



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

TRABAJO FIN DE GRADO

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

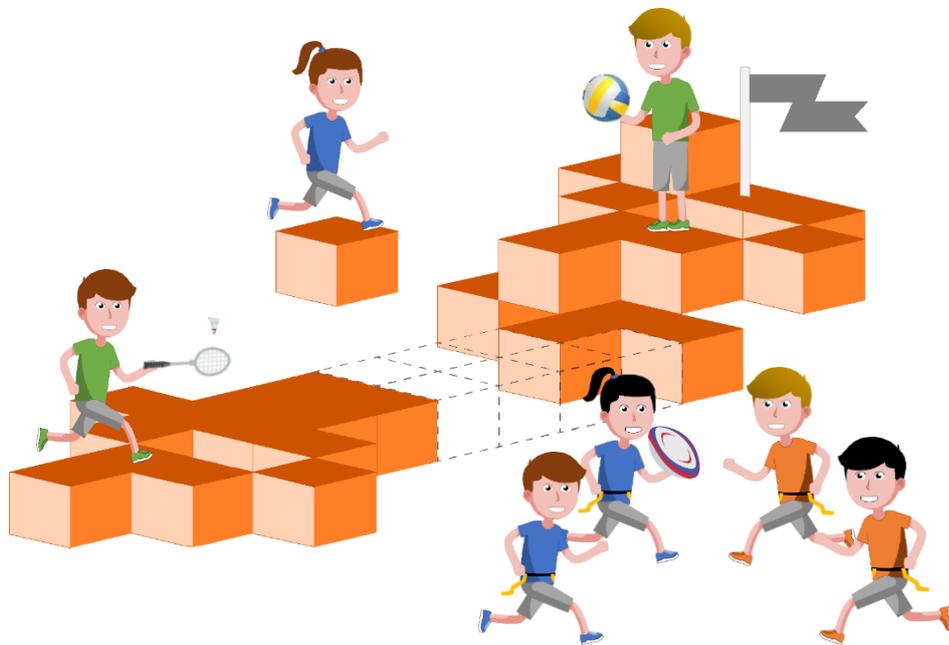
**DOBLE GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y EL DEPORTE Y EDUCACIÓN
PRIMARIA CON MENCIÓN EN LENGUA
EXTRANJERA: INGLÉS**

Alumno: Luis Simón Chico
Directora: Evelia Franco Álvarez
Curso: 2020-2021
24/04/2021

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA SEXTO DE PRIMARIA SIGUIENDO EL ABRe

TRABAJO DE FIN DE GRADO



Alumno: Luis Simón Chico
Directora: Evelia Franco Álvarez
Curso: 2020-2021
24/04/2021

ÍNDICE:

1. PRESENTACIÓN GENERAL DEL TRABAJO:	6
2. RESUMEN / ABSTRACT Y PALABRAS CLAVE / KEYWORDS:.....	9
3. PROGRAMACIÓN GENERAL ANUAL:.....	11
1. Introducción.....	11
1.1. Justificación teórica.....	11
1.2. Contexto socio-cultural.	13
1.3. Contexto del equipo docente.....	16
1.4. Características psicoevolutivas.	18
2. Objetivos	20
2.1. Objetivos Generales de Etapa.	20
2.2. Objetivos Didácticos del curso.	20
2.3. Objetivos del área en el curso (Primaria).....	20
3. Contenidos	21
3.1. Secuenciación de contenidos del currículo oficial de la Comunidad Autónoma de Madrid.....	21
3.2. Secuenciación en Unidades Didácticas.	21
4. Actividades de enseñanza-aprendizaje.....	24
4.1. Clasificación de actividades atendiendo a diferentes criterios.....	24
4.2. Actividades-tipo.	26
5. Metodología y recursos didácticos	27
5.1. Principios metodológicos.	27
5.2. Papel del alumno y del profesor.	29
5.3. Recursos materiales y humanos.....	29
5.4. Recursos TIC.	30
5.5. Relación con el aprendizaje del inglés.	30

5.6. Organización de espacios y tiempos. Rutinas.	31
5.7. Agrupamientos de los alumnos.....	33
5.8. Relación de la metodología con las competencias clave, los objetivos y los contenidos.....	34
6. Medidas de atención a la diversidad	38
6.1. Medidas generales de atención a todos los alumnos.	39
6.2. Medidas ordinarias: Necesidades de apoyo educativo.	40
6.3. Medidas extraordinarias: Adaptaciones curriculares.	40
7. Actividades complementarias y extraescolares	41
7.1. Actividades fuera del aula.	41
7.2. Plan Lector y relación con el desarrollo de las Unidades Didácticas	42
8. Plan de acción tutorial y colaboración con las familias	44
8.1. Objetivos de la acción tutorial.	44
8.2. Tareas comunes de colaboración familia-escuela.	46
8.3. Entrevistas y tutorías individualizadas.	46
8.4. Reuniones grupales de aula.	47
9. Evaluación del proceso aprendizaje-enseñanza	47
9.1. Criterios de evaluación.....	47
9.2. Estrategias, técnicas e instrumentos de evaluación.	48
9.3. Momentos de evaluación.....	50
4. UNIDADES DIDÁCTICAS:	52
5. CONCLUSIONES:.....	128
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:	130
7. ANEXOS:.....	138

1. PRESENTACIÓN GENERAL DEL TRABAJO:

Mi afición y gusto por la actividad física y el deporte podría a llegar a decir que es algo casi innato. Echo la vista hacia atrás y casi todos los recuerdos que tengo de mi paso por Educación Primaria pertenecen a las horas del recreo en las que jugaba con mis amigos y a las clases de Educación Física en las que todos los alumnos de clase nos podíamos relacionar, aunque nuestro vínculo fuera de la escuela no fuese tan grande. Es más, la mayor parte de las relaciones que mantengo hoy en día del colegio se deben a aquellas vivencias deportivas y físicas que pudimos compartir en esos momentos.

Esta necesidad de activación, movimiento y relación con los demás ha hecho que a lo largo de mi vida haya practicado diferentes deportes como la natación, el tenis, el bádminton, el pádel y el voleibol. Y de todos ellos me llevo grandes aprendizajes deportivos, pero también buenas amistades y diferentes valores y habilidades para la vida que otros ámbitos o formaciones no pueden ofrecer.

Pero mi atracción por el deporte no se quedó únicamente en lo personal e individual. Poco a poco me fui dando cuenta de que no solo me gustaba practicarlo, sino también enseñárselo a aquellos que me rodeaban: amigos, familiares... Me gusta ver cómo los demás también disfrutan del ejercicio y del deporte.

Por todo esto en 2016 decidí comenzar el Doble Grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Educación Primaria con Mención en inglés en la Universidad Pontificia Comillas.

En estos cinco años de carrera he descubierto la importancia de conocer las etapas del desarrollo psicoevolutivo de los alumnos desde los tres hasta los doce años. He aprendido a manejarme con la legislación nacional y autonómica que rige el sistema educativo actual para así poder cumplir con éxito todos los requisitos que se plantean. He podido ver nuevas metodologías y estilos de enseñanza que facilitan el aprendizaje de los alumnos. Y he aprendido a crear y desarrollar diferentes materiales y recursos para así poder ofrecer las mismas oportunidades de éxito a todos los alumnos atendiendo a la diversidad del aula.

Además, gracias a las asignaturas de Prácticas I, II, III y IV he podido plasmar y probar en el aula todos aquellos conocimientos que de forma más teórica hemos visto a lo largo de estos años en la universidad. En estos periodos de prácticas he tenido la suerte de poder disfrutar de dar clase a todos los niveles de Educación Primaria tanto de profesor generalista como de especialista en Educación Física en diferentes colegios de carácter público y privado-concertado.

Aprovechando asignaturas como la de Didáctica de la Actividad Física y el Deporte, Diseño curricular en la enseñanza de la Actividad Física y el Deporte, Innovación Educativa y todas aquellas relacionadas con los fundamentos y las didácticas de los deportes, he decidido centrar mi programación didáctica en la asignatura de Educación Física. Creo que este área une muy bien mis dos facetas profesionales: el deporte y la enseñanza. Pero más en concreto, he decidido utilizar la metodología del Aprendizaje Basado en Retos (ABRe) como metodología principal que dará estabilidad y coherencia a esta propuesta porque considero que tiene muchos beneficios. Esta metodología basada en el reto tiene el potencial de fomentar el aprendizaje personalizado (atención a la diversidad del aula), a la vez que mejora la motivación, la autoestima, la autonomía y la creatividad de los alumnos. Además, es una de las mejores metodologías para poder trabajar la aceptación del error y el pensamiento crítico, pues cada uno va avanzando y enfrentándose a los retos que su nivel y habilidades motrices y cognitivas le permiten. Y al igual que otras metodologías, mejora las competencias sociales, lingüísticas y la competencia de aprender a aprender.

Todos estos conocimientos y aprendizajes comentados hasta el momento se ven plasmados en mayor o menor medida a lo largo de todo este Trabajo de Fin de Grado. Además, me parece una propuesta innovadora que podría traer muchos beneficios personales y sociales, pues se centra en el alumno como individuo trayendo consigo un aprendizaje significativo que le permitirá recordar las clases de Educación Física como yo recuerdo las mías, divertidas y enriquecedoras.

Por último, desde el punto de vista profesional, quiero señalar que la creación de esta programación didáctica me ha servido para poder unir en un mismo trabajo todos aquellos conocimientos que hemos podido trabajar a lo largo de la carrera. Además, la asignatura en la que se va a centrar este trabajo es una de las áreas que menos se suele

trabajar en los Grados de Educación Primaria ya que va vinculada a la mención de Actividad Física y el Deporte. Y en concreto, creo que la metodología escogida como eje vertebrador (ABRe) tiene un gran potencial didáctico.

Y desde el punto de vista personal, la creación de este trabajo me ha aportado cualidades como la organización y la perseverancia, pues se trata de un trabajo extenso que requiere de planificación y dedicación no únicamente dentro del propio trabajo, sino para con las demás asignaturas y actividades personales del día a día. Además, me ha ayudado a mejorar la autonomía ya que a diferencia de la mayor parte de ejercicios, actividades y trabajos que realizamos en la universidad, este trabajo se realiza individualmente y no por grupos o parejas. A pesar de ello, ha sido imprescindible el diálogo, la comunicación y la coordinación con mi directora del Trabajo de Fin de Grado a través de reuniones online o de forma presencial y los correos vía mail.

2. RESUMEN / ABSTRACT Y PALABRAS CLAVE / KEYWORDS:

Resumen:

El presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) es una puesta en práctica de todos los conocimientos y valores aprendidos durante estos cinco años de formación. En concreto se trata de una Programación General Anual con sus respectivas unidades didácticas para un grupo de sexto de Educación Primaria para el área de Educación Física.

La propuesta de las diferentes unidades didácticas tiene por objetivo principal conseguir el desarrollo integral del alumno a través del movimiento, la práctica deportiva y las relaciones sociales. No se busca la especialización temprana en ningún deporte, sino la adherencia a la práctica deportiva como modo de vida saludable.

Aunque se trata de una programación que utiliza diferentes metodologías y estilos de enseñanza, se caracteriza por seguir la metodología del Aprendizaje Basado en Retos (ABRe) como eje vertebrador que da sentido a la propuesta. Esta metodología tiene un fuerte carácter inclusivo que ayuda a conseguir los objetivos del curso gracias a que considera en todo momento el nivel de desarrollo cognitivo y motriz de todos los alumnos. A través de una serie de retos secuenciados de menor a mayor complejidad, los discentes pueden progresar y evolucionar en la adquisición de las diferentes capacidades y habilidades generales y específicas propias de la edad.

El trabajo del alumno en el marco de esta metodología contribuye al desarrollo de la autonomía, la confianza, la autoestima, la creatividad y la tolerancia al error del alumno. Y, aunque requiere de mucha planificación, aporta una mayor libertad al profesor para poder dar *feedback*, ayudar y evaluar a sus alumnos (proceso complejo en la asignatura de Educación Física).

Por último, desatacar que este trabajo ha sido diseñado para un contexto y un colegio específico, pero su realización y puesta en práctica puede desarrollarse en cualquier otro centro con las adaptaciones pertinentes.

Palabras Clave:

Aprendizaje Basado en Retos, Educación Física y Programación General Anual.

Abstract:

This Final Degree Project (FDP) is an application of all the knowledge and values learnt during these five years of training. Specifically, it is an Annual General Programming with its respective didactic units for a group of pupils in the sixth year Primary School in Physical Education.

The main objective of the different didactic units is to achieve the pupil's integral development through movement, sports practice and social relations. It does not seek for an early specialization in any sport, but rather adherence to sport as a healthy way of life.

Although it is a program that uses different methodologies and teaching styles, it is characterized by following the Challenge-Based Learning (CBL) methodology as the core that gives meaning to the proposal. This methodology has a strong inclusive character that helps to achieve the objectives of the course thanks to the fact that it always considers the level of cognitive and motor development of all students. Through a series of challenges sequenced from less to more complex, students can progress and evolve in the acquisition of the different general and age-specific abilities and skills.

The pupils work within the framework of this methodology contributes to the development of pupils' autonomy, confidence, self-esteem, creativity and tolerance of error. Although it requires a lot of planning, it gives teachers greater freedom to give feedback, help and evaluate their pupils (a complex process in the subject of Physical Education).

Finally, it should be noted that this work has been designed for a specific context and school, but its execution and application can be carried out in any other school with the appropriate adaptations.

Keywords:

Challenge-Based Learning, Physical Education and Annual General Programming.

3. PROGRAMACIÓN GENERAL ANUAL:

1. Introducción

1.1. Justificación teórica.

Dentro de la etapa de Educación Primaria, la Educación Física se plantea varios objetivos. Principalmente busca el desarrollo de las capacidades motrices de los alumnos y la adherencia a la práctica de actividades deportivas, físicas y artísticas. Pero, además, también contribuye a la adquisición de hábitos del cuidado de la salud y de seguridad (Decreto 89/2014, de 24 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de la Educación Primaria).

Por ello, en la programación didáctica desarrollada se trabajará desde la diversidad de ejercicios, juegos, predeportes y deportes. Gracias a esta evolución de actividades más espontáneas a más regladas, los alumnos podrán descubrir la gran variedad de recursos y oportunidades que la actividad física y el deporte les brinda.

Además, como se indica en el DECRETO 89/2014, muchos de los elementos que se tienen que trabajar en esta etapa escolar tienen un carácter transversal. Por consiguiente, desde la Educación Física también se trabajarán las competencias clave, el hábito lector (a través del Plan Lector del Centro), la educación en valores (la tolerancia, la igualdad, la convivencia, el autocontrol, la empatía, la resolución de conflictos...), los hábitos saludables (actividad física y dieta equilibrada) y los conocimientos relacionados con la educación vial y los primeros auxilios.

Todos estos contenidos transversales junto con los específicos del área de la Educación Física se trabajarán utilizando diferentes estilos de enseñanza y metodologías, porque en la variedad está la riqueza. Aunque como indica el título del trabajo, la metodología del ABRe será la metodología principal que dará coherencia a esta propuesta.

Esta metodología del ABRe tiene sus orígenes en el Aprendizaje Vivencial, el cual señala que los alumnos aprenden más cuando participan de forma activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje (Observatorio de Innovación Educativa del Tecnológico de Monterrey, 2016). Busca un enfoque holístico del aprendizaje que relacione las habilidades físicas y cognitivas con las experiencias de los alumnos (Akella, 2010).

El ABRe utiliza el reto como elemento principal de aprendizaje. Un reto que tiene una intención claramente motivadora que incita a la persona a querer actuar, medirse y ver qué es capaz de hacer. Por tanto, se debe plantear desde una experiencia cercana al alumno para así estimular su curiosidad y conectar con los problemas que se van a trabajar posteriormente (Bustos Jiménez et al., 2019). Se trata de una metodología relacionada con las teorías del aprendizaje basado en la experiencia de psicólogos y filósofos como Piaget, John Dewey o Carl Rogers.

Esta idea de acercar los contenidos a las experiencias e intereses de los niños sigue a su vez los principios de la teoría del aprendizaje significativo de Ausubel et al. (1983). Teoría que indica que para que un aprendizaje sea significativo (de valor, de calidad y duradero), los contenidos aprendidos no deben aprenderse de forma arbitraria, mecánica, sino a través de conexiones con conceptos relevantes ya existentes en la estructura cognitiva.

