aspecto clave al abordar el fútbol desde una perspectiva igualitaria).
<b>Contribución a los Objetivos</b>	- Desarrollo de la Competencia Motriz: Consolida la transferencia táctica de otros deportes de invasión trabajados previamente - Fomento de la Autonomía y Valores: Convierte la práctica deportiva en una herramienta de ciudadanía, donde la victoria pierde valor si no se consigue mediante la equidad y el respeto mutuo.

Elaboración propia

### 13.1.3. Competencias clave y específicas y su relación con los objetivos y contenidos:

El enfoque de esta Situación de Aprendizaje (SdA) trasciende el mero aprendizaje técnico del fútbol sala o fútbol 7 para centrarse en el desarrollo competencial del alumnado, utilizando la narrativa de Superman como hilo conductor para trabajar el juego limpio y la equidad. A continuación, se detalla la vinculación de las competencias con los objetivos didácticos y los Saberes Básicos establecidos en el Decreto 61/2022 de la Comunidad de Madrid.

**Tabla 14. Relación entre competencias específicas y objetivos y contenidos.**

<b>Competencia específica 2: Resolución de problemas</b>	Relación con los Objetivos: Se vincula con el objetivo didáctico del ámbito cognitivo y motor. En el fútbol, el alumno debe decidir constantemente si es mejor pasar, regatear o tirar a puerta en función de la posición de los defensores.
	Relación con los Saberes Básicos: Se materializa a través del Bloque C (Resolución de problemas en situaciones motrices), específicamente mediante el trabajo de la "toma de decisiones", el "desmarque", y la "ocupación de espacios libres".
<b>Competencia específica 3: Autorregulación emocional.</b>	Relación con los Objetivos: Es el corazón de esta unidad y se relaciona directamente con el objetivo del ámbito socioafectivo (juego limpio, coeducación y resolución pacífica de conflictos).
	Relación con los Saberes Básicos: Se trabaja mediante el Bloque D (Autorregulación emocional e interacción social), aplicando de forma práctica el "respeto a las reglas", el "rechazo a los estereotipos sexistas asociados al fútbol" y la "gestión de la frustración" ante la derrota o las decisiones arbitrales.

Elaboración propia

**Tabla 15. Competencias clave de la SdA 7.**

<b>STEM</b>	El alumnado, al rotar por el rol del árbitro, podrá operar tecnológicamente el marcador electrónico del pabellón, y gestionar el tiempo de los partidos usando un cronómetro o un reloj electrónico.
<b>CPSAA</b>	Se moviliza a través del aprendizaje cooperativo. El alumnado aprende a autoevaluar su desempeño, a ayudar al compañero con menor nivel motriz (empatía) y a gestionar sus emociones (controlar la ira ante una falta en contra).
<b>CC</b>	Es la competencia estrella de la SdA 7. Se desarrolla al convertir el terreno de juego en una sociedad donde los alumnos redactan normas, asumen las penalizaciones por falta de respeto y aprenden a convivir en equipos mixtos, rompiendo los estereotipos de género típicos del fútbol en los patios escolares.

Elaboración propia

**Tabla 16. Relación curricular de los diferentes elementos en la SdA 7.**

Objetivo	Saber básico	C. específica	C. clave
Aplicar tácticas colectivas	Bloque C: Juegos de invasión	2	CPSAA
Fomentar el juego limpio y la coeducación	Bloque D: Resolución de conflictos y rechazo de estereotipos	3	CC

Elaboración propia

**13.1.4. Contenidos y contenidos transversales.**

- Los saberes básicos seleccionados para esta situación de aprendizaje son:

**Tabla 17. Saberes básicos de la SdA 7.**

<b>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</b>	Práctica de juegos deportivos de invasión (fútbol sala/fútbol 7 adaptado). Aplicación de principios tácticos ofensivos y defensivos básicos: el desmarque, la creación de líneas de pase, la ocupación de espacios libres y la progresión hacia la meta contraria.
<b>Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social</b>	Práctica de la nobleza y el "juego limpio" (narrativa de Superman). Respeto estricto del reglamento, aceptación constructiva de la derrota o victoria, gestión de la frustración y asunción rotativa de roles (jugador, árbitro, observador).