Según lo propuesto por Nichols, Cator & Torres (2016), la metodología ABRe divide el aprendizaje en tres fases estrechamente relacionadas: involucrar, investigar y actuar. Y dentro de cada una de ellas se prepara a los estudiantes para pasar a la siguiente etapa. En la primera fase (involucrar), se lanza a los alumnos el problema o la pregunta. Posteriormente, en la fase de investigación, de forma individual o colectiva, se les invita a pensar y reflexionar sobre las posibles soluciones que más adelante deberán aplicar para solucionar dicho problema (fase de propuesta de actividades y retos). Y, por último, en la fase de actuación, los alumnos con ayuda del profesor como guía realizan una puesta en común sobre lo aprendido.

Dentro de la fase de investigación, los retos se organizarán de menor a mayor dificultad tanto dentro de las propias sesiones (corto plazo) como de la propia unidad didáctica (medio o largo plazo). Quedando ordenados los retos de la siguiente manera: nano retos, mini retos, retos estándar, retos culmen y reto estratégico. Sin embargo, los dos últimos tipos de retos están pensados para conseguirse como objetivo final de la unidad, es decir, más a largo plazo por su dificultad.

Sin embargo, a pesar de que se ha demostrado que el aprendizaje basado en retos y problemas da respuesta a los intereses, motivaciones y competencias de los

estudiantes, se trata de un enfoque pedagógico poco explotado. Se ha incorporado en áreas como la ciencia y la ingeniería porque la demanda actual sugiere que el aprendizaje debe involucrar activamente al estudiante en el estudio del tema (Jou et al., 2010), pero hay muy poca bibliografía que hable sobre sus beneficios en la Educación Física. La aproximación más parecida que se ha hecho desde el ámbito de la Educación Física es la de actividades y juegos cooperativos de Omeñaca-Cilla & Ruiz-Omeñaca (2005).

1.2. Contexto socio-cultural.

La programación didáctica desarrollada a lo largo de este trabajo se encuentra contextualizada bajo un entorno social, cultural y económico específico. En concreto, su diseño e implantación tiene como destinatario un colegio público de la ciudad de Tres Cantos, municipio localizado al norte de la Comunidad Autónoma de Madrid.

Tres Cantos está situado a veintidós kilómetros de la capital, lo cual la convierte en una ciudad con una localización privilegiada debido a la cercanía y a la gran red de comunicación que mantiene con la capital. Además, se trata de una de las ciudades con mejor calidad de vida de la Comunidad debido al alto valor medioambiental que le rodea. El parque de Viñuelas, por el este, y los Montes del Pardo, por el sur, hacen que la calidad del aire no esté tan contaminada como la de Madrid centro.

A pesar de ser uno de los municipios más jóvenes de la región, con apenas treinta años de recorrido tras su independización de Colmenar Viejo en 1991, se trata de uno de los municipios con mayor renta media anual por habitante a nivel nacional. Más del 60% de su población cuenta con estudios medios o superiores y la media de edad se encuentra entorno a los treinta y nueve años (Instituto Nacional de Estadística, 2019).

La gran variedad de instalaciones deportivas, así como las numerosas zonas verdes, parques y plazas que tiene la ciudad también es uno de los atractivos del municipio.

En cuanto a la comunicación con la capital, la ciudad cuenta con varias líneas de autobús y una estación de tren que conecta directamente con el centro.

En concreto, Tres Cantos cuenta con dos centros privados, dos centros privado-concertados y diez colegios públicos, entre los que se encuentra el CEIP Los Tricantinos. Este colegio pertenece al Programa de Colegios Bilingües de la Comunidad Autónoma de Madrid. Y como colegio bilingüe, el 30% de sus horas lectivas se imparten en inglés en la etapa de Primaria. Específicamente, las asignaturas destinadas a trabajar este idioma son: Inglés, *Natural Sciences*, *Social Sciences* y *Arts*. Sin embargo, la asignatura de Educación Física, en la cual está enfocada esta programación didáctica, no se incluye dentro de este proyecto, por lo que se imparte en castellano.

El colegio cuenta con dos líneas (A y B) con una media de 23 alumnos por clase desde el primer curso de Educación Infantil hasta sexto de Educación Primaria. El colegio acoge alrededor de 500 alumnos, de los cuales el 10% son de origen inmigrante (la mayor parte provenientes de países de Sudamérica).

El nivel socioeconómico de las familias es medio-alto y alto (habiendo algunas excepciones de medio-bajo). La mayor parte poseen estudios medios o superiores y su implicación en el aprendizaje de sus hijos y en la participación de las actividades que organiza el centro es muy alta.

El colegio cuenta con servicios de secretaría, primeros del cole, biblioteca, comedor y enfermería. Además, cuenta con un aula de atención a alumnos con Necesidades Educativas Especiales (N.E.E.), bajo el nombre de "Aula Pradera". En ella, los maestros de Pedagogía Terapéutica trabajan de forma individualizada con aquellos alumnos con Trastorno del Espectro Autista (TEA) y Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

En cuanto a su estructura, el colegio está dividido en dos edificios: uno grande que cuenta con una planta baja y dos pisos donde se encuentran las aulas de Primaria y los servicios de secretaría, enfermería y comedor, y un edificio más pequeño de una sola planta donde se encuentran las clases de Educación Infantil.

Así mismo, cuenta con un polideportivo de unos cien metros cuadrados y un gimnasio anexo al mismo de quince metros cuadrados donde se trabaja la motricidad en los cursos inferiores. Además, en el patio hay dos pistas de baloncesto de asfalto y

una pista de fútbol sala con césped artificial. Y también hay un pequeño parque donde los cursos superiores de Infantil van en la hora del recreo.

Toda esta variedad de instalaciones que ofrece el colegio se utilizará en algún momento de la programación de Educación Física.

Por otro lado, se trata de un colegio que cumple las medidas de atención a la diversidad recogidas en el Real Decreto 132/2010, de 12 de febrero, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan las enseñanzas del segundo ciclo de la Educación Infantil, la Educación Primaria y la Educación Secundaria. Cuenta con un ascensor en el edificio principal, varias rampas de acceso a ambos edificios, así como a todas sus instalaciones deportivas, barandillas de ayuda y guías en el suelo y en las escaleras. Actualmente, el colegio cuenta con tres alumnos con TDA escolarizados en los cursos de primero, cuarto y quinto de Primaria y un alumno diagnosticado con TDAH en otro de los grupos de cuarto.

El CEIP Los Tricantinos se caracteriza por ser uno de los pioneros en implantar la Enseñanza Bilingüe en la ciudad y por el uso de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). En la actualidad el centro cuenta con doscientas tabletas digitales con acceso a internet que se van rotando los grupos según sus necesidades. Y todas las aulas cuentan con una pizarra digital además de la tradicional. De igual manera, otro de los pilares del centro es el desarrollo de la competencia emocional en la comunidad educativa. Promueven valores como la solidaridad, el espíritu de superación y esfuerzo, el respeto a las diferencias individuales y culturales, el trabajo en equipo, la sostenibilidad y la conciliación de la vida familiar y laboral. Valores que se vinculan directamente con la asignatura de Educación Física.

Además, se favorece el desarrollo artístico y deportivo de los alumnos, pues el colegio se encuentra inmerso dentro de programas de promoción deportiva como Madrid Comunidad Olímpica y Madrid Bádminton Plus.

En cuanto a los objetivos que se plantean conseguir son: promover el desarrollo integral de los alumnos, desarrollar la inteligencia emocional, fomentar el emprendimiento, dar a los alumnos las habilidades para la vida y educar en respeto e igualdad.

Y el horario general del centro en la etapa de Educación Primaria es el siguiente: de 9:00 a 11:15 clases, de 11:15 a 11:45 hay un pequeño recreo y de 11:45 a 14:00 se continúan las clases.

Por último, hay que destacar que el colegio también cuenta con varias actividades extraescolares entre las que se encuentran: lengua extranjera (chino), club de lectura, ajedrez, bádminton, voleibol y judo.

1.3. Contexto del equipo docente.

El CEIP Los Tricantinos cuenta con un total de 42 profesionales distribuidos en los dos niveles de enseñanza (Educación Infantil y Educación Primaria). Dentro de estos profesionales podemos encontrar al equipo directivo formado por el director y la jefa de estudios, a los profesores y profesores-tutores, a la coordinadora del colegio, a los dos profesores de Pedagogía Terapéutica (PT) de la etapa de Educación Primaria y al Personal de Administración y Servicio (PAS).

Centrándonos en la etapa de Educación Primaria que es sobre la que se va a desarrollar la programación didáctica, podemos contar con doce profesores tutores, dos por cada nivel educativo.

Además, al tratarse de un colegio no muy grande, los profesores no se suelen organizar por departamentos de área, sino por niveles educativos, pues a pesar de la libertad de cátedra, hay un gran sentimiento de equipo y tratan de llevar todos los temas a la vez y de una forma muy parecida. Aunque también se encuentran reglados los departamentos de área los cuales usan más para compartir información, recursos y metodologías entre diferentes niveles.

Y en cuanto a las especialidades de Educación Musical y Educación Física, el colegio cuenta únicamente con un docente para cada una de estas áreas. Cada profesor se encarga de dar las clases a todos los grupos de la etapa. Por lo que el departamento y coordinación de área es para consigo mismos.

La profesora de música es la encargada de impulsar y promover actividades como el coro, el teatro y el aprendizaje de diferentes instrumentos como piano, guitarra

(española, acústica y eléctrica) y clarinete sobre todo en las horas de recreo. Además, es la encargada principal junto con la ayuda de los tutores y el especialista de Educación Física de organizar y dirigir todas las actividades culturales que se realizan en la escuela: Día de la Paz, concierto de Navidad, carnaval y la Semana Cultural en la que todos los alumnos del colegio se organizan para hacer una obra musical representada.

Y el profesor de Educación Física además de ayudar en las jornadas culturales a la profesora de Educación Musical y a los tutores, se encarga de desarrollar unas actividades de deporte inclusivo en los tiempos de recreo para así fomentar la actividad física y combatir el sedentarismo. Además, se encarga de promover programas deportivos para que los alumnos puedan disfrutar de experiencias enriquecedoras y formativas con profesionales del deporte como los de Madrid Comunidad Olímpica o Madrid Bádminton Plus, en el cual los alumnos del centro compiten contra otros colegios no individualmente sino como equipo.

De cara al desarrollo y a la mejora de la implicación de la Comunidad Educativa desde hace unos años se está llevando a cabo un programa que trata e involucrar a todos los agentes que conforman el centro.

En primer lugar, para atender y orientar mejor a los alumnos, a través del Plan de Acción Tutorial (PAT), los tutores con ayuda de la coordinadora del centro organizan unas charlas para trabajar destrezas como los buenos hábitos de estudio y en los cursos superiores tratar temas más relacionados con la orientación educativa.

Por otro lado, además de los Claustros semanales en los que se juntan los tutores y profesores por niveles para organizar la siguiente semana y evaluar la semana transcurrida, el colegio también ofrece charlas formativas y cursos para mejorar la situación escolar (actuación ante una situación de acoso o ciberacoso, igualdad de género, resolución de conflictos, etc.)

Y, también se está ofreciendo formación para trabajar la sensibilización con el PAS (secretaría), el equipo de limpieza y el servicio de comedor, los cuales también pasan muchas horas en el centro con los alumnos.

Asimismo, el colegio destaca por su buena relación con las familias. Estas están muy comprometidas con el aprendizaje de sus hijos y demuestran continuamente su

implicación. Gracias a la Asociación de Madres y Padres de Alumnos (AMPA), un grupo de padres de alumnos de diferentes cursos colaboran en la realización de actividades extraescolares y en desarrollo de algunas actividades complementarias organizadas por el propio equipo docente. Su colaboración es tanto personal como económica, pues en algunos casos financian parte de las actividades o la actividad completa en alumnos con situaciones con dificultades económicas. En adición, el AMPA cuenta con representación dentro del Consejo Escolar. Participan de modo activo en la aprobación del presupuesto del centro y son informados directamente de la Programación General Anual (PGA) y de las actividades que se van a realizar.

1.4. Características psicoevolutivas.

Esta programación didáctica está diseñada para los alumnos de entre once y doce años pertenecientes al sexto curso de Educación Primaria del CEIP Los Tricantinos. Por ello, a la hora de programar las actividades en cada una de las unidades didácticas se han tenido en cuenta las características de los estudiantes en esta etapa. Dichas características de desarrollo psicoevolutivo del niño pueden englobarse en las dimensiones cognitiva (procesos mentales), física (crecimiento y desarrollo físico) y socio-afectiva (interacciones con los demás).

Si nos fijamos en el **desarrollo cognitivo**, los alumnos de entre once y doce años se encuentran en la transición entre la etapa de las operaciones concretas y la de las operaciones formales. Los alumnos de sexto tienen una evolución positiva a lo largo del curso que les permite pasar de la mera realización de operaciones mentales ligadas a la experiencia concreta e inmediata a pensamientos más lógicos y abstractos. Los alumnos desarrollan una capacidad que les permite formular hipótesis que podrán poner a prueba y un pensamiento mucho más complejo que está cerca de la metacognición (Piaget & Inhelder, 2015).

Por otro lado, en relación con el **desarrollo físico**, los niños de entre once y trece años ya han superado la fase de movimientos fundamentales y se encuentran en la fase de movimientos aplicados al deporte, en concreto, se encuentran en el estadio de movimientos específicos (McClelland, 1973). Dentro de estas fases, la persona sufre

momentos de ajuste y especialización. El ser humano progresa de lo global a lo específico y de lo simple a lo complejo. Por ello, todas las actividades y retos propuestos en la programación siguen este esquema.

Los factores que influyen en este desarrollo motor pueden ser físicos como la fuerza, la flexibilidad, la resistencia, la coordinación... o mecánicos (leyes de inercia, gravedad...). Dentro del desarrollo físico, podemos observar que la edad de maduración de las chicas es más precoz que la de los chicos. El desarrollo óseo de las chicas se encuentra al 90% entre los trece y lo quince años mientras que en los hombres se alcanza en torno a los 18 años. Y el desarrollo muscular suele ser similar hasta los quince años, cuando el de las mujeres se paraliza y el de los hombres comienza a tener más protagonismo (Malina et al., 1991; Marshall & Tanner, 1969, 1970). Estas diferencias no son muy significativas en la etapa de Educación Primaria, pero sí se hacen visibles en destrezas como el lanzamiento y la recepción en las que las chicas de entre once y doce años son más hábiles. En cambio, no se puede decir lo mismo sobre equilibrio estático y dinámico, donde chicos y chicas tienen las mismas habilidades (Pérez & Sanz, 2003).

Por último, hay que destacar que, respecto al desarrollo físico, la diversidad en el aula de Primaria puede llegar a ser muy grande. Por esto, recae una responsabilidad importante sobre los educadores y la institución educativa de atender estas necesidades como se atienden los demás tipos de dificultades (Pérez, 2004).

Esta diversidad causada por diferencias en el desarrollo físico por el sexo u otros factores se tratarán de reducir y eliminar gracias a la implementación de la metodología ABRé.

En cuanto al **desarrollo socio-afectivo**, en el último curso escolar de la etapa de Educación Primaria los alumnos evolucionan de un comportamiento individual a uno más grupal, de equipo. Presentan un avance en la capacidad de aceptación de normas y reglas, que les permite abstraerse de las actividades y tomar una conciencia más global de la situación. Comienzan a organizarse y a tomar roles para realizar una táctica colectiva y ganan autonomía. Por ello, el trabajo de estas habilidades en la escuela es primordial ya que además contribuyen a la convivencia y al desarrollo personal (Bravo Antonio & Herrera Torres, 2011). Y gracias a los diferentes retos cooperativos y

colaborativos que se propondrán, se potenciará y acompañará al niño en este desarrollo socio-afectivo.

2. Objetivos

Dentro del Real decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria, aparecen recogidos una serie de objetivos que todos los alumnos deben conseguir antes de finalizar la etapa de Educación Primaria. Estos objetivos se relacionan con las capacidades, habilidades, destrezas y competencias que los alumnos tienen que alcanzar en este periodo.

Dentro de estos objetivos, podemos diferenciar: los objetivos generales de etapa, los objetivos didácticos del curso y los objetivos del área

2.1. Objetivos Generales de Etapa.

Los objetivos generales de etapa que guían esta programación son los establecidos en el DECRETO 89/2014. Estos quedan recogidos en el Anexo 1.

2.2. Objetivos Didácticos del curso.

Teniendo en cuenta los objetivos generales de etapa del punto anterior recogidos en el Anexo 1, quedan señalados en negrita aquellos que se trabajarán desde el área de Educación Física en el sexto curso de Educación Primaria. Estos objetivos didácticos contribuirán al desarrollo integral del alumno aportándole una serie de valores y habilidades que les harán más competentes y mejores ciudadanos.

2.3. Objetivos del área en el curso (Primaria).

Los objetivos del área quedan reflejados en la legislación actual con los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje (E.A.). Pero, teniendo en cuenta que, para la Comunidad de Madrid, los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje no están especificados por cursos sino por etapas (de primero a tercero y

de cuarto a sexto de Primaria), para esta programación didáctica se utilizarán los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje de la Orden ECD ECD/686/2014, de 23 de abril, por la que se establece el currículo de la Educación Primaria para el ámbito de gestión del Ministerio de Educación, Cultura y deporte y se regula su implantación, así como la evaluación y determinados aspectos organizativos de la etapa, donde sí se hace una propuesta de distribución de estos elementos curriculares por curso.

Con el fin de no perder de vista el DECRETO 89/2014, en el Anexo 2 se adjunta una tabla en la que se relacionan los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje de la Orden ECD ECD/686/2014 con los del DECRETO 89/2014, pues en este caso nos encontraríamos bajo el marco legislativo de la Comunidad de Madrid. Y, a pesar de que se van a utilizar los de la ECD ECD/686/2014, en muchas ocasiones el marco legislativo coincide o es muy similar al del DECRETO 89/2014.

3. Contenidos

3.1. Secuenciación de contenidos del currículo oficial de la Comunidad Autónoma de Madrid.

Dentro de los contenidos que se tienen que trabajar en Educación Física en el último curso de la etapa, la Orden ECD/686/2014, de 23 de abril, por la que se establece el currículo de la Educación Primaria para el ámbito de gestión del Ministerio de Educación, Cultura y deporte y se regula su implantación, así como la evaluación y determinados aspectos organizativos de la etapa los agrupa en cuatro grandes bloques. Estos contenidos pueden verse desarrollados en el Anexo 3.

3.2. Secuenciación en Unidades Didácticas.

La organización de la enseñanza de esta programación para el curso de sexto de Primaria está organizada por unidades didácticas, para las cuales se establecerán unos elementos curriculares concretos.

A continuación, se exponen las once unidades didácticas que se trabajarán a lo largo de todo el curso junto con una breve descripción de lo que se verá en las mismas:

Unidad Didáctica 1 - Iniciación al Juego - **“Para ganar destreza hay que usar la cabeza”**

→ esta unidad introductoria tiene el objetivo de romper el hielo y dar a conocer algunos de los juegos de cooperación-oposición que se utilizarán más adelante como ejercicios de calentamiento.

Unidad Didáctica 2 - Expresión Corporal - **“Expresa, que el tiempo cesa”** → en estas

sesiones se trabajará la expresión corporal a través de la representación de objetos, imágenes, situaciones, películas, emociones... Así, los alumnos tomarán un mayor conocimiento de su cuerpo y aprenderán a comunicar mejor los mensajes (utilizando tanto el lenguaje verbal como no verbal).

Unidad Didáctica 3 - Orientación - **“Aprende a orientarte, que del móvil no siempre puedes fiarte”** → en esta tercera unidad se trabajará la orientación espacial tanto en

espacios pequeños como en espacios abiertos (patio del colegio, parques naturales...). Para ello, se enseñará a leer y a utilizar correctamente un plano y un mapa de orientación.

Unidad Didáctica 4 - Rugby-Tag - **“Trabajo en equipo, mejor que solito”** → en esta

unidad se trabajarán los aspectos técnico-tácticos del rugby-tag. Se aprovechará que es un deporte de equipo para empezar a trabajar la cooperación y la colaboración con cierto grado de incertidumbre por causa de la oposición creada por el otro equipo.

Unidad Didáctica 5 - Bádminton - **“Golpea el volante para llegar más adelante”** → a lo

largo de estas sesiones, se trabajarán los aspectos técnico-tácticos del bádminton básicos de individual y de dobles. De forma individual y por parejas, los alumnos irán superando una serie de retos para llegar lo más lejos posible y poder enfrentarse finalmente todos en un campeonato como si de unos Juegos Olímpicos se tratase.

Unidad Didáctica 6 - Voleibol - **“Dedos, antebrazos y remates, en grupo hacemos jaque mate”** → se comenzará el segundo trimestre con mini-voley. Se pasará de actividades

más individuales donde el trabajo de la técnica tendrá más importancia a ejercicios en los que la táctica y el trabajo tomen protagonismo. De esta manera, se podrá finalizar la unidad con partidos de mini-voley modificados. A través de juegos cooperativos Los aspectos técnicos básicos que se trabajarán serán el toque de dedos, toque de antebrazos y el remate.

Unidad Didáctica 7 - Gimnasia y Acrosport - **“Para poder saltar, girar y volar primero hay que asegurar”** → en esta unidad no se trabajarán únicamente contenidos como el salto, el giro (en sus diferentes planos) y la percepción corporal, sino que se verá a su vez cómo realizarlo de forma segura. Se trabajarán elementos como la voltereta hacia delante, hacia atrás y lateral y el pino. Y, por último, se desarrollará alguna sesión enfocada al trabajo en equipo a través del acrosport.

Unidad Didáctica 8 - Condición Física - **“Para mejorar hay que entrenar”** → en esta Unidad Didáctica a diferencia de las demás no se trabajará todo seguido, sino que se repartirán las sesiones a lo largo del segundo y tercer trimestre. En ella se intentará mostrar a los alumnos la importancia de trabajar todas las habilidades (flexibilidad, fuerza, velocidad, resistencia y agilidad) para tener un buen funcionamiento y desarrollo físico. Gracias a esta separación entre sesiones, los alumnos podrán tomar conciencia de la evolución de sus capacidades en los últimos meses del curso. Se trabajarán objetivos a corto, medio y largo plazo. Además, se hará un trabajo interdisciplinar con el área de matemáticas.

Unidad Didáctica 9 - 1^ºs Auxilios - **“¿Cómo actuar para la vida de una persona salvar?”** → esta unidad didáctica corta constará de tres sesiones: en la primera se verá de forma teórica y práctica la reanimación cardio-pulmonar (RCP) y en las dos siguientes sesiones serán los alumnos los que en grupos presentarán a sus compañeros algunas nociones de primeros auxilios (situaciones con las que se pueden encontrar como desmayos, heridas superficiales, picaduras...). Y contarán con las vacaciones de Semana Santa entre medias para poder buscar información y crear las presentaciones con las que se apoyarán el día de las exposiciones.

Unidad Didáctica 10 - Fútbol - **“El gol es el final, pero el trabajo es lo principal”** → continuando con los deportes de equipo, en esta unidad se verán los aspectos técnico-tácticos principales del fútbol. Se trabajará la coordinación del tren inferior ya que el móvil no se lanza, recibe ni golpea con las manos, sino con los pies. Y a su vez, se mejorará la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia en base a las acciones de los compañeros, de los oponentes y del balón.

Unidad Didáctica 11 - de Atletismo - “**Con todas las habilidades desarrolladas, de aquí a las mini olimpiadas**” → para finalizar el curso se realizará un trabajo de iniciación a las diferentes disciplinas del atletismo: resistencia, velocidad, carrera de relevos, salto de vallas, salto horizontal, salto de altura y lanzamiento de jabalina.

4. Actividades de enseñanza-aprendizaje.

4.1. Clasificación de actividades atendiendo a diferentes criterios.

Simplificando la clasificación de las diferentes actividades que se desarrollarán en las unidades didácticas, estas se pueden organizar: según el espacio utilizado, el momento de la sesión, los estilos de enseñanza seguidos y las agrupaciones realizadas.

Según el espacio utilizado:

- *Dentro del polideportivo*: se realizarán dentro del polideportivo aquellas sesiones que necesitan de las instalaciones cubiertas (bádminton, voleibol, etc.) o materiales incómodos de manejar como son las colchonetas para trabajar las habilidades gimnásticas.
- *En las pistas exteriores del colegio*: se tratarán de usar las pistas exteriores siempre que se las condiciones climatológicas acompañen y el deporte requiera de un espacio más amplio.
- *Fuera del centro*: para fomentar el conocimiento de la propia ciudad se realizará alguna actividad que implique moverse por los alrededores del centro. En el caso de la Unidad Didáctica 3, se realizará una carrera de orientación por el Parque Central de Tres Cantos.

Según el momento de la sesión:

- *Calentamiento*: al inicio de cada sesión se plantearán diferentes ejercicios y actividades de activación. Estas rutinas de movilidad articular y juegos que no requieren de un gran esfuerzo inicial ayudarán a los alumnos a centrarse en la sesión y además servirán como elemento preventivo ante posibles lesiones por mala praxis.

- Parte principal: será la parte más larga e importante de la sesión en la que será en la que se trabajen los contenidos específicos de cada unidad.
- Vuelta a la calma: para finalizar, antes de finalizar cada sesión, se hará un breve puesta en común sobre lo que se ha aprendido. Se hará una reflexión sobre los aprendizajes realizados y sobre los posibles aspectos a mejorar para poder seguir trabajando el día siguiente. Esta parte tiene el objetivo de implicar cognitivamente al alumno y de ayudarlo a reducir las pulsaciones del momento.

Según el estilo de enseñanza:

- Estilos tradicionales: aunque no se va a utilizar el mando directo en ningún momento, sí se dará uso de la asignación de tareas. Este estilo de enseñanza, dará la oportunidad al profesor de poder explicar primero cada actividad con detenimiento y posteriormente quedará libre para poder dar feedback a sus alumnos mientras ellos realizan las actividades.
- Estilos que fomentan la individualización: los diferentes retos propuestos permitirán que cada alumno se enfrente a actividades acorde a su nivel de habilidad y desarrollo. Fomentan la autonomía, permiten la flexibilidad y atiende a las necesidades e intereses particulares.
- Estilos que implican cognitivamente al alumno: aunque algunos retos serán de solución única, otros serán de solución abierta. De esta forma se utilizará la indagación como técnica de enseñanza. En concreto se utilizará la resolución de problemas y el descubrimiento guiado en algunas de las actividades propuestas.
- Estilos que favorecen la socialización: gracias a este estilo se podrá trabajar más a fondo la competencia social y cívica que se desarrollará más adelante.

Según las agrupaciones:

“El deporte, tanto individual como en equipo, ayuda, además, a fomentar la disciplina, la fuerza de voluntad, el espíritu de superación y colaboración y el respeto a las normas y reglas del juego” (DECRETO 89/2014, p.11). Por ello se trabajará tanto de forma individual (principio de individualización y personalización), como por parejas, en grupo o en gran grupo. Dependiendo de los intereses que se busquen en cada momento, se trabajará de una forma u otra. En concreto, se utilizará el trabajo en grupo o gran

grupo para desarrollar el espíritu de pertenencia al grupo y para el aprendizaje de los elementos tácticos y se realizarán actividades individuales para trabajar los elementos técnicos básicos.

4.2. Actividades-tipo.

Como se ha comentado en el apartado anterior, todas las sesiones tendrán la misma estructura (calentamiento, parte principal y vuelta a la calma). Pero dependiendo del momento en el que nos encontremos de la unidad didáctica, las actividades de la parte principal estarán organizadas de diferente manera. Por ejemplo, en el calentamiento, tras la movilización de las articulaciones, las actividades que se realizarán serán juegos de persecución individual o colectiva como *comecocos*, *caballería* o *tulipán* (descripción de las actividades en el Anexo 11). En la parte principal se realizarán actividades que impliquen el aprendizaje de elementos técnicos o tácticos específicos de cada unidad como puede ser un ejercicio de conducción de balón en fútbol con y sin incertidumbre (utilizando por lo general retos y actividades secuenciadas). Y por último, en la vuelta a la calma se harán ejercicios de reflexión, de puesta en común de aprendizajes o se proyectará algún vídeo relacionado con el tema.

Por lo general, en las primeras sesiones de cada unidad didáctica el trabajo será individual o por parejas. El objetivo es que el alumno se pueda familiarizar con el material con el que comenzará a trabajar de ahí en adelante. Se busca que el tiempo de contacto con el nuevo material sea el máximo posible para que así pueda ir aprendiendo las técnicas básicas de cada disciplina. Por ejemplo, en bádminton se comenzará con ejercicios de toques de forma individual y posteriormente se pasará a realizar actividades que conlleve hacer toques o superar retos por parejas.

Una vez ya se hayan familiarizado con el material y haya aprendido las nociones básicas de la técnica, se pasará a realizar ejercicios más grupales. En ellos se hará hincapié sobre todo en el trabajo más táctico y de equipo (en el caso de ser un deporte o predeporte de equipo). De forma específica, se puede ver muy bien esta progresión en unidades como la destinada al voleibol, el fútbol o el rugby-tag donde comenzarán con ejercicios de técnica individual (toque de antebrazos, conducción del balón o

autopases) y finalizarán con ejercicios de táctica grupal que implique cooperación y cooperación-oposición (actividades de defensa o ataque, partidos modificado, etc.).

Tanto en la parte individual como en la grupal, las sesiones se realizarán siguiendo la metodología de retos, es decir, a los alumnos se les presentarán una serie de problemas que deberán ir superando para poder seguir avanzando en su aprendizaje. Estos retos podrán ser de carácter individual, por parejas o por grupos, lo cual implica que, en ocasiones, los compañeros se deberán ayudar entre sí para poder seguir avanzando (trabajo cooperativo).

Para la superación de los retos, los alumnos deberán analizar el problema y ejecutar una posible solución. En caso de no ser la correcta, se les dará las oportunidades que necesiten para seguir intentándolo, pues no valorará únicamente el número de retos que se completen o la velocidad a la que se realicen, sino también el punto de partida de cada alumno. El proceso tendrá más valor que el propio resultado.

5. Metodología y recursos didácticos

5.1. Principios metodológicos.

A pesar de que la Ley Orgánica 8/2013, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) da total libertad a los centros y a los profesores para que impartan la metodología que más conveniente creen para sus alumnos, sí dejan entrever unos principios metodológicos para facilitar la labor del profesor de Educación Física. En concreto, los principios que se van a utilizar en esta programación didáctica son:

Principio de diversión: se utilizarán los juegos y los retos como elementos llamativos y motivadores que faciliten el aprendizaje y promuevan la incorporación de la práctica deportiva en su día a día.

Principio de autosuperación: hace referencia al desarrollo de la autoestima, la autoeficacia y al autoconcepto. Cada actividad, cada reto (individual o colectivo) supondrá un desafío para los alumnos. Estos deberán tener una predisposición positiva hacia el ejercicio para así poder enfrentarse de manera satisfactoria a cada contenido,

(teniendo siempre en consideración las habilidades y destrezas propias y de los compañeros).

Principio de adaptación: todas las actividades de las unidades didácticas se adaptarán en base al nivel de los alumnos, así como al momento de su desarrollo evolutivo. Se propondrán variantes y retos diferentes para así atender a la diversidad del aula como se comenta en el Real Decreto 126/2014. De esta manera, se fomentará la igualdad y la equidad a través de las medidas de flexibilización y la introducción de metodologías y estilos de enseñanza diferentes.

Principio de individualización: en relación con el principio anterior, las actividades propuestas tendrán un enfoque inclusivo que garantizará no solo atender a la diversidad del aula (tanto por encima como por debajo), sino también ofrecer nuevas posibilidades de aprendizaje y una gran cohesión de grupo (Ríos, 2004).

Principio de socialización: además de incluir retos y actividades individuales, a lo largo de las diferentes unidades didácticas se realizarán ejercicios por parejas y grupos. Al trabajar de manera cooperativa, los alumnos podrán trabajar la competencia social a través del compañerismo y el trabajo en equipo.

Principio de bienestar físico y mental: para paliar el sedentarismo y educar contra el consumo de alcohol, tabaco u otras sustancias, los alumnos adquirirán una serie de conocimientos y hábitos que les ayudarán a tener una vida sana.