Elaboración propia

- En esta situación de aprendizaje se trabajan de forma práctica los siguientes contenidos transversales de la ley:

**Tabla 18. Contenidos transversales trabajados en la SdA 7.**

<b>Coeducación e Igualdad de Género</b>	Es el eje transversal prioritario de esta misión. Se exige la creación de equipos mixtos y se fomenta la ruptura activa de los estereotipos sexistas históricamente asociados al fútbol, garantizando un uso equitativo del espacio y del móvil entre niños y niñas.
<b>Educación para la Paz y Convivencia</b>	Fomento de la justicia y la resolución pacífica de los conflictos inherentes al juego deportivo, evitando las faltas de respeto y utilizando la empatía.
<b>Expresión y Comprensión Oral</b>	Uso del diálogo asertivo y estructurado como única herramienta válida para debatir jugadas polémicas, arbitrar a los compañeros y llegar a consensos sin la intervención directa del docente.

Elaboración propia

### 13.1.5. Metodología y recursos:

Para garantizar el éxito de la misión "Justicia por el balón", se ha realizado una selección específica de las metodologías, espacios y materiales:

**Tabla 19. Metodologías, espacios y materiales usados en la SdA 7.**

<b>Metodologías</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Modelo Comprensivo: Se prioriza la comprensión táctica del juego por encima de la repetición técnica.</li> <li>- Gamificación: Esta metodología genera la narrativa de la SdA mediante el superhéroe Superman.</li> <li>- Aprendizaje Cooperativo: Se estructura la clase en equipos mixtos heterogéneos donde la interdependencia positiva es obligatoria para poder puntuar.</li> </ul>
<b>Espacios</b>	Las sesiones se desarrollarán íntegramente en el Pabellón Deportivo cubierto del centro. Esta instalación garantiza una superficie óptima y segura para el bote y control del balón de fútbol sala, permite utilizar las líneas de la pista para la orientación espacial y asegura la realización de las sesiones frente a posibles climatologías adversas.
<b>Materiales</b>	Se empleará material deportivo convencional como balones de fútbol sala, conos y setas para delimitar espacios reducidos, y petos de colores para identificar a los equipos mixtos. Atendiendo al DUA, se incluirán balones de gomaespuma o de menor peso para los alumnos que presenten miedo al impacto o dificultades motrices, garantizando su participación segura.

Elaboración propia

### 13.1.6. Descripción de las actividades:

**Tabla 20. Sesiones de la SdA 7.**

#### Sesión nº 1

##### Descripción de la sesión:

Sesión introductoria y de evaluación inicial. Se presenta la narrativa de Superman, y los alumnos reciben una carta de bienvenida en la que hay una introducción sobre la situación de aprendizaje y se da importancia al juego limpio. En esta sesión se forman los equipos mixtos y heterogéneos que se mantendrán durante toda la misión. Motrizmente, se prioriza el contacto libre con el balón y la conducción, evaluando el nivel de partida del grupo y estableciendo normas estrictas de respeto. El alumno con TDAH asume su primer rol como "Capitán de Seguridad" (encargado del material).

##### Temporalización de las actividades

- Calentamiento (10 min): Asamblea inicial de presentación de la misión. Los alumnos harán un calentamiento de movilidad articular en dos filas y luego realizarán un juego motor de activación llamado "Los meteoritos de Krypton": Consiste en un pilla-pilla donde todos se moverán por el espacio conduciendo con el pie un balón. Las personas que ligan también tienen un balón y tienen que tratar de tirar el balón a los compañeros. Quien pierda el control del balón se congela hasta que un compañero le choca la mano.
- Parte Principal (25 min): Minijuegos de control del balón en equipos mixtos y espacios reducidos, como el "Relevo a Superman", en el que los alumnos se van a dividir en tres equipos heterogéneos para competir por ver qué equipo hace más rápido un circuito de conducción de balón, mediante una carrera de relevos formada por varios conos/setas.
- Vuelta a la Calma (10 min): Los alumnos van a recoger el material y se van a reunir en el centro del campo para realizar una reflexión sobre cómo se han sentido trabajando en equipos mixtos.

#### Sesión nº 2

##### Descripción de la sesión:

Esta sesión está diseñada para trabajar los conceptos técnicos del pase y los conceptos tácticos del desmarque y la creación de líneas de pase. El alumnado debe usar la "visión de rayos X" de Superman para escanear el terreno y encontrar al compañero o compañera libre de ningún defensor antes de realizar un pase. Se incluyen balones de gomaespuma en uno de los campos para alumnos con menor destreza o miedo al impacto.

##### Temporalización de las actividades

- Calentamiento (10 min): Activación autónoma liderada por los alumnos, como han aprendido en la SdA 2 "Cuidando nuestra máquina". Tras ello van a realizar el juego de "El Super Rondo": Los alumnos harán grupos de 6-7 personas, y tendrán que darse pases entre ellos sin que la persona del medio intercepte el balón.
- Parte Principal (25 min): Los alumnos se van a organizar en 4 equipos, dos en una mitad del campo y dos en la otra. Van a jugar al juego de "Los 10 pases de la justicia", el cual tiene como objetivo dar 10 pases seguidos sin que el equipo rival intercepte el balón para sumar un punto.
- Vuelta a la Calma (10 min): Estiramientos guiados por parejas. Puesta en común con preguntas como "¿Es mejor pasar rápido o conducir mucho el balón?"

### Sesión nº 3

#### Descripción de la sesión:

Sesión enfocada en la táctica defensiva y en la resolución de conflictos. Se enseña a defender, interceptar y presionar sin el uso de contacto físico brusco. Es una sesión donde suelen surgir roces, por lo que se entrena la pausa del juego y la comunicación asertiva para resolver las disputas de forma autónoma.

#### Temporalización de las actividades

- Calentamiento (10 min): Movilidad articular y juego de "Quitarle la capa al villano", en el que hay que arrebatar petos colgados de la cintura al resto de compañeros mientras se conduce el balón. Con este juego se fomenta la visión periférica.
- Parte Principal (25 min): Juego de "¡Defender la línea!". Un equipo intenta cruzar una línea delimitada por conos mientras el otro defiende interceptando los pases.
- Vuelta a la Calma (10 min): Dinámica de "La gomaespuma de la Justicia". Sentados en círculo, se pasan un balón de gomaespuma diciendo algo positivo que haya hecho un compañero del sexo opuesto durante la clase.

### Sesión nº 4

#### Descripción de la sesión:

Sesión de consolidación donde se integra el concepto técnico del tiro mediante el ataque y la defensa utilizando porterías de fútbol sala. Se aplican normas modificadas para asegurar la coeducación y la interdependencia positiva: los goles conseguidos por pases cooperativos o que involucren a ambos géneros valen doble.

#### Temporalización de las actividades

- Calentamiento (10 min): Calentamiento específico de golpes y tiros a puerta sin defensores, adaptando distancias según el nivel motriz del alumnado.
- Parte Principal (25 min): Triangulares de mini-partidos cortos en canchas divididas a lo ancho del pabellón. Cada 5 minutos los equipos se cambian de campo.
- Vuelta a la Calma (10 min): Recogida de material, control de pulsaciones y relajación, hablando de los resultados de los partidos y de las jugadas más destacables.