Principio de transversalidad: a través de la Educación Física, los alumnos podrán observar que el currículum está íntegramente relacionado. Los aprendizajes que adquieran en esta asignatura les serán útiles en otras asignaturas como *Natural Sciences*, Lengua, Matemáticas, Música... Por ejemplo, en la Unidad Didáctica 2, los alumnos aprenderán a moverse siguiendo diferentes ritmos y estilos de música y en la Unidad Didáctica 10 se trabajará de forma conjunta el fútbol con ciertos contenidos de la asignatura de *Natural Sciences* (el plato saludable y las dietas).

5.2 Papel del alumno y del profesor.

La metodología ABRe está muy vinculada con los estilos de enseñanza que implican cognitivamente al alumno. Estos estilos utilizan la indagación como técnica principal de enseñanza. Activan los mecanismos de percepción de los alumnos y dan mayor importancia a la toma de decisiones que a la ejecución.

Por lo general, el proceso de enseñanza-aprendizaje utilizado se basará en el planteamiento de uno o varios problemas (retos), los cuales tendrán que analizar los discentes de forma individual o colectiva para así buscar una de las posibles soluciones para resolver los mismos. Y, por último, se pondrán en común las respuestas para así identificar las mejores soluciones.

Al tratarse de un planteamiento didáctico que involucra tanto la parte física como la cognitiva, los alumnos encuentran el significado a lo que están viendo, dejando así de lado el aprendizaje memorístico y repetitivo más vinculado a los estilos de aprendizaje tradicionales.

Por consiguiente, el rol que adquiere el profesor es de guía, no da soluciones directamente, sino que debe esperar y escuchar las respuestas de los alumnos para así poder orientarles. Por ello, el papel activo del docente es muy importante, pues tiene que dar *feedback* continuo a todos los alumnos para que puedan avanzar.

5.3. Recursos materiales y humanos.

Para la posible realización de cada una de las unidades didácticas es imprescindible contar tanto con el material deportivo (balones, conos, raquetas, volantes, colchonetas...) como de apoyo específico de la metodología ABRe (paneles, tarjetas de retos, vídeos, pósteres, tablas, tabletas digitales, gomets, una pizarra de Vileda, etc.). Pero todos estos recursos y elementos serán especificados más adelante al comienzo de cada unidad didáctica y cada sesión en concreto.

En cuanto a los recursos humanos, sobre todo a la hora de realizar actividades fuera del centro (como puede ser el caso de la carrera de orientación en el Parque Central de la ciudad), se busca la implicación por parte del resto de docentes y padres

de alumnos del centro. De esta forma se propiciará un vínculo fuerte entre las dos instituciones más fuertes que rodean al alumno: la familia y la escuela.

5.4. Recursos TIC.

Atendiendo a una de las competencias clave que se estipulan en la Ley Orgánica 8/2013, 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa, el uso de recursos tecnológicos estará incluido dentro de algunas unidades didácticas.

Gracias a la pizarra digital de clase y a las tabletas digitales, los alumnos podrán acceder a diferentes recursos que facilitarán las dinámicas de la clase (visualización de vídeos con retos o explicaciones, interacción en el foro deportivo sobre las noticias de prensa relacionadas con el Plan Lector...). Y de la misma forma, realizarán algunas entregas a través de la página web oficial del colegio (utilizando programas de apoyo visual como el Microsoft Word, PowerPoint, Genially o Prezzi).

5.5. Relación con el aprendizaje del inglés.

Aunque el CEIP Los Tricantinos es un colegio bilingüe, como se ha comentado anteriormente, la asignatura de Educación Física no está incluida en este programa, por lo que se imparte en castellano.

Sin embargo, el trabajo interdisciplinar y la colaboración entre profesores es muy importante. Por ello, la Unidad Didáctica de Fútbol “El gol es el final, pero el trabajo es lo principal” se desarrollará en un contexto de habla inglesa. Esta segunda lengua se utilizará como vehículo de transmisión de contenidos contextualizados en situaciones reales para el alumno, dándole así un mayor significado a la comunicación en esta lengua (Cummins, 2002; García, 2005).

Por otro lado, se aprovechará la oportunidad de contar con la ayuda del profesor de *Natural Sciences* para trabajar de forma interdisciplinar los contenidos de la dieta y los buenos hábitos saludables. Al tratarse de unos contenidos comunes para ambas asignaturas, no hay mejor manera de trabajarlos que de forma conjunta. Además, se ha visto que la enseñanza del inglés a través del área de la Educación Física ayuda a los

alumnos a mejorar su dominio de esta segunda lengua gracias al movimiento y la resolución de problemas (Ramos & Omeñaca, 2011).

Utilizando el fútbol como medio (a través de retos y actividades cooperativas), los alumnos aprenderán qué hábitos son beneficiosos o perjudiciales para su salud. Estudiarán los beneficios de seguir una dieta equilibrada y reconocerán los perjuicios que conlleva no tener una buena higiene a la vez que aprenderán y reforzarán mucho vocabulario específico del deporte y de las Ciencias Naturales.

5.6. Organización de espacios y tiempos. Rutinas.

La organización del tiempo y los espacios es algo imprescindible para el buen funcionamiento de cualquier clase, pero más en concreto para las de Educación Física. El profesor tiene que anticiparse y organizar sus clases con mucha antelación en base a los contenidos que da en todos los cursos. De esta manera, si hay algún material con el que pueda trabajar en más de una sesión con cursos diferentes, se ahorrará mucho tiempo en la recogida y puesta a punto de los materiales.

Por otro lado, aunque en este caso el colegio solo cuenta con un profesor especialista, por lo general también es clave la organización con los demás profesores del área para cuadrar en qué momentos usa cada profesor un material y en qué espacio va a desarrollar cada sesión.

Además, las unidades didácticas también tienen que organizarse en la medida que se pueda teniendo en cuenta el clima. Por ello se aquellas unidades didácticas que requieren de un polideportivo cerrado por sus características deportivas (gimnasia, acrosport, bádminton o voleibol) se realizarán en diciembre, enero o febrero cuando es casi obligatorio utilizar el polideportivo por las condiciones climatológicas. Y en meses como septiembre, marzo, abril, mayo y junio se realizarán las actividades que se puedan hacer al aire libre. Por ello, las unidades destinadas al trabajo del atletismo, la orientación y el fútbol se desarrollarán en esas fechas donde el clima por lo general acompaña.

Teniendo en cuenta todo lo anterior y el calendario escolar del curso 2020/2021 para la etapa de Primaria en la Comunidad de Madrid, se han calendado las diferentes

unidades didácticas con sus respectivas sesiones para el curso de sexto de Educación Primaria. El curso comienza el 8 de septiembre de 2020 y finaliza el 24 de junio de 2021, por lo que al estar dispuestas las clases de este grupo los martes y jueves de cada semana, cuentan con un total de 74 sesiones.

Para el calendado del curso se han tenido en cuenta tanto los días festivos nacionales y autonómicos como los locales.

A continuación, aparece una tabla con el calendado de las diferentes Unidades Didácticas (U.D.) que se trabajarán a lo largo del año:

<i>Leyenda</i>	
Días festivos nacionales y autonómicos	
Días festivos locales	
Días destinados a la evaluación trimestral	
Sesiones de la U.D. de Iniciación al Juego	8 - 17 de septiembre
Sesiones de la U.D. de Expresión Corporal	22 de septiembre - 6 de octubre
Sesiones de la U.D. de Orientación	8 - 20 de octubre
Sesiones de la U.D. de Rugby-Tag	22 de octubre - 17 de noviembre
Sesiones de la U.D. de Bádminton	19 de noviembre - 17 de diciembre
Sesiones de la U.D. de Voleibol	19 de enero - 11 de febrero
Sesiones de la U.D. de Gimnasia y Acrosport	23 de febrero – 11 de marzo
Sesiones de la U.D. de Condición Física	12 y 14 de enero, 16 y 18 de febrero, 16 y 18 de marzo y 4 y 6 de mayo
Sesiones de la U.D. de 1 ^º s Auxilios	25 de marzo - 8 de abril
Sesiones de la U.D. de Fútbol	13 - 29 de abril
Sesiones de la U.D. de Atletismo	11 de mayo - 15 de junio
Días de Juego Libre	

Para su mejor visualización y comprensión, se ha añadido el calendario siguiendo la leyenda de color de la tabla en el Anexo 4.

En cuanto a la organización del tiempo, aunque las clases cuentan con un total de 50 minutos cada una, las sesiones se han diseñado para trabajar 45 minutos

objetivos, pues lo más seguro es que entre el desplazamiento del aula al polideportivo, del polideportivo al aula y la organización de los materiales en cada sesión se pierdan cinco minutos.

Y para aprovechar al máximo el tiempo de clase, todas las sesiones van a seguir la misma estructura: calentamiento, parte principal y vuelta a la calma. En el calentamiento, los alumnos realizarán un poco de movilidad articular (focalizándose en la zona de trabajo que cada día convenga) y unos juegos de activación que se harán en gran grupo (los cuales la mayoría se verán en la primera unidad didáctica). A continuación, en la parte principal se trabajarán los contenidos específicos de cada unidad de forma detenida. Y, por último, antes de finalizar la clase, en la vuelta a la calma, los alumnos pondrán en común sus sensaciones y aprendizajes en grupo con ayuda del profesor como guía del discurso y, si es posible, a su vez, se realizarán estiramientos.

Además de la incorporación de rutinas diarias como la descrita en el párrafo anterior las cuales agilizan y dan disciplina al grupo pues les ayuda a orientarse en qué momento de la sesión se encuentran, otro aspecto importante para poder aprovechar el tiempo al máximo es la creación de grupos de recogida de materiales. Estos grupos se asignarán cada semana siguiendo el orden de lista para que en el caso de realizar alguna práctica conjunta en el que el material es compartido, sean ellos los que se encarguen de recoger el material. Por lo contrario, si el material con el que se ha trabajado es individual (raquetas, indiacas, pelotas, etc.) será cada alumno el que tendrá que recoger su propio material.

5.7. Agrupamientos de los alumnos.

Al igual que no hay una única metodología con la que se puedan trabajar todos los contenidos del curso, sino que hay que ir variando para así aportar novedad y conseguir motivar a los alumnos, las agrupaciones que se utilizarán a lo largo de las sesiones también irán variando. En todas ellas habrá actividades que se realizarán de forma individual, por parejas o en grupos. Y, en algunos casos, también se utilizará el trabajo en gran grupo para trabajar la conciencia social y la pertenencia a la clase.

Los ejercicios que se hagan por parejas o en grupos podrán ser a su vez de dos tipos: colaborativos o cooperativos. En el primer caso, la ayuda y la aportación de los diferentes miembros del grupo será beneficiosa para el equipo, pero no será necesaria ni obligatoria para poder cumplir el objetivo. En cambio, habrá ejercicios cooperativos en los que el grupo deberá adaptarse a las características individuales de cada participante (Fernández Río, 2003), la puesta en común de los retos a realizar de forma individual llevará al grupo a conseguir su meta. En concreto, los retos cooperativos planteados pertenecerán a la categoría de desafíos cooperativos de Velázquez Callado & Fernández-Río (2005) en donde el factor riesgo no existe, sino que la motivación vendrá por el reto de ver si son capaces o no de resolver el problema.

Además, al proponer ejercicios individuales y grupales, los alumnos tendrán siempre tiempo para trabajar de forma individual los contenidos más básicos centrados en la técnica y posteriormente podrán aprovechar más la parte técnico-táctica grupal.

En cuanto a las agrupaciones, en base a los objetivos que se quieran conseguir, se realizarán de diferentes maneras: habrá momentos en los que los grupos se harán al azar para así conseguir grupos heterogéneos, en otros casos se harán agrupaciones por niveles para que cada uno trabaje en base a su nivel y posibilidades y habrá momentos en los que se les dará libertad a los alumnos para que sean ellos los que se organicen como quieran (con amigos, por aficiones, por sexo, etc.).

5.8. Relación de la metodología con las competencias clave, los objetivos y los contenidos.

McClellan (1987) observó que el desarrollo personal y profesional de la persona no dependía únicamente de su expediente académico o de su cociente intelectual, sino que había otras variables muy importantes que determinaban el éxito de la misma, a las cuales denominó competencias.

Estas competencias son las que permiten al sujeto movilizar de forma integrada todos los recursos internos y externos que tiene a su disposición para poder resolver de manera eficaz una serie de tareas complejas (Beckers, 2002).

Por ello, en 2002 La Red de Información y Documentación Educativa de la Comunidad Europea (EURYDICE) impulsó un estudio para recoger qué características pensaba cada país que eran clave para conseguir un ciudadano crítico y con habilidades para la vida (Europäische Kommission, 2002). Y fue en 2006 cuando se publicaron las primeras ocho competencias clave. Unas recomendaciones a nivel europeo para todos aquellos países que quisiesen fomentar el desarrollo íntegro de las personas. Unas competencias para crear una ciudadanía activa que permitiese a cualquier persona incluirse en la sociedad que le rodea social y afectivamente y con un empleo. Aunque 2018 se volvieron a actualizar.

Por estas recomendaciones europeas fue por lo que el Real Decreto 126/2014 decidió incluir siete competencias básicas en el currículo de Educación Primaria:

Comunicación lingüística (C.C.1): Permite desarrollar las destrezas comunicativas y lingüísticas (buen uso de la léxica, sintaxis, ortografía, gramática...) que potencian el razonamiento crítico, el discurso, el debate y las relaciones sociales del alumno. De igual manera, incluye el diálogo como herramienta principal para resolver conflictos y problemas de convivencia.

Esta competencia se trabajará a lo largo de todas las unidades didácticas ya que los alumnos trabajarán en la mayor parte del tiempo por parejas o grupos. Deberán aprender a comunicarse con respeto con sus compañeros. Además, al ser el ABRe una metodología que fomenta no solo el desarrollo del componente físico, sino también mental, deberán ser capaces de tener un buen pensamiento crítico y una buena comunicación con sus iguales para poder superar los retos propuestos. Para ello, tendrán que utilizar la escucha activa y el diálogo.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (C.C.2): por un lado, la competencia matemática es la habilidad necesaria que implica la utilización de símbolos, números y operaciones básicas relacionadas con el razonamiento matemático. Habilita al alumno para interpretar diferentes problemas y producir una respuesta correcta con rigor basada en un razonamiento lógico. En cuanto a las competencias básicas en ciencia y tecnología, fomentan la voluntad y la capacidad

de utilizar la información y las investigaciones que tienen a su alcance para explicar el mundo que les rodea.

Los alumnos hallarán la relación que hay entre los números y el deporte. Aprenderán a estimar con magnitudes como el tiempo y el espacio sus propias habilidades motrices (velocidad, fuerza, flexibilidad, etc.). También descubrirán que las matemáticas se encuentran inmersas dentro de las normas deportivas. Y, por otro lado, se pondrá de manifiesto la relación entre la asignatura de Ciencias Naturales y la de Educación Física. A través del estudio básico de la anatomía humana en la unidad didáctica destinada al trabajo de los primeros auxilios o los hábitos saludables en el último trimestre, se potenciará el interés por la ciencia y la tecnología.

Competencia digital (C.C.3): trata de aportar un uso responsable y seguro de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. De la misma forma, intenta desarrollar un espíritu crítico y creativo que permita a los alumnos seleccionar la información de valor de la red. Y aporta habilidades para desenvolverse con soltura en el uso de dispositivos como ordenadores, tabletas digitales, móviles, relojes inteligentes, pulsómetros...

En este caso, los alumnos deberán aprender a utilizar la web del colegio para poder participar en los foros propuestos por el profesor y ver los vídeos de algunos retos que se entregarán en formato audiovisual. Tendrán que hacer uso de dispositivos electrónicos como tabletas digitales u ordenadores para hacer un trabajo de búsqueda de información y presentación sobre los primeros auxilios. Y en caso de disponer de pulsómetros, se enseñará a leer e interpretar los diferentes resultados que se indican en dichos dispositivos.

Aprender a aprender (C.C.4): se dice que uno ha aprendido de verdad algo cuando es capaz de enseñárselo a otro. La competencia de aprender a aprender tiene mucho que ver con esta reflexión, pues consiste en conocer los propios procesos de aprendizaje para así poder ajustarlos a las demandas y al contexto que rodean a la persona. Trata de aportar una habilidad para aprender cada vez de forma más autónoma y eficaz. Y está relacionada con tres dimensiones: conocer qué es lo que se sabe y qué

es lo que se desconoce, reconocer un contexto de aprendizaje (distinguir una demanda para buscar una solución) y decretar una posible respuesta para afrontar dicha tarea.