### Sesión nº 5

#### Descripción de la sesión:

Sesión final de la SdA destinada a la evaluación sumativa/formativa. Se organiza un torneo autogestionado. El docente se retira a un rol de observador periférico para rellenar las rúbricas de evaluación. Los alumnos asumen el arbitraje, el registro de marcadores digitales y la mediación. Se introducen los marcadores electrónicos operados por los alumnos que no se encuentren disputando el partido. Para ganar el torneo, el equipo debe sumar tanto puntos de gol como "puntos de nobleza/compañerismo". Al finalizar, los alumnos que hayan cumplido los criterios obtienen su recompensa, recibiendo una carta de Superman.

#### Temporalización de las actividades

- Calentamiento (10 min): Los propios capitanes organizan el calentamiento de su equipo.
- Parte Principal (25 min): Desarrollo de los partidos del torneo. Simultáneamente, los alumnos que están en descanso contestan a 3 preguntas rápidas de reglamento y táctica utilizando la herramienta "Plickers".
- Vuelta a la Calma (10 min): Gran reunión final, para realizar una autoevaluación y la entrega de la Carta de Superman a los alumnos que han superado la misión.

Elaboración propia

### 13.1.7. Evaluación:

- El peso que tendrán las competencias clave sobre la Situación de Aprendizaje, y el porcentaje de esta sobre el trimestre se puede observar en la siguiente tabla:

**Tabla 21. Porcentajes de evaluación de la SdA 7.**

Situación de Aprendizaje	Competencias clave y porcentaje	Criterios de evaluación y porcentaje	Porcentaje sobre el trimestre
SdA 7 "Justicia por el balón"	STEM – 20%	2.1. – 20%	20%
	CPSAA – 45%	2.2. – 30%	
	CC – 35%	3.2. – 50%	

Elaboración propia

- Bajo la narrativa de Superman, el objetivo evaluativo es comprobar si el alumnado ha adquirido la competencia para jugar de forma inteligente (táctica), noble (juego limpio) y equitativa (coeducación).

La superación de esta unidad supondrá la entrega oficial de la "Carta de Superman" ([ANEXO IV](#)), requisito indispensable para avanzar hacia la misión final del curso. Los sistemas con los que se van a evaluar las sesiones son:

**Tabla 22. Sistemas de evaluación para las sesiones.**

<b>Evaluación continua → Sesiones 1 - 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Registro anecdótico (iDoceo): Anotaciones diarias del docente sobre las conductas de respeto, esfuerzo y gestión de la frustración en los equipos mixtos.</li> <li>- Observación sistemática: Para valorar la progresión en el desmarque y la visión de juego.</li> </ul>
<b>Evaluación sumativa y formativa → 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rúbrica: Utilizada por el docente durante el torneo final. Evaluará la táctica y la actitud en cuatro niveles: Novel, Aprendiz, Héroe, Leyenda. Esta rúbrica se puede observar en el <a href="#">ANEXO IV</a>.</li> <li>- Plickers: Durante los descansos del torneo, el alumnado responderá a 3 preguntas rápidas sobre el reglamento y la táctica de situaciones de juego.</li> <li>- Diana de Autoevaluación: En la asamblea final, el alumnado valorará su propia aportación al clima de convivencia del equipo con una valoración del 1 al 5.</li> </ul>

Elaboración propia

**13.1.8. Atención a las diferencias individuales del alumnado:**

Para atender a la diversidad de los alumnos, y lograr la inclusión de todos ellos, se tendrá en cuenta los principios del DUA, indicados anteriormente. Para ello, en esta sesión, se tomarán las siguientes medidas:

**Tabla 23. Recursos para atender a las diferencias individuales del alumnado.**

<b>Alumno con TDAH</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rutinas estructuradas: Uso de reuniones al inicio (para centrar la atención) y al final (vuelta a la calma).</li> <li>- Instrucciones directas: Explicaciones cortas, apoyadas en recursos visuales y en demostraciones motrices.</li> <li>- Roles de responsabilidad motriz: Se le asignarán roles como "Capitán de Material" o demostrador oficial de los ejercicios.</li> <li>- Gestión de la frustración: No se le penalizará por pérdidas de atención involuntarias. Se evaluará su esfuerzo por aplicar técnicas de autorregulación, como alejarse de la jugada o respirar para relajarse antes de reaccionar impulsivamente ante un conflicto.</li> </ul>
<b>Alumna con asma bronquial</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento preventivo: Es necesario hacer calentamientos muy progresivos en todas las sesiones para evitar el asma inducido por el ejercicio (AIE).</li> <li>- Accesibilidad médica: Tendrá su inhalador siempre accesible cerca de la pista.</li> <li>- Autogestión de la fatiga: La alumna tiene total libertad para detener su actividad cuando note el inicio de la fatiga, sin necesidad de pedir permiso ni tener una penalización en su nota.</li> <li>- Roles alternativos: Durante sus descansos, no quedará inactiva o apartada; asumirá roles de observación táctica, arbitraje o gestión de marcadores electrónicos hasta que se recupere y vuelva a participar en la actividad.</li> </ul>

Elaboración propia

## 13.2. Actividades elaboradas:

### ANEXO I. Tabla 24. Relación entre competencias específicas de Educación física, descriptores de las competencias clave del perfil de salida y situaciones de aprendizaje.

Competencia específica 1	Competencias clave	Descriptores operativos	Situaciones de Aprendizaje (SdA)
Adoptar un estilo de vida activo y adecuado practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.	STEM	STEM2, STEM5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SdA 2: Cuidando nuestra máquina.</li> <li>- SdA 11: La fuerza de la velocidad.</li> <li>- SdA 15: Misión final.</li> </ul>
	CPSAA	CPSAA2	
	CE	CE3	

Competencia específica 2	Competencias clave	Descriptores operativos	Situaciones de Aprendizaje (SdA)
Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	CP	CP2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SdA 3: Colgando del aro.</li> <li>- SdA 5: ¡A proteger el área!</li> <li>- SdA 6: Precisión milimétrica.</li> <li>- SdA 9: Multiverso a través de la red.</li> <li>- SdA 12: Golpes de precisión.</li> <li>- SdA 14: El stick de Thor.</li> </ul>
	STEM	STEM1	
	CPSAA	CPSAA4, CPSAA5	

	CE	CE1, CE3	
--	----	----------	--

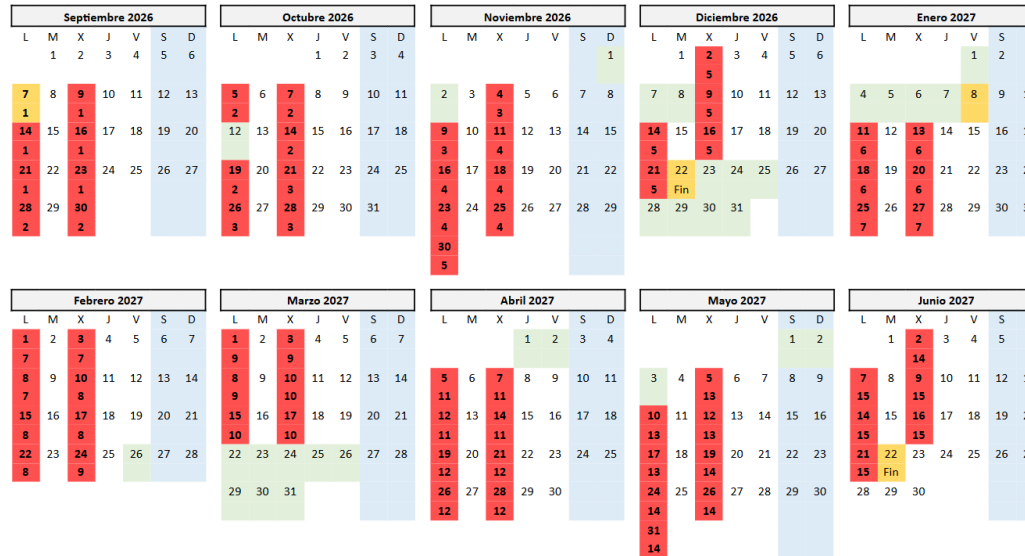
Competencia específica 3	Competencias clave	Descriptorios operativos	Situaciones de Aprendizaje (SdA)
Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia.	CP	CP1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SdA 1: Uniendo nuestras fuerzas en la pista.</li> <li>- SdA 4: Deporte sin barreras.</li> <li>- SdA 7: Justicia por el balón.</li> <li>- SdA 8: Desafiando la gravedad.</li> <li>- SdA 15: Misión final.</li> </ul>
	CCL	CCL1, CCL5	
	CPSAA	CPSAA1, CPSAA3	
	CC	CC2, CC3	