Esta competencia se trabajará a lo largo de todo el curso ya que la metodología ABRe por lo general trata que sean los alumnos los que descubran el camino para resolver los diferentes retos en vez de dar directamente la solución. Así mismo, se utilizarán los estilos de enseñanza cognitiva como la resolución de problemas y el descubrimiento guiado para dar a los alumnos esa autonomía que mejora el aprendizaje significativo. Los alumnos deberán detectar el problema o reto y pensar una posible solución para poder avanzar.

Competencias sociales y cívicas (C.C.5): hace referencia a las competencias personales, interpersonales e interculturales. Supone el desarrollo de habilidades de comunicación e interacción de una persona hacia diferentes contextos culturales (públicos o privados). Por consiguiente, tiene el objetivo de mejorar aspectos como la aceptación de diferentes puntos de vista, la expresión y negociación y el respeto hacia los demás y los principios democráticos.

Sin duda alguna, se trata de la competencia que más se va a trabajar en la asignatura de Educación Física. En todo momento los alumnos deberán de relacionarse en un entorno de respeto, aceptación e igualdad. La diversidad del aula será un aliciente del aprendizaje y no una barrera que dificulte el mismo. Y, para ello, se realizarán actividades colaborativas y cooperativas, metodologías basadas en estilos socializadores que como nos indica (Delgado Noguera, 2015), permite además trabajar las características propias de cada alumno de forma individualizada.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (C.C.6): esta competencia está encaminada a trabajar la creatividad, la innovación, el reconocimiento de oportunidades y riesgos y a gestionar y planificar una tarea para conseguir los objetivos deseados. Potencia habilidades como el liderazgo, la responsabilidad, el trabajo en equipo y el pensamiento crítico.

Cada vez que los alumnos se encuentren ante un reto deberán ser capaces de tomar una serie de decisiones que marcarán su destino. Algunas veces deberán reflexionar y valorar los pros y las contras de realizar una acción en concreto y otras

veces, por falta de tiempo, tendrán que improvisar. Pero siempre tendrán que ser consecuentes con sus acciones y resultados.

Conciencia y expresiones culturales (C.C.7): implica conocer, valorar y apreciar las diferentes manifestaciones culturales y artísticas.

Para trabajar esta competencia, en la unidad didáctica de expresión corporal se utilizarán diferentes géneros de música con los cuales los alumnos tendrán que mimetizarse y transportarse a distintas culturas y contextos. Así mismo, cuando se trabajen otros deportes como es el bádminton, se tratará de enmarcar en un ambiente como el asiático donde es el deporte rey.

Aunque las siete competencias clave están muy bien, hay un tema de gran importancia que no tratan como es el del cuidado de la salud y la práctica deportiva. Por lo que considero que considero que sería muy oportuno añadir una competencia clave a la que denominaría: competencia motriz o competencia física. Pues ya se ha estudiado que la actividad física y el deporte tiene un impacto positivo sobre la salud (física y mental), las relaciones personales e incluso sobre el rendimiento cognitivo (Ramírez et al., 2004). En definitiva, la competencia motriz ayudaría a conseguir una sociedad más sana, más integrada, con un pensamiento más abierto y crítico y más competente.

6. Medidas de atención a la diversidad

Para atender a la diversidad escolar se ha diseñado un Plan de Atención a la Diversidad (PAD) que tiene por objetivo dar respuesta a las necesidades educativas generales e individuales. Y aunque estas medidas son un conjunto de adaptaciones del currículo, de apoyo y de refuerzos para atender a los Alumnos Con Necesidades Educativas Específicas (ACNEAE), a continuación, se van a describir una serie de medidas para atender a toda la diversidad con la que un profesor se puede encontrar.

6.1. Medidas generales de atención a todos los alumnos.

Según Ríos (2009), una de las barreras que suele dificultar normalmente la inclusión es la falta de accesibilidad y de flexibilidad en el diseño de actividades. Por ello, desde el área de Educación Física se ha decidido utilizar la metodología ABRe como metodología accesible para todos. Esta metodología tiene en cuenta en todo momento los diferentes niveles, habilidades y destrezas de cada alumno. Los retos de cada unidad y cada sesión están dispuestos de menor a mayor dificultad para que cada alumno pueda ir mejorando y aprendiendo en base a sus cualidades y al momento de su desarrollo evolutivo, cumpliendo así con el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA).

Este tipo de diseño de actividades tiene el objetivo de que todos los alumnos puedan trabajar a su nivel y alcanzar sus propias metas. Por ello se trabajará tanto de forma individual como conjunta. Además, aquellos ejercicios que impliquen un aspecto competitivo no estarán enfocados a premiar a aquellos alumnos más hábiles, sino a potenciar el aprendizaje y la evolución de cada discente.

Por otro lado, se adaptarán las actividades en base a las necesidades del grupo para así generar las mismas oportunidades de éxito. Aunque habrá ocasiones en las que las agrupaciones que se hagan serán por nivel (lo cual no quiere decir que la evaluación tenga una correlación positiva en base a la separación de estos grupos de trabajo). Lo único que se pretende es que cada alumno pueda aprender lo máximo posible teniendo en cuenta siempre sus posibilidades.

Además, atendiendo a las indicaciones del currículum actual, los profesores tenemos la obligación de fomentar “la calidad, equidad e inclusión educativa de las personas con discapacidad, la igualdad de oportunidades y no discriminación por razón de discapacidad” (RD 126/2014, p. 19356).

Y siguiendo las recomendaciones de Nuñez et al. (2014) los cuales nos presentan diferentes enfoques de atención a la diversidad, uno de los enfoques más adecuados para trabajar en Educación Primaria es el inclusivo. Este enfoque habla de un proceso de enseñanza-aprendizaje que contextualiza la diversidad, ayuda a la cohesión del grupo y además ofrece nuevas posibilidades de aprendizaje (Ríos, 2004).

6.2. Medidas ordinarias: Necesidades de apoyo educativo.

Las medidas ordinarias de apoyo educativo son aquellas que se implantan para atender a la diversidad del aula sin modificar los elementos prescriptivos del currículo. Son medidas de carácter metodológico, de organización, de agrupación, de selección de actividades... que de una forma u otra ayudan a aquellos alumnos que más apoyo necesitan, pero que, a su vez, también pueden beneficiar a los demás alumnos de clase.

Y como se ha comentado en la contextualización del centro, este colegio no cuenta con ningún Alumno con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (ACNEAE) en el curso para la que está destinada esta programación didáctica. Sin embargo, las necesidades de apoyo propuestas para las diferentes unidades didácticas tienen un carácter inclusivo que fomenta la práctica deportiva acorde a las necesidades y capacidades de los discentes.

Esto es muy importante ya que la diversidad en las clases de Educación Física suele ser muy grande. El nivel competencial de los alumnos varía mucho dependiendo de sus hábitos de vida, de su contexto, de su momento evolutivo e incluso de sus intereses. Por ello, gracias a la metodología ABRe que dispone las actividades de forma secuencial de manera que cada alumno puede avanzar a su ritmo, podremos eliminar ese malestar e incomodidad que los alumnos menos hábiles suelen sentir en las clases de Educación Física (Rijo, 2013). Además, las actividades y ejercicios, se adaptarán perfectamente a la diversidad del aula tanto por arriba como por abajo.

6.3. Medidas extraordinarias: Adaptaciones curriculares.

A diferencia de las medidas ordinarias, las extraordinarias sí que modifican elementos prescriptivos del currículo como pueden ser los contenidos, los estándares de aprendizaje o los criterios de evaluación. Y son de carácter individual.

Y desde el centro, se despliegan estas medidas extraordinarias atendiendo a las necesidades específicas de estos alumnos realizando las siguientes adaptaciones:

- *Adaptaciones curriculares significativas*: destinadas a aquellos ACNEE que suponen la modificación o eliminación de algún elemento prescriptivo del currículo.

- Adaptaciones curriculares de acceso: relacionadas con la adaptación y la oferta de materiales y espacios que facilitan el aprendizaje de los ACNEE.
- Flexibilización: orientadas a atender la necesidades específicas de superdotación intelectual.
- Grupo de apoyo en compensatoria: para aquellos alumnos que tengan un desfase curricular significativo respecto a su curso en dos años o más.

Para este tipo de medidas es necesario destacar la importancia de la colaboración entre los diferentes agentes educativos que componen el centro y que rodean al alumno: equipo directivo, claustro de profesores, departamento de orientación, familias y servicios.

Pero como se ha comentado anteriormente, ninguna de estas medidas se hará visible en esta programación al no contar con ningún alumno que requiera de estas ayudas específicas de apoyo.

7. Actividades complementarias y extraescolares

7.1. Actividades fuera del aula.

Dentro de las diferentes actividades que se van a realizar fuera del aula podemos destacar las de índole complementario y las extraescolares.

Dentro de estas últimas (de carácter optativo), los alumnos tendrán la opción de apuntarse a actividades como la lengua extranjera (chino), club de lectura, ajedrez, bádminton, baloncesto y judo que ofrecerá el colegio tras su horario lectivo.

En cuanto a las actividades complementarias, las cuales se realizarán dentro del horario escolar, se han programado las siguientes:

- Taller de Educación Vial → Se trata de una sesión teórica sobre las nociones básicas de la circulación vial y una sesión práctica en la que se irá al carril bici de la ciudad para poner en práctica lo visto. Al tratarse de una actividad que depende del calendario y disponibilidad de la policía local de Tres Cantos, no se ha indicado un día específico para la realización de esta actividad. Aunque lo más seguro es que se realice en el tercer trimestre como otros años.

- Carrera de orientación en el Parque Central de Tres Cantos → Esta actividad llevará un promedio de tres horas entre desplazamiento y realización. En concreto, está prevista para el 15 o el 20 de octubre y contribuirá a los objetivos propuestos en la Unidad Didáctica 3.
- Visita al Centro de Alto Rendimiento de Madrid (CAR) → La visita al CAR al igual que el taller de educación vial no tiene una fecha concreta pero su realización está planeada para hacerse a finales del segundo o principios del tercer trimestre. Y, aunque en la etapa de Educación Primaria no buscamos la especialización temprana, esta visita es de gran interés para los alumnos ya que pueden ver de primera mano como entrenan deportistas españoles de élite de diferentes modalidades. Les puede servir como un acercamiento para algún alumno o alumna que posteriormente decida entrenar y competir en el alto nivel. Y, además, con esta visita los alumnos podrán ver el sacrificio y las horas de entrenamiento que dedican los deportistas de élite para destacar en su ámbito. De esta forma la visita nos ayudará a conseguir objetivos que se trabajarán en otros momentos del curso como son: reconocer el esfuerzo que conlleva el aprendizaje de nuevas habilidades y recordar la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices globales y específicas.

7.2. Plan Lector y relación con el desarrollo de las Unidades Didácticas

El Plan Lector de Centro es el conjunto de estrategias llevadas a cabo en un colegio para fomentar la lectura. Se trata de un proyecto que trabaja la competencia y los hábitos lectores de los alumnos.

Al ser un plan de centro, involucra a todos los profesores, pues las habilidades lectoras son transversales en todo el currículo. Por lo que también desde la asignatura de Educación Física se realizarán actividades que contribuirán al desarrollo de esta competencia lectora tal y como se desarrollará más adelante.

Aunque el protagonista de este plan son los alumnos, el papel de los profesores también es muy importante, ya que la promoción de habilidades lectoras como la

fluidez, la velocidad, la exactitud y la comprensión, dependen de las decisiones didácticas que tomen los docentes. Por ello hay que tener en cuenta que la literatura que se proponga a los alumnos debe tener un carácter habitual, transversal y cercano al alumno que anime al uso cotidiano de la biblioteca de aula y de centro. Y para ello, es necesario abrir las fronteras de la literatura y darle un componente lúdico como puede ser a través obras teatrales, canciones, creación de poemas, greguerías o caligramas...

Por consiguiente, las estrategias que ha adoptado el centro para fomentar la lectura son:

- Creación de una biblioteca de aula para cada clase → se trata de un entorno dinamizador donde además de cuentos y obras literarias, también se encontrarán algunos de los trabajos realizados por los propios alumnos. Se trata de un espacio donde confluyen los intereses y propuestas de los discentes.

Lejos de buscar la formalidad y rigurosidad de las bibliotecas oficiales, la biblioteca de aula está organizada por temáticas en base a los intereses y al nivel del alumno.

- Círculos de lectura → consiste en realizar una agrupación de alumnos que puedan tener un espacio y tiempo propio para poder dialogar y debatir con sus compañeros sobre los temas que están leyendo.

Esta estrategia se realiza sobre todo en la asignatura de Lengua y Literatura, Inglés y *Natural Sciences*.

- Padrinos de lectura → es una dinámica en la que los propios alumnos ayudan a otros alumnos a conseguir desarrollar la competencia lectora deseada. Los alumnos de cursos más altos y con mejor competencia lectora realizan un trabajo de apoyo a la lectura a todos los alumnos de cursos inferiores. De esta manera, los mayores se empoderan y disfrutan enseñando a los más pequeños y estos mejoran sus habilidades lectoras.

Esta estrategia se utiliza sobre todo en el área de Lengua y Literatura y en los recreos.

Teniendo en cuenta el Plan Lector de Centro, desde la asignatura de Educación Física se ha diseñado una dinámica con la cual los alumnos también desarrollarán esta competencia lectora.

Una vez al mes o cada mes y medio, el profesor abrirá un foro en la página web del colegio en la que colgará una noticia deportiva que estará relacionada con los contenidos que estén viendo en ese momento o que hayan trabajado con anterioridad. Y los alumnos deberán hacer un breve comentario en el que expresen qué opinan sobre dicha noticia de prensa y además deberán aportar otra noticia nueva que hayan visto ellos que les haya gustado en ese mes. De esta manera, se animará a los alumnos a iniciarse en la lectura de la prensa deportiva con la que podrán descubrir nuevos temas de conversación y seguir otras modalidades deportivas.

En concreto, está planificado subir una noticia que trate sobre las siguientes temáticas expresión corporal, rugby, bádminton, voleibol, gimnasia artística, fútbol y atletismo. Aunque también se incluirán o modificarán las noticias en base a los acontecimientos que vayan ocurriendo a lo largo del año (campeonatos de España, mundiales, noticias de impacto...).

8. Plan de acción tutorial y colaboración con las familias

8.1. Objetivos de la acción tutorial.

La acción tutorial es el conjunto de acciones destinadas a contribuir a la consecución de los grandes objetivos de la educación. No es solo una actuación centrada en las relaciones personales y las dificultades, es además el conjunto de actuaciones destinadas a la prevención de problemas y a la potenciación de las habilidades de los alumnos. Y debe tener en cuenta el proceso de enseñanza-aprendizaje y el contexto social del alumno (Marrodán, 2003).

Para conseguir esta dimensión proactiva, Pozo (2006) señala que hay que tener siempre en cuenta una serie de principios fundamentales centrados en la personalización, la individualización, la integración y la diversificación de la educación.

La acción tutorial es un proceso de orientación de carácter colectivo y continuo que debe estar planificada a corto, medio y largo plazo. Se dice que es colectivo porque involucra a todos los agentes educativos: profesores, familias, alumnos... Y de carácter continuo porque se desarrolla de manera activa a lo largo de toda la etapa educativa. De esta manera, el colegio puede conocer la trayectoria de los alumnos y puede orientarles en su crecimiento y desarrollo personal. Es en definitiva un conjunto de medidas y actuaciones colectivas que, aunque de carácter interdisciplinar, se materializan sobre todo en el rol del profesor-tutor.

Por ello, los objetivos principales que se han propuesto conseguir desde el CEIP Los Tricantinos son:

- Contribuir a la educación individualizada y personalizada.
- Cooperar en la orientación del alumnado con todos los agentes educativos.
- Favorecer la relación con las familias.
- Ajustar las respuestas educativas a las necesidades e intereses de los alumnos.
- Fomentar la autonomía, reforzar la toma de decisiones y mejorar el desarrollo socio-moral de los alumnos.
- Prevenir las dificultades para reducir el fracaso y abandono escolar.
- Apoyar la innovación educativa.

Y, en concreto, desde el área de Educación Física, se orientará a los alumnos en dos ámbitos:

- Fomentar la práctica de diferentes modalidades deportivas en base a las habilidades e intereses de los alumnos.
- Prevenir hábitos de vida perjudiciales y apoyar los hábitos saludables, especialmente en aquellos casos en los que se perciba que pueda haber problemas (niños con sobrepeso o que llevan a la merienda alimentos poco saludables).