Competencia específica 4	Competencias clave	Descriptorios operativos	Situaciones de Aprendizaje (SdA)
Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	CD	CD3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SdA 4: Deporte sin barreras.</li> <li>- SdA 10: Bailando por la galaxia.</li> <li>- SdA 15: Misión final.</li> </ul>
	CC	CC3	
	CCEC	CCEC1, CCEC2, CCEC3, CC4	

Competencia específica 5	Competencias clave	Descriptorios operativos	Situaciones de Aprendizaje (SdA)
Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	STEM	STEM 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SdA 13: Rugby pacífico.</li> <li>- SdA 15: Misión final.</li> </ul>
	CD	CD1	
	CC	CC2, CC4	
	CE	CE1, CE3	

Elaboración Propia

## ANEXO II. Calendario escolar 2026-2027 aplicado a la programación.



■ Sesiones de educación física – Situación de Aprendizaje a la que corresponde      ■ Inicio y fin de cada trimestre

■ Fin de semana o festivo

Elaboración propia

**ANEXO III. Tabla 25. Uso de las TIC de los alumnos en las SdA.**

	SdA1	SdA2	SdA3	SdA4	SdA5	SdA6	SdA7	SdA8	SdA9	SdA10	SdA11	SdA12	SdA13	SdA14	SdA15
TIC		x	x		x		x	x		x				x	x

Elaboración Propia

**ANEXO IV. Materiales gráficos para las Situaciones de Aprendizaje:**
**Tabla 27. Rúbrica para la SdA 7.**

Competencia que se evalúa	Villano (0 – 4)	Novel (5)	Recluta (6)	Experto (7 - 8)	Maestro (9 – 10)
<b>Actitudinal y social</b>	Agresividad verbal o física, burlas, comentarios sexistas explícitos, trampas o exclusión de compañeros menos hábiles.	No asume las normas si le perjudican. Se frustra, protesta o coopera muy poco con los compañeros del sexo opuesto.	Respeto las normas y a sus compañeros. Juega en equipos mixtos sin generar conflictos, con poca interacción social.	Promueve la coeducación pasando el balón a niños y niñas por igual. Acepta el resultado con nobleza y respeta a los rivales.	Detiene cualquier comentario sexista, hace de mediador en los conflictos de forma pacífica y autónoma, y siempre anima a sus compañeros.
<b>Táctica</b>	No participa en el juego, se queda quieto o entorpece las jugadas de su propio equipo.	Corre detrás del balón sin ningún argumento. No crea líneas de pase, pero muestra intención motriz.	Intenta desmarcarse, aunque le cuesta entender el juego. Pasa el balón, tomando decisiones precipitadas.	Levanta la cabeza para buscar espacios libres, y elegir la opción de pase más inteligente la mayoría de las veces.	Entiende el juego de forma excelente. Se anticipa a la jugada, organiza tácticamente a su equipo y busca potenciar siempre a sus compañeros.