8.2. Tareas comunes de colaboración familia-escuela.

El vínculo de confianza entre los progenitores y los docentes-tutores es uno de los cimientos más importantes que sustentan una educación de calidad. Esta alianza es imprescindible para crear unas sinergias positivas que faciliten la cooperación y colaboración entre estos dos agentes educativos. De esta manera, se consigue una educación integral a través de la cual el niño puede alcanzar todas las competencias clave del currículo. De ahí la importancia de la colaboración familia-escuela.

Esta colaboración entre dos de los agentes más importantes que componen el sistema educativo del niño durante su etapa escolar se puede ver desarrollada a lo largo de todo el curso. Los padres estarán informados en todo momento sobre la evolución de sus hijos y además podrán participar en actividades y cursos de formación propuestos por el colegio como los de técnicas de estudio o uso de las TIC. Además, están invitadas a participar en las celebraciones (como la de la Semana de la Cultural o Navidad organizadas principalmente por la profesora de música con ayuda del resto de profesores y tutores) o a las excursiones que se realicen a lo largo del curso (como puede ser en el caso de la asignatura de Educación Física, la visita al CAR).

Y desde el departamento de deporte, el profesor de Educación Física llevará a cabo un proyecto de colaboración con las familias para fomentar la práctica deportiva y la buena alimentación.

8.3. Entrevistas y tutorías individualizadas.

Las entrevistas y tutorías individuales se ofrecerán tanto a los alumnos como a sus familias.

Se intentará realizar por lo menos una tutoría presencial con cada familia por trimestre, aunque se podrán citar más veces con el tutor si este o la familia lo cree conveniente.

El objetivo de estas tutorías será mantener siempre abierta la comunicación con las familias y marcar objetivos comunes para apoyar el desarrollo del niño.

8.4. Reuniones grupales de aula.

Al igual que las entrevistas y tutorías individuales, las reuniones grupales se realizarán una vez por trimestre.

La primera reunión grupal se realizará a comienzos del curso en donde los tutores de cada curso se reunirán con los familiares de dichos grupos. En ella, se les dará la bienvenida y se les enseñará a las nuevas familias y se les recordará a aquellas que ya conocen el centro algunos aspectos clave que deben tener en cuenta como es la importancia de la participación de las familias. Se les guiará y mostrará cómo se trabajará durante el año y qué metodología se va a seguir para conseguir los diferentes objetivos. Por último, cada tutor se irá a su clase con su grupo de familias donde se les comentará los trabajos por proyectos que se pretenden realizar, el funcionamiento general que se va a llevar a lo largo del curso y el método de trabajo que se va a utilizar.

En cuanto a las dos siguientes reuniones grupales, tendrán un carácter de seguimiento donde se mostrarán los progresos realizados y se escucharán las propuestas, dudas y problemas de los participantes.

9. Evaluación del proceso aprendizaje-enseñanza

La evaluación es un elemento imprescindible del proceso de enseñanza-aprendizaje ya que ayuda a las familias y al tutor a conocer la evolución del niño, así como a él mismo le permite reconocer su evolución. Por ello, es muy importante que esta tenga un carácter continuo y global que nos permita observar el progreso de los alumnos no solamente en un momento específico (lo cual sería muy subjetivo), sino a lo largo de todo el curso.

9.1. Criterios de evaluación.

Los elementos que determinan el grado de adquisición de las competencias y el nivel de logro de los objetivos para las diferentes etapas de la enseñanza son los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables.

Los criterios de evaluación (recogidos en el Anexo 2) los define la LOMCE como aquellos indicadores específicos de cada materia que sirven para evaluar el aprendizaje del alumnado. En concreto, describen los objetivos específicos de cada asignatura que los alumnos tienen que alcanzar, tanto en conocimientos como en competencias.

Y los estándares de aprendizaje (Anexo 2) son especificaciones de los criterios de evaluación que concretan lo que los alumnos deben saber, comprender y saber hacer. Su carácter observable, medible y evaluable permite al profesor definir los resultados del aprendizaje del alumno y graduar su rendimiento.

La distribución de los criterios de evaluación, así como la de los estándares de aprendizaje se ha realizado teniendo en cuenta los contenidos que se van a trabajar en cada una de las diferentes unidades didácticas a lo largo del curso. Por lo tanto, no todos los criterios de evaluación ni estándares de aprendizaje se evaluarán en todas las unidades, sino que se ha realizado un reparto de los mismos que nos permitirá observar el desarrollo y la evolución de los alumnos de manera realista y más objetiva posible. Sin embargo, sí es cierto que algunos estándares se tendrán más en consideración que otros, como pueden ser los relacionados con la actitud en clase hacia los materiales, los compañeros y el profesor.

9.2. Estrategias, técnicas e instrumentos de evaluación.

Las estrategias, técnicas e instrumentos de evaluación que se van a utilizar en el curso son:

- ✓ Rúbricas: herramientas que evalúan los estándares de aprendizaje de forma precisa y objetiva a través de una serie de indicadores de logro. Será el material más utilizado a la hora de evaluar ya que permite al profesor observar qué nivel de logro se ha alcanzado y en qué aspectos se pueden mejorar.
- ✓ Lista de control: se trata de una herramienta de control que evalúa la adquisición de o no de los estándares de aprendizaje de una forma cerrada (sí o no, apto, no apto, etc.). Se utilizará sobre todo cuando el tiempo del que se disponga para

evaluar sea escaso y cuando queramos evaluar un objetivo en concreto sin entrar en detalle, sólo observando si se consigue o no.

- ✓ Diario de campo: es un instrumento que permite al profesor sistematizar las experiencias para luego analizar los resultados. Esta herramienta se utilizará sobre todo para poder ir apuntando el comportamiento de los alumnos en el día a día. Notas y observaciones que se irán añadiendo a la rúbrica específica del comportamiento.

En concreto, habrá una rúbrica de evaluación del comportamiento y actitud de los alumnos que se utilizará a lo largo de los tres trimestres (Anexo 5). Este instrumento permitirá al profesor observar si se alcanzan los siguientes estándares de aprendizaje recogidos en la Orden ECD/686/2014 (algunos de ellos también se evalúan explícitamente en alguna unidad didáctica):

- 7.1 Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.
- 9.2 Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.
- 10.2 Realiza “el calentamiento inicial” de la sesión con cierta autonomía, utilizando ejercicios conocidos y siguiendo las instrucciones recibidas, valorando su función preventiva.
- 10.3 Realiza la “Vuelta a la calma” de las sesiones, valorando su función de recuperación.
- 12.3 Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.
- 12.4 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.

A la hora de evaluar las diferentes actividades, la organización que se llevará a cabo será la siguiente: en primer lugar, el profesor les indicará que van a ser evaluados y se les presentará el instrumento de evaluación que se va a utilizar (para que los alumnos sean conscientes de la evaluación), posteriormente el profesor indicará cómo se tiene que hacer la actividad y mientras ellos la realizan, el docente irá registrando en

una Tablet o dispositivo electrónico la evaluación de cada alumno. De esta forma, los datos quedarán automáticamente registrados y será más fácil hacer los cálculos de las medias. Y por último, se le comentará a cada alumno al finalizar la clase la calificación obtenida junto con aquellas observaciones que se consideren oportunas.

9.3. Momentos de evaluación.

Como se ha comentado anteriormente, la evaluación será continua, por lo que se irán tomando registros de los aprendizajes del alumno a lo largo de todo el año.

La calificación final será el resultado de la media de la suma de los tres trimestres, que tendrán el mismo valor ya que se trabajarán contenidos diferentes.

Dentro de cada trimestre, un 80% de la evaluación estará destinada a evaluar los contenidos conceptuales y procedimentales del deporte específicos de cada unidad didáctica y un 20% a evaluar aquellos estándares de aprendizaje más relacionados con la actitud del alumno. Para este último apartado, el profesor utilizará una rúbrica que usará como diario de campo donde irá apuntando su comportamiento (Anexo 5).

En cada trimestre, el peso de cada unidad didáctica será diferente ya que el número criterios de evaluación y estándares de aprendizaje variará en función de los contenidos trabajados, el momento de evaluación y el número de sesiones por los que están compuestas.

En concreto el primer trimestre está dividido en cuatro unidades didácticas (expresión corporal, orientación, rugby-tag y bádminton) por lo que cada unidad tendrá un valor del 20% sobre el 100% de la evaluación final del primer trimestre. A lo cual habrá que sumar posteriormente el 20% de la actitud en clase que saldrá de la calificación que se obtenga de la rúbrica actitudinal (Anexo 5).

En el segundo trimestre, al solo estar compuestas por dos unidades didácticas (voleibol y gimnasia-acrosport), el peso de cada unidad será del 40%. Consiguiendo así el 80% de la evaluación (destinada a evaluar los aspectos deportivos). Y al igual que en el primer trimestre, habría que añadirle el 20% de la rúbrica de actitud y comportamiento.

Por último, en el tercer trimestre, la parte deportiva estaría compuesta por las unidades de primeros auxilios, condición física, fútbol y atletismo y tendrían un peso del 10%, 20%, 20% y 30% respectivamente. Porcentaje que equivaldría al 80% de la evaluación del tercer trimestre (a la cual habría que añadir el 20% de la actitud). Hay que destacar, que la unidad didáctica de condición física se comenzaría a trabajar en el segundo trimestre, pero su evaluación se localiza en el tercer trimestre cuando finaliza, ya que se trata de unos contenidos que tienen que ser evaluados con progresión.

De forma resumida, la evaluación quedaría de la siguiente manera:

1 ^{er} Trimestre					
UD1	UD2	UD3	UD4	UD5	COMPORTAMIENTO
0%	20%	20%	20%	20%	20%
80%					20%

2 ^o Trimestre		
UD6	UD7	COMPORTAMIENTO
40%	40%	20%
80%		20%

3 ^{er} Trimestre				
UD8	UD9	UD10	UD11	COMPORTAMIENTO
10%	20%	20%	30%	20%
80%				20%

4. UNIDADES DIDÁCTICAS:

Unidad Didáctica 1: “Para ganar destreza hay que usar la cabeza”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	4 sesiones	Temporalización	8 - 17 septiembre

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

En diversas investigaciones de los últimos años se ha estudiado el impacto que la actividad física y la práctica deportiva tiene sobre la salud (física y mental), las relaciones personales (socialización) e incluso en el rendimiento cognitivo (Ramírez et al., 2004). Y se ha observado que los beneficios no son únicamente físicos, sino también psicológicos (Jiménez & Martínez, 2008).

Sin embargo, la práctica deportiva también está ligada a grandes problemas de salud como lesiones por sobre carga o una mala praxis (Gabbett, 2016). Por ello, la adquisición de hábitos del cuidado de la salud y de seguridad es uno de los principales objetivos del Decreto 89/2014 en Educación Física (fragmentación del entrenamiento en calentamiento, parte principal y vuelta a la calma).

2. Objetivos

1. Orientar y adaptar los movimientos con relación a la localización de los compañeros, los objetivos y finalidades del juego.
2. Aprender a discriminar la izquierda y derecha con y sin incertidumbre.
3. Comprender el papel del juego y el deporte como elemento social y cultural.
4. Reconocer y realizar conscientemente todas las partes en que se divide la sesión.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Reconocimiento de la izquierda y derecha de los demás en movimiento.

Bloque 2. Habilidades motrices básicas.

- El juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales.
- Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.

Bloque 4. Actividad física y salud.

- Calentamiento y “vuelta a la calma”, funciones y características.

C.C.1: Se iniciarán en las destrezas comunicativas y lingüísticas específicas del área utilizando el diálogo y el debate como herramienta básica que garantice el respeto.

C.C.4: Todas las actividades de esta unidad servirán como propuestas de calentamiento y activación en las unidades didácticas venideras, por lo que deberán aprender a calentar autónomamente para después poder llevarlo a cabo de forma rápida y eficaz.

C.C.5: Se iniciarán en los juegos de carácter cooperativo y colaborativo.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, con o sin oposición, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y seleccionando y aplicando combinaciones de habilidades motrices básicas.	1.1 Se orienta en movimiento situando los elementos del entorno en relación a otros objetos, a los demás y a las finalidades de la actividad.
	1.3 Discrimina la izquierda y derecha de los demás en movimiento.
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas.	4.4 Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor.
8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.	8.1 Reconoce el papel del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales.
10. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.	10.2 Realiza “el calentamiento inicial” de la sesión con cierta autonomía, utilizando ejercicios conocidos y siguiendo las instrucciones recibidas, valorando su función preventiva.
	10.3 Realiza la “Vuelta a la calma” de las sesiones, valorando su función de recuperación.

Unidad Didáctica 2: “Expresa, que el tiempo cesa”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	5 sesiones	Temporalización	22 septiembre - 6 octubre

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

La expresión corporal, aunque es uno de los contenidos menos valorados por los docentes de Educación Física y menos demandado por los alumnos (Robles et al., 2015), es un contenido muy importante para el desarrollo integral del alumno. Se trata de un contenido multidisciplinar que ayuda a trabajar otras áreas del currículo y además favorece el desarrollo emocional (Romero-Martín et al., 2017), social y cognitivo del niño (Brown et al., 2013). Además, potencia el trabajo interdisciplinar con asignaturas como Música.

Para que este contenido pase a tomar la importancia que se merece, Carriedo et al. (2019) proponen acercar la expresión corporal al alumno a través de dinámicas y retos virales de internet como: el *mannequinchallenge*, *Andy'scoming*, *Trumpiscoming*, *Thefloorislavachallenge*, *Invisibleboxchallenge*... Por ello, en esta unidad se utilizará la metodología ABRe con actividades de este estilo que fomenten la participación y la motivación de los alumnos.

2. Objetivos

1. Utilizar el cuerpo para representar personajes, situaciones, emociones, ideas y retos de internet.
2. Construir composiciones grupales siguiendo el ritmo de la música.
3. Opinar argumentar críticamente las propias ideas sobre la modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios.
4. Aprender a valorar la dificultad de expresar con el cuerpo ideas y sentimientos.
5. Trabajar el respeto hacia los diferentes estilos de la comunicación.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás.

Bloque 3. Actividades físicas artístico-expresivas.

- Composición de movimientos y bailes a partir de estímulos rítmicos y musicales.
- Expresión y comunicación de sentimientos, emociones, situaciones reales o imaginarias de forma individual y compartida a través del cuerpo y el gesto.
- Comprensión de mensajes corporales y representaciones.
- Valoración de los usos expresivos y comunicativos del cuerpo y del movimiento, independientemente del nivel de habilidad mostrado.

C.C.6: las actividades propuestas fomentarán la creatividad, la innovación y la improvisación para expresar a través del cuerpo y el movimiento.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
3. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	3.1 Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos, utilizando alguna técnica expresiva.
	3.2 Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales y plásticos.
9. Opinar coherentemente con actitud crítica, tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.	9.1 Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros y al entorno en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	12.6 Anima a sus compañeros o compañeras valorando las aportaciones positivas de cada uno en las actividades.
	12.7 Reconoce su aportación al resultado de las actividades colectivas y sabe diferenciar entre éxito y esfuerzo.

Unidad Didáctica 3: “Aprende a orientarte, que del móvil no siempre puedes fiarte”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	4 sesiones	Temporalización	8 - 20 octubre

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

A pesar de que las nuevas tecnologías y los GPS han facilitado mucho nuestra vida en estos últimos años, la orientación es una habilidad que hay que desarrollar. Por ello, se empieza a trabajar desde Educación Infantil (Decreto 17/2008, de 6 de marzo, del Consejo de Gobierno, por el que se desarrollan para la Comunidad de Madrid las enseñanzas de la Educación Infantil) hasta la etapa de Educación Secundaria y Bachillerato (Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato).

La orientación indispensable para muchas actividades del día a día: moverse por la ciudad, coger un metro, orientarse por la carretera, por la montaña, por los parques... Por esto, en esta unidad se trabajará la orientación de forma lúdica a través de carreras de orientación y con la posterior incorporación de aplicaciones como *Google Maps* o juegos como el *Pokemon Go*, que además tiene un componente lúdico y se ha comprobado que fomentan la práctica deportiva (Vergara-Torres et al., 2020).

2. Objetivos

1. Identificar planos sencillos de orientación y adaptar los desplazamientos en un terreno irregular que aumenta la incertidumbre (medio natural).
2. Respetar el entorno y el medio natural (la fauna y la flora).
3. Identificar la capacidad básica de la resistencia y adaptar la intensidad del esfuerzo en relación con la duración del esfuerzo y al relieve del entorno.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Interpretación de planos sencillos. Autonomía personal y autoestima.

Bloque 2. Habilidades motrices básicas.

- Juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Práctica de juegos de orientación.
- Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento.

C.C.1: Se comunicarán respetuosamente con un lenguaje técnico que les permitirá desenvolverse con soltura en contextos en los que usarán un mapa, un plano o croquis.

C.C.2: Aprenderán a leer las leyendas de los mapas comunes y específicos de la orientación para producir una respuesta con rigor basada en un razonamiento lógico.

C.C.4: En esta unidad desarrollarán una competencia para toda la vida. Aprenderán a leer mapas y a orientarse en el espacio sin necesidad de depender de las TIC.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, utilizando las habilidades perceptivo-motrices.	1.2 Interpreta planos sencillos de orientación para elegir el itinerario que mejor se ajuste a la situación y al objetivo que se pretende.
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas.	4.1 Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.
6. Regular y dosificar la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades.	6.3 Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros y al entorno en las actividades físicas y en los juegos.	12.2 Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.
13. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.	13.1 Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.
	13.2 Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.

Unidad Didáctica 4: “Trabajo en equipo, mejor que solito”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	8 sesiones	Temporalización	22 octubre - 17 noviembre

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

Los juegos y deportes competitivos pueden tener un impacto muy positivo en la infancia siempre y cuando las normas estén adaptadas al nivel evolutivo de los discentes. Por ello, el rugby-tag es una buena opción para trabajar la colaboración-oposición, pues se trata de una adaptación más dinámica que requiere de menos contacto y que tiene una base reglamentaria más sencilla que el rugby.

Como observaron Thomas & Wilson (2014), el objetivo del mini-rugby (o como es en este caso, el rugby-tag) en Educación Primaria no es la especialización temprana. El objetivo principal de este tipo de deportes en iniciación es potenciar las habilidades motrices. Habilidades que les servirán para aprender más adelante otros contenidos específicos y desenvolverse con soltura (transferencia positiva).

Además de ser un deporte con un gran abanico de posibilidades educativas a nivel de desarrollo psicomotor, el rugby-tag también tiene un componente social muy importante. Se trata de un deporte de equipo que se sustenta en cinco valores fundamentales: la integridad, la pasión, la solidaridad, la disciplina y el respeto. Valores que nos ayudarán a conseguir los objetivos que queremos alcanzar en este curso.

2. Objetivos

1. Adaptar los movimientos y orientarse por el espacio con relación a la colocación de los componentes del equipo, los adversarios y el móvil.
2. Mejorar las habilidades de pase y recepción utilizando un móvil con forma de óvalo y no esférico.
3. Utilizar estrategias de carácter individual y colectivo para conseguir el objetivo de las actividades de colaboración y colaboración-oposición propuestas.

4. Discernir entre actividades y jugadas individuales y aquellas colectivas que implican el trabajo en equipo.
5. Aceptar la diversidad del grupo, animar a los compañeros y aceptar tanto el éxito como el fracaso.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- Estructuración espaciotemporal en acciones y situaciones motrices complejas que implique variaciones de velocidad, trayectoria, interpretación, evoluciones grupales.
- Seguridad y confianza en sí mismo y en los demás.
- Autonomía personal y autoestima.

Bloque 2. Habilidades motrices básicas.

- Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad.
- Resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- Práctica de juegos y actividades predeportivas sin implemento.
- Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
- Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.

- Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios.
- Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

Aprender a aprender → C.C.4: Al ser el primer predeporte de equipo que verán en este curso, los alumnos deberán adaptarse ya no solo a lo que ellos saben hacer y lo que desconocen, sino también a lo que sus compañeros saben y desconocen. La competencia aprender a aprender estará presente a lo largo de toda la unidad ya que los discentes irán desarrollando una autonomía individual y de grupo que les permitirá avanzar en los contenidos. Siguiendo una secuencia de actividades de colaboración a colaboración-oposición, aprenderán a reconocer un contexto de aprendizaje diferente y deberán ir adaptando su respuesta en función de los requerimientos y la dificultad de las actividades o retos.

Competencias sociales y cívicas → C.C.5: Al ser un deporte de equipo, sin duda alguna, los alumnos aprenderán a desenvolverse en un contexto de equipo. Aprenderán a trabajar en equipo respetando y aceptando la diversidad del grupo tanto del propio equipo como de los oponentes. Las actividades y restos propuestos en la unidad ayudarán a fomentar un sentimiento de pertenencia al grupo que se trasladará al resto de clases y situaciones de su día a día.

Conciencia y expresiones culturales → C.C.6: Los diferentes retos y juegos que se realizarán tendrán el objetivo de mejorar las habilidades de liderazgo, responsabilidad, trabajo en equipo y el pensamiento crítico. Habilidades muy vinculadas con el sentido de iniciativa y el espíritu emprendedor.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
-------------------------	------------------------------------------------

1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, con o sin oposición, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y seleccionando y aplicando combinaciones de habilidades motrices básicas.	1.5 Adapta las habilidades motrices básicas de lanzamiento, pase y recepción de móviles a las situaciones de juego, sin perder el control de los mismos y anticipándose a su trayectoria y velocidad.
2. Resolver retos tácticos elementales propios de situaciones motrices individuales o de cooperación, con o sin oposición, actuando de forma individual, y cooperativa, y desempeñando las diferentes funciones implícitas a la situación motora.	2.1 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de oposición, adecuándose a las acciones del oponente.
	2.3 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de cooperación- oposición, adecuándose a las interacciones de todos los elementos presentes.
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas.	4.3 Distingue en juegos y actividades físico-deportivas, individuales y colectivos, estrategias de cooperación y de oposición.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros y al entorno en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	12.5 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.
	12.6 Anima a sus compañeros o compañeras valorando las aportaciones positivas de cada uno en las actividades.
	12.7 Reconoce su aportación al resultado de las actividades colectivas y sabe diferenciar entre éxito y esfuerzo.

5. Metodología y actividades

La metodología principal de esta unidad didáctica es el ABRe, pero dentro de ella se utilizarán diferentes estilos de enseñanza como la asignación de tareas (perteneciente a los estilos tradicionales), la resolución de problemas (estilo cognitivo) y la resolución de retos (específica del ABRe).

La asignación de tareas se utilizará de forma más frecuente en aquellas sesiones iniciales donde el trabajo estará enfocado al desarrollo de habilidades más individuales, mientras que la resolución de problemas y retos irá tomando cada vez más protagonismo según avance la unidad. De esta forma, además de implicar de forma física a los alumnos, estos también desarrollarán una serie de habilidades cognitivas como la creación de una táctica o estrategia de grupo para superar a los oponentes o conseguir los objetivos.

La distribución temporal de la utilización de los diferentes estilos de enseñanza queda recogida en la siguiente tabla:

Sesiones	Asignación de tareas*	Descubrimiento guiado*	Resolución de retos**
1	X		
2	X		
3	X	X	
4		X	X
5	X	X	
6			X
7			X
8		X	
<p>*Los diferentes estilos de enseñanza se desarrollan en el punto 4.1. de la PGA. **La resolución de retos responde a la parte principal de la metodología ABRe (punto 1.1. de la PGA).</p>			

Los principios metodológicos que sustentarán esta unidad son los de diversión, autosuperación, adaptación, individualización y socialización, los cuales están descritos en el apartado 5.1. de la PGA.

En cuanto a la estructura seguida en las distintas sesiones, se mantendrá una distribución temporal común: calentamiento (5-10 minutos), parte principal (35-40 minutos) y la vuelta a la calma (5 minutos).

6. Materiales curriculares y otros recursos didácticos

Para el desarrollo de esta unidad didáctica únicamente serán necesarios los materiales especificados en cada una de las sesiones. Y no habrá más recursos humanos que el propio profesor.

7. Evaluación

Como se ha especificado en el apartado de evaluación de la PGA, en cada trimestre se evaluarán tanto los contenidos conceptuales y procedimentales del deporte

(80% de la nota final) como los de carácter social y actitudinal (20%), los cuales tienen una rúbrica especial que se encuentra en el Anexo 5.

Al estar compuesto el primer trimestre por cuatro unidades didácticas evaluables, el 80% de la evaluación estará destinada a los contenidos deportivos de las unidades de expresión corporal, orientación, rugby-tag y bádminton. Por lo que la evaluación de esta unidad en concreto solo valdrá una cuarta parte de este porcentaje. Es decir, un 20% sobre la nota final del primer trimestre.

Y dentro de la evaluación de esta unidad, los diferentes estándares de aprendizaje no se evaluarán individualmente, sino que se evaluarán algunas actividades concretas en las que se trabajan estos objetivos.

A continuación, aparece una tabla en la que se especifican los contenidos que se van a trabajar en cada actividad de evaluación escogida, los estándares de aprendizaje que se observarán y el porcentaje de la nota que tendrá sobre esta Unidad Didáctica (sobre el 100%). La cual luego se ponderará junto con las demás unidades para obtener la nota del trimestre entero.

Actividades de evaluación*	Contenidos	E.A.	Porcentajes
<p>“Retos” (sesión 4)</p>	<p>Autonomía personal y autoestima. Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices. Práctica de juegos y actividades pre - deportivas sin implemento. Valoración del esfuerzo personal y colectivo. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.</p>	<p>2.1 12.5. 12.6 12.7</p>	<p>40%</p>
<p>“Retos” (sesiones 6 y 7)</p>	<p>Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva. Estructuración espaciotemporal en acciones y situaciones motrices complejas. Seguridad y confianza en sí mismo y en los demás. Resolución de problemas motores de cierta complejidad.</p>	<p>1.5 2.3 4.3 12.5</p>	<p>60%</p>

	<p>Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y del móvil.</p> <p>Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.</p> <p>Aceptación y respeto hacia las normas, reglas y personas que participan en el juego.</p> <p>Implicación activa, reconociendo y aceptando la diversidad del grupo.</p>		
<p>*Dentro del punto 10 destinado a la organización de la enseñanza, las actividades seleccionadas para la evaluación han sido resaltadas en azul para poder diferenciarlas del resto.</p>			

8. Medidas de atención a la diversidad

Todas las actividades propuestas siguen el modelo del DUA. Cada alumno podrá avanzar y mejorar sus habilidades técnicas y tácticas en función de su interés y su nivel de desarrollo. Al tratarse de una unidad en la que se trabaja la mayor parte del tiempo en equipo, los alumnos con menos habilidades motrices se verán apoyados y respaldados en todo momento por sus compañeros y por el profesor. Y, en el caso de las sesiones que siguen la metodología ABRe, los retos serán siempre grupales, de forma que el éxito o el fracaso a la hora de enfrentarse a los mismos será grupal y nunca individual.

Destacar que, en ningún momento hay actividades en las que los alumnos puedan ser eliminados de un juego o una actividad (y por tanto excluidos), reduciendo así su tiempo de práctica deportiva o dando la posibilidad de crear un sentimiento de rechazo hacia la práctica deportiva.

9. Otros elementos que pueden estar de forma explícita

Educación en valores: a lo largo de todas las sesiones se trabajarán valores como el esfuerzo, la superación, la perseverancia, la igualdad, el respeto y el compañerismo. Además, como se comentó en la justificación de la unidad, se dará mucha importancia

a los valores que fomentan y refuerzan las relaciones sociales como son el trabajo en equipo, la colaboración y la atención a la diversidad.

10. Organización de la enseñanza¹

SESIÓN Nº: 1	FECHA: 22 / 10 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Adaptar los movimientos a las circunstancias y condiciones de las situaciones de juego. 	
MATERIAL: 12 balones de rugby de talla 4 y 24 cinturones de rugby tag.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Pilla-pilla con balón:</i> Se trata de un pilla-pilla en el que el jugador que liga tiene que pillar a otro jugador tocando con el balón al mismo (no puede lanzarlo, sino que debe existir un contacto directo entre el jugador pillado, el balón y el que la liga). En el momento en que un jugador es pillado se intercambiarán los roles. <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grupo: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Robando cintas:</i> Se trata de un pilla-pilla en el que el jugador que liga tiene que conseguir quitarle las cintas de uno de sus compañeros (una o las dos). En el momento en el que el jugador que liga consigue robar una cinta, se intercambia los roles con el compañero. <ul style="list-style-type: none"> - <i>Variante 1:</i> para que uno ligue, debe perder las dos cintas, ya sea porque el que la liga se las ha quitado de una en una o porque se las haya robado las dos a la vez. - <i>Variante 2:</i> todos contra todos. No hay jugadores eliminados, si un jugador pierde una o ambas cintas tiene que seguir intentando robar alguna cinta. ❖ <i>Bulldog con cintas:</i> se delimita un espacio de juego dividido en dos partes. El alumno que liga se coloca en el centro de la pista y sólo puede desplazarse de manera lateral. A la señal de este, el resto de los jugadores deben de pasar de un lado al otro de la pista sin que el jugador del centro les robe ninguna cinta. En caso de que un alumno pierda alguna de sus cintas se debe sumar al rol de los que ligan. ❖ <i>Pases locos:</i> la mitad de los jugadores con balón y la otra mitad sin él, deben correr por el espacio pasándose el balón entre ellos siguiendo las instrucciones del profesor (ej: pasar el balón con la mano izquierda, con el pie, rodando, bombeado...). 	

¹ Algunas de estas actividades han sido extraídas de un trabajo realizado el curso pasado en la asignatura de Fundamentos de los Deportes de Adversario y Didáctica II con mis compañeros Miguel Castillejos y Adrián Gamaliel Marrero.

Vuelta a la calma:

- En gran grupo se reflexiona sobre lo aprendido y se ponen en común las primeras sensaciones con el material de rugby-tag.

SESIÓN Nº: 2	FECHA: 27 / 10 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar un trabajo sobre el ensayo. - Mejorar los pases y las recepciones del balón. 	
MATERIAL: conos, petos de diferentes colores, 12 balones de rugby talla 4 y 24 cinturones de rugby-tag.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Corre y pasa el balón:</i> se da un balón por persona a la mitad de los alumnos (12 alumnos con balón y 12 sin balón). El objetivo de la actividad es la realizar el mayor número pases posibles, aprovechando el apoyo de los compañeros sin balón. <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grupos de seis personas: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Pañuelo-tag:</i> se delimitan dos espacios de juego (para que nadie quede parado) en cuyos extremos se disponen dos zonas a unos 5 metros (zona de ensayo). Cada grupo se numera del 1 al 6 (todos los jugadores deben tener las cintas puestas). El profesor coloca un balón en el centro de la pista y señala un número, como en el juego del pañuelo. Los alumnos elegidos deben disputarse la posesión del balón e intentar volver a su zona de salida sin que el otro le quite las cintas. El equipo gana un punto en caso de que el jugador de dicho equipo consiga volver con el balón sin haber perdido ninguna cinta o si el jugador consigue robar alguna cinta al jugador contrario. <ul style="list-style-type: none"> - <i>Variante:</i> en vez de regresar al mismo punto de salida, el jugador que coja el balón deberá intentar ensayar en el campo contrario sin perder las cintas. ❖ <i>Rugby Ball:</i> se creará una especie de campo de béisbol con tres bases más la del lanzador. Se forman dos equipos: uno comienza “pateando” (realizando una patada al balón) y el otro defendiendo. El lanzador le pasará la pelota al pateador de manera que este la pueda golpear para poder salir corriendo por las distintas bases con una dinámica similar a la del béisbol. Cada 5 minutos cambiarán los equipos. Puntuación: 1 punto cada vez que un jugador atacante consiga una carrera, 1 punto cada vez que un jugador defensivo coja el balón en el aire. Gana el equipo con más puntos. <p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Se pondrán en común los aspectos tácticos vistos. Se hablará sobre la importancia de trabajar en equipo y valorar y respetar la diversidad del aula. 	