<b>Autogestión y roles</b>	Abandona su rol o lo utiliza para hacer trampas. Pone en riesgo el material tecnológico del centro.	Asume su rol, pero no presta atención. Necesita que el profesor le corrija constantemente.	Utiliza el marcador electrónico bien, pero requiere ayuda puntual del docente para sumar puntos.	Ejerce su rol de árbitro, controlando los tiempos y aplicando las reglas consensuadas.	Arbitra con seguridad, explica sus decisiones y ayuda a los compañeros que tienen dificultades.
----------------------------	---	--	--	--	---

**Buzón de la Academia:**

**BUZÓN DE LA ACADEMIA**



Estrellas (1 - 4) ★

- ¿Cuando el profesor explica la misión del día, ¿lo entiendes todo a la primera?
- ¿Cuando un ejercicio o juego te resulta muy difícil, ¿sientes que el profesor te ayuda a conseguirlo?
- ¿Te han parecido divertidos los juegos, deportes y retos de este trimestre?
- ¿Te gusta usar las cartas, los poderes y la historia de los Superhéroes en clase?
- ¿Crees que en los equipos todos (niños y niñas) participáis por igual y os pasáis el balón?
- ¿Cuando hay un problema o una trampa en el juego, ¿sientes que el profesor es justo resolviéndolo?
- Si tuvieras el poder de cambiar una sola regla o juego de la clase, ¿cuál sería?
- ¿Cuál ha sido tu momento favorito o tu misión preferida de este trimestre?

**Carta de Misión Completada:**

**¡ENHORABUENA POR HABER COMPLETADO LA MISIÓN!**



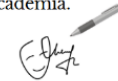
Superman te felicita por haber superado la misión 7

**Carta de Reclutamiento**

**CARTA DE RECLUTAMIENTO**

¡Alerta, futuro héroe! Mis radares han detectado un potencial extraordinario en ti y el mundo necesita tus habilidades. La «Academia de Superhéroes» abre oficialmente sus puertas: te esperan misiones épicas, retos de equipo y cartas de nivel que solo desbloquearás con esfuerzo y juego limpio. El planeta corre peligro y nuestra victoria depende de que entrenes tu cuerpo y tu mente junto a tus compañeros. ¿Aceptas la misión de unirte a nuestro equipo y convertirte en leyenda?

Firma: El Director de la Academia.



**Diploma de Héroe Graduado**



Diego Alonso Lorente



**HÉROE GRADUADO**

Curso: 5ºA



**ANEXO V: Tabla 26. Metodologías usadas en cada Situación de Aprendizaje:**

	SdA 1	SdA 2	SdA 3	SdA 4	SdA 5	SdA 6	SdA 7	SdA 8	SdA 9	SdA 10	SdA 11	SdA 12	SdA 13	SdA 14	SdA 15
<b>Gamificación</b>	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
<b>Modelo comprensivo</b>			x		x	x	x		x		x		x	x	
<b>Aprendizaje Cooperativo</b>	x							x		x					
<b>RP y DG</b>		x	x		x	x	x	x	x			x	x	x	
<b>Asignación de roles</b>			x		x		x	x	x	x		x	x	x	x

**ANEXO VI: Tabla 27. Porcentajes de calificación de cada SdA:**

Trimestre	SdA	Competencia clave	Criterio de evaluación	Porcentaje de la SdA
Primer trimestre	1	CCL	20%	20%
		CP	15%	
		CPSAA	40%	
		CC	25%	
	2	STEM	35%	20%
		CPSAA	40%	
		CE	25%	
	3	CP	15%	20%
		STEM	25%	
		CPSAA	35%	
		CE	25%	
	4	CPSAA	55%	20%
CC		45%		
5	STEM	35%	20%	
	CPSAA	40%		
	CC	25%		
Segundo trimestre	6	STEM	40%	20%
		CPSAA	60%	
	7	STEM	20%	20%
		CPSAA	45%	
		CC	35%	
	8	STEM	10%	20%
		CPSAA	40%	
		CC	30%	
		CCEC	20%	
	9	STEM	10%	20%
		CPSAA	60%	
		CC	30%	
10	CPSAA	35%	20%	
	CC	20%		
	CCEC	45%		
Tercer trimestre	11	STEM	50%	20%
		CPSAA	35%	
		CE	15%	
	12	STEM	25%	20%
		CPSAA	40%	
		CC	35%	
	13	STEM	15%	20%
		CPSAA	40%	
		CC	25%	
		CE	20%	
	14	STEM	20%	20%
		CPSAA	50%	
CC		30%		
15	STEM	15%	20%	
	CPSAA	35%		
	CC	30%		
	CE	20%		

Elaboración propia

## ANEXO VII: Tabla 28. Porcentajes de Criterios de Evaluación y herramientas utilizadas:

SdA	Criterio de evaluación	Porcentaje	Instrumento de evaluación
1. Uniendo nuestras fuerzas en la pista	3.1	60%	Registro anecdótico en iDoceo
	3.2	40%	Diana de autoevaluación
2. Cuidando nuestra máquina	1.1	50%	Diario de entrenamiento del alumno
	1.2	30%	Cuestionario en Plickers
	1.3	20%	Observación directa
3. Colgando del aro	2.1	50%	Rúbrica de observación docente
	2.2	30%	Rúbrica de habilidad técnica
	2.3	20%	Registro anecdótico en iDoceo
4. Deporte sin barreras	2.1	40%	Rúbrica de observación docente
	2.2	30%	Rúbrica de observación docente
	2.3	30%	Registro anecdótico en iDoceo
5. ¡A proteger el área!	2.1	60%	Rúbrica de observación docente
	2.2	20%	Rúbrica de habilidad técnica
	3.1	20%	Escala de coevaluación entre iguales
6. Precisión milimétrica	2.1	30%	Rúbrica de observación docente
	2.2	50%	Rúbrica de habilidad técnica
	2.3	20%	Registro anecdótico en iDoceo
7. Justicia por el balón	2.1	20%	Rúbrica "Escala Héroe"
	2.2	30%	Cuestionario en Plickers
	3.2	50%	Diana de autoevaluación.
8. Desafiando la gravedad	2.1	40%	Rúbrica de valoración motriz
	3.1	30%	Registro anecdótico en iDoceo
	3.2	30%	Escala de coevaluación grupal
9. Multiverso a través de la red	2.2	50%	Rúbrica de habilidad técnica
	2.3	25%	Rúbrica de observación docente
	3.2	25%	Diana de autoevaluación
10. Bailando por la galaxia	3.2	50%	Rúbrica grupal de desempeño
	4.1	30%	Cuaderno de equipo
	4.2	20%	Observación directa
11. La fuerza de la velocidad	1.2	30%	Cuestionario en Plickers
	2.2	50%	Rúbrica de observación docente
	3.1	20%	Registro anecdótico en iDoceo
12. Golpes estratégicos	2.1	35%	Rúbrica de táctica de juego
	2.2	35%	Rúbrica de habilidad técnica
	3.1	30%	Diana de autoevaluación
13. Tira de las raíces	2.1	30%	Rúbrica de habilidad técnica
	2.2	50%	Rúbrica de observación docente
	5.1	20%	Registro anecdótico en iDoceo
14. El stick de Thor	2.1	45%	Rúbrica de observación docente
	2.2	25%	Rúbrica de habilidad técnica
	3.1	30%	Escala de coevaluación
15. Misión final	1.1	25%	Diario de equipo (Portafolio)
	2.1	25%	Rúbrica global del torneo
	3.1	25%	Registro anecdótico en iDoceo
	3.2	25%	Escala de coevaluación entre iguales

Elaboración propia