SESIÓN Nº: 3	FECHA: 29 / 10 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
- Conocer y perfeccionar la técnica del pase corto y largo.	
MATERIAL: conos, petos de diferentes colores, 20 balones de rugby talla 4 y 24 cinturones de rugby-tag.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Ponte detrás y pasa:</i> se forman tres grupos de ocho personas. Estos se colocarán en fila con una separación de 1 metro. El juego consiste en ir haciendo pases al compañero de detrás mientras se va corriendo por todo el campo. Los pases se realizan con técnica libre. Cuando el balón llegue al último jugador, este debe correr al principio de la fila. <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Por grupos: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Explicación del pase corto</i> (forma de agarrar el balón y pasarlo). ❖ <i>Pasando en círculo:</i> pases en grupos de 6 o 8 alumnos, con la técnica enseñada. <ul style="list-style-type: none"> - <i>Variantes:</i> vamos introduciendo cambios de dirección, salto, más balones... ❖ <i>Hasta luego:</i> Se forman seis grupos de 4 alumnos que se reparten en dos cuadrados delimitados por conos (3 grupos por cuadrado). El profesor indica cómo pasarse el balón entre los jugadores de cada equipo: pase normal, pase bombeado, dejar el balón en el suelo... Los jugadores deben estar en movimiento sin salir del cuadrado, de forma que se entrecrucen los jugadores de los diferentes equipos. A la señal del profesor, todos los jugadores con balón tendrán que abandonar el cuadrado rápidamente. ❖ <i>Explicación del pase largo:</i> (forma de agarrar el balón y pasarlo). ❖ <i>Pase largo:</i> con los mismos grupos y aumentando la distancia, en fila a unos dos metros de distancia aproximadamente, se realizarán pases largos con la técnica correcta. ▪ Por parejas: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>¿Corto, largo o cambio?:</i> Todos juntos en un mismo espacio y por parejas irán alternando pases largos y cortos según la indicación del profesor. Y a la orden de "cambio" se deberán cambiar las parejas. <p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Se pondrán en común los aspectos técnico-tácticos trabajados. Se hablará sobre las dificultades encontradas. 	

SESIÓN Nº: 4	FECHA: 03 / 11 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
- Mejorar la técnica del pase.	
MATERIAL: conos, petos de diferentes colores, 20 balones de rugby talla 4 y carteles explicativos de los diferentes retos.	

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

Calentamiento:

- *Ponte detrás y pasa*: ejercicio trabajado en la sesión anterior.

Parte principal:

- Los alumnos trabajarán por retos. Para ello, se dividirá la clase en cuatro grandes grupos (6 personas aproximadamente) y trabajarán como un equipo durante casi toda la sesión. Deberán organizarse e indagar sobre la posible mejor solución para conseguir superar los diferentes retos. Y para pasar de reto, deben superar el anterior. El orden de los retos con su explicación se expondrá en la pared del polideportivo.
- En cuatro grupos:
 - ❖ *Pases*: en el primer ejercicio, tienen que realizar pases en equipo. Organizándose como ellos quieran, deberán superar los siguientes retos.
 - Reto 1: Hacer treinta pases en un tiempo máximo de un minuto.
 - Reto 2: Hacer treinta pases en un tiempo máximo de 50 segundos.
 - Reto 3: Hacer treinta pases en un tiempo máximo de 50 segundos tocando el balón todos los integrantes del grupo por igual.
 - Reto 4: Hacer treinta pases en un tiempo máximo de 50 segundos tocando el balón todos los integrantes del grupo por igual sin poder moverse por el espacio.
 - Reto 5: Hacer treinta pases en un tiempo máximo de 50 segundos teniendo en cuenta que solo se puede tocar el balón una vez y hasta que no lo hayan tocado todos los compañeros no se podrá volver a intervenir en los pases. Y tienen que hacerlo sin poder moverse por el espacio.
 - ❖ *Pases laterales*: partiendo de la posición círculo con una separación de un metro entre compañeros, deberán superar los siguientes retos:
 - Reto 1: Conseguir que el balón pase de compañero en compañero siguiendo las agujas del reloj sin que se caiga.
 - Reto 2: Utilizando la misma estrategia, deberán conseguir que el balón de tres vueltas completas en menos de un minuto.
 - Reto 3: Aumentando la separación entre compañeros a dos metros, deberán volver a realizar el mismo ejercicio en menos de un minuto.
 - Reto 4: La mitad de los compañeros se sentarán y desde el suelo deberán seguir haciendo el mismo ejercicio (la localización de los alumnos sentados es libre).
 - Reto 5: De igual forma, con la misma separación y en el mismo tiempo, los alumnos que todavía estaban de pie se deberán sentarse como sus compañeros en su posición y deberán conseguir que el balón de tres vueltas pasándose lo sin que caiga en menos de un minuto.
Estos retos se repetirán, pero cambiando la dirección de los pases para que en este nuevo caso sea en dirección contraria a la agujas del reloj.
- En gran grupo:
 - ❖ *Pases aleatorios*: los alumnos deberán superar los siguientes retos:

- Reto 1: En menos de un minuto, deberán conseguir que todos los alumnos toquen el balón sin que se caiga al suelo en ningún momento (realizando pases).
- Reto 2: En continuo movimiento, los alumnos deberán realizar la misma actividad que antes.
- Reto 3: La mitad de los alumnos se sentarán esparcidos por el espacio y la otra mitad tendrá la libertad de poder moverse. Los alumnos deberán conseguir que todos los alumnos toquen el balón en menos de un minuto.
- Reto 4: Se repetirá el ejercicio, pero esta vez los que estaban sentados serán los que se puedan mover y viceversa.
- Reto 5: Se sentarán todos los alumnos menos cinco que tendrán toda la movilidad que quieran y que podrán realizar todos los pases que quieran. Tendrán que conseguir que todos hagan un pase sin que se caiga el balón en menos de un minuto.

Vuelta a la calma:

- Se formará un círculo y se debatirá sobre la importancia de trabajar en equipo, de crear una estrategia común y llevarla a cabo, de respetar la diversidad de la clase...

SESIÓN Nº: 5	FECHA: 05 / 11 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
- Interiorizar el concepto de invasión.	
MATERIAL: petos de diferentes colores, 20 balones de rugby talla 4 y 24 cinturones de rugby-tag.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento:	
<ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>¿Corto, largo o cambio?:</i> ejercicio trabajado en la sesión 3. ❖ <i>Pasa, pasa que me pillan:</i> los alumnos van corriendo libremente por el campo haciéndose pases (largos y cortos). Cuando el profesor diga “YA” los alumnos que no tengan balón tienen que intentar pillar (quitar las cintas) a los alumnos que lo tienen. 	
Parte principal:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Por grupos de seis personas: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Pase libre:</i> aprovechando todo el espacio, los alumnos deben recrear situaciones de 6 vs 0, es decir, en grupos de 6 distribuidos formando una diagonal, se realizan pases aplicando las reglas de rugby-tag y haciendo especial énfasis en la regla del “avant” y “fuera de juego” que se habrá explicado previamente. ❖ <i>Cintado:</i> explicación de cómo quitar las cintas y de cómo se reanuda el juego cuando esto ocurre (golpe franco). ❖ <i>Pase con rivales:</i> se organizan como en el “pase libre”, pero ahora habrá 2 alumnos que harán de defensores y tendrán que intentar quitarle alguna cinta al poseedor del balón. Si consiguen quitarle una cinta se aplicará el “golpe franco”. Cada grupo tendrá tres 	

intentos para superar esa línea defensiva. Se irán cambiando los roles y las posiciones de los jugadores.

Vuelta a la calma:

- ❖ Se hablará sobre la importancia de trabajar en equipo para conseguir avanzar el mayor terreno posible (objetivo principal del rugby-tag).

SESIÓN Nº: 6	FECHA: 10 / 11 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN: <ul style="list-style-type: none">- Evitar el avance de los adversarios en rugby tag.- Conocer situaciones de ventaja y desventaja.	
MATERIAL: petos de diferentes colores, 20 balones de rugby talla 4 y 24 cinturones de rugby-tag.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento: <ul style="list-style-type: none">❖ <i>Avanzar en parejas:</i> en grupos de cuatro (una pareja en cada extremo del campo), con un balón y con las cintas de rugby-tag, una pareja debe avanzar realizando pases o fintando a la otra pareja (defensores) intentan detener el avance de los atacantes quitándoles las cintas. En caso de que se produzca un “cintado” los atacantes deben retrasarse un metro y los defensores volverán a su posición de inicio.	
Parte principal: <ul style="list-style-type: none">▪ Se trabajará por retos. Para conseguir los diferentes objetivos, los alumnos se dividirán en dos grandes grupos (10-12 personas aproximadamente). Primero realizarán los retos los miembros de un equipo mientras los otros compañeros hacen de apoyo y posteriormente, se realizará un cambio de roles.▪ En dos grupos:<ul style="list-style-type: none">❖ <i>Espejo roto:</i> se formarán dos equipos parejos diferenciados con petos. Cada alumno del equipo atacante recibirá un número del 1 al 12 (en caso de ser un grupo de doce). El juego se realizará en todo el largo del campo donde habrá una zona de ensayo para cada equipo. El juego comienza en una situación de “espejo”, es decir, los jugadores de ambos equipos están distribuidos de la misma forma. Y el objetivo es trabajar la defensa (en la próxima sesión se trabajará el ataque), por lo que, cuando el profesor diga un número, los alumnos con dicho número que se encuentren simulando la línea de ataque tendrán que ir corriendo a tocar su línea de ensayo para posteriormente, incorporarse de nuevo al juego. Mientras tanto, el equipo defensor deberá colaborar para frenar el avance de los contrarios.<ul style="list-style-type: none">➤ Reto 1: El profesor, en vez de señalar a un único atacante para que se vuelva a su línea de ensayo, escogerá a la mitad (“todos los números pares” o “todos los impares”). Si los defensores consiguen frenar a los atacantes antes de que superen la mitad de la pista por dos metros, entonces habrán conseguido	

superar el reto. En cambio, si los atacantes consiguen llegar dos metros más lejos de la mitad del campo, se repetirá la jugada.

- Reto2: En este caso, el profesor indicará por franjas a los atacantes qué jugadores tienen que retroceder. Y la dinámica del reto será la misma que en el reto anterior.
 - Reto 3: Ahora, el profesor únicamente indicará el número de un atacante.
 - Reto 4: De nuevo, el profesor indicará los números de los atacantes que deberán retroceder, pero ahora los defensores deberán evitar que los atacantes lleguen a la mitad del campo.
 - Reto 5: Igual, pero evitando que los atacantes consigan pasar a la última cuarta parte de su campo.
- El tiempo con el que contarán los diferentes grupos será el mismo.

Vuelta a la calma:

- ❖ Aprovechando el reto de estiramientos y de relajación, se comentarán los aspectos más significativos que se hayan visto en la sesión.

SESIÓN Nº: 7	FECHA: 12 / 11 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN: <ul style="list-style-type: none">- Potenciar el avance en rugby tag.- Conocer situaciones de ventaja y desventaja.	
MATERIAL: conos, petos de diferentes colores, 20 balones de rugby talla 4 y 24 cinturones de rugby-tag.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento: <ul style="list-style-type: none">❖ <i>Pasa, pasa que me pillan:</i> ejercicio descrito en la sesión 5.	
Parte principal: <ul style="list-style-type: none">▪ Se trabajará por retos igual que en la sesión anterior, pero en este caso, se trabajará el ataque y no la defensa.▪ En dos grupos:<ul style="list-style-type: none">❖ <i>Espejo roto:</i> se realizará el mismo juego que en la sesión anterior, pero en este caso buscaremos mejorar el ataque. En este caso, se numerará a los alumnos del equipo defensor<ul style="list-style-type: none">➤ Reto 1: El profesor, en vez de señalar a un único defensor para que se vuelva a su línea de ensayo, escogerá a la mitad (“todos los números pares” o “todos los impares”). Si los atacantes consiguen llegar a la mitad del campo sin ser frenados, habrán conseguido superar el reto. En cambio, si los defensores consiguen bloquear el avance de los atacantes antes de que lleguen al medio campo, deberán repetir el reto.	

- Reto2: En este caso, el profesor indicará por franjas a los defensores que jugadores tienen que retroceder. Y la dinámica del reto será la misma que en el reto anterior.
- Reto 3: Ahora, el profesor únicamente indicará el número de un defensor.
- Reto 4: De nuevo, el profesor indicará los números de los defensores que deberán retroceder, pero ahora los atacantes deberán intentar llegar dos metros por delante de la línea del medio campo.
- Reto 5: Igual, pero esta vez, los atacantes deberán intentar llegar a la mitad del campo del equipo contrario (avanzar tres cuartas partes del campo).
A mitad de la sesión se invertirán los roles y el grupo que no estaba haciendo los retos pasará a atacar.

Vuelta a la calma:

- ❖ El profesor creará un diálogo abierto para que los alumnos comenten qué aspectos estratégicos han observado que funcionan tanto en el ataque como en la defensa.

SESIÓN Nº: 8	FECHA: 17 / 11 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
- Realizar situaciones reales de juego.	
MATERIAL: conos, petos de diferentes colores, 20 balones de rugby talla 4 y 24 cinturones de rugby-tag.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Bulldog adaptado:</i> se realizará el juego del bulldog explicado en la sesión uno, pero, como variación, introduciremos un balón donde antes de pasar al otro lado los alumnos deberán realizar cinco pases sin que el jugador del centro le quite una o dos cintas al jugador con el balón. Si completan correctamente los pases, el jugador que liga se deberá colocar en el centro y el resto de los alumnos tendrán que intentar pasar de un lado a otro, repitiéndose la secuencia hasta que todos estén pillados. <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ En grupos de seis: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Partidillos 6 vs 6:</i> se delimitarán cuatro campos donde se jugarán partidos de siete minutos con las reglas del rugby-tag. Se irá rotando para que estén jugando partidos constantemente, habiendo una zona de “ascenso” y otra de “descenso”. ❖ <i>12 vs 12:</i> partido final con las reglas del rugby-tag, aprovechando todo el espacio y todo lo visto y practicado en las sesiones previas. <p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Se dará cierre a la unidad y por ello, se hablará de los aspectos aprendidos en la misma, tanto a nivel deportivo (técnica y táctica), como social (emociones, sentimientos, etc.). 	

Unidad Didáctica 5: “Golpea el volante para llegar más adelante”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	8 sesiones	Temporalización	19 noviembre - 17 diciembre

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

Desde que se introdujo en 1992 el bádminton en los Juegos Olímpicos de Barcelona, este deporte se ha convertido en uno de los más practicados a nivel mundial con más de 200 millones de practicantes (Chin et al., 1995). De hecho, se trata de un contenido obligatorio en la etapa de Educación Secundaria (Real Decreto 1105/2014).

Pero el aumento de practicantes en este deporte no se debe a un suceso aleatorio. Este deporte aparentemente sencillo, fomenta la adquisición de habilidades como el golpeo con implemento, los desplazamientos por el espacio, la coordinación, el trabajo óculo-manual y los reflejos. Y es muy accesible y entretenido en iniciación, lo cual lo convierte en un gran medio para trabajar muchas de las habilidades básicas y contenidos que se buscan conseguir en la etapa de Educación Primaria.

Además, el bádminton es uno de los pocos deportes compuesto por cinco modalidades: individual masculino y femenino, dobles masculinos, dobles femeninos y dobles mixtos. Por eso es un deporte perfecto para trabajar valores como el respeto y la igualdad, pues parejas compuestas por ambos sexos se pueden enfrentar entre sí tanto a nivel escolar como profesional.

2. Objetivos

1. Adaptar los desplazamientos y golpes en función de la trayectoria del volante, de la colocación del compañero y de la posición de los adversarios.
2. Aprender a realizar correctamente los diferentes golpes básicos (saque, *clear*, *drop*, *lop* y remate) atendiendo a las necesidades y situaciones del juego.
3. Utilizar una estrategia para superar los diferentes retos técnico-tácticos propuestos tanto de forma individual como por parejas.

4. Utilizar las tabletas digitales autónomamente para visionar vídeos y seguir la dinámica de la clase.
5. Respetar y valorar el propio nivel y el de los demás compañeros de clase.
6. Reconocer el esfuerzo que conlleva el aprendizaje de una nueva habilidad.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.

Bloque 2. Habilidades motrices básicas.

- El juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales.
- Práctica de juegos y actividades predeportivas con implemento.
- Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas y personas que participan.
- Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

Competencia lingüística → C.C.1: La comunicación lingüística se trabajará a lo largo de toda la unidad. Los alumnos deberán comunicarse en un entorno de respeto y en caso de que haya algún conflicto, deberán utilizar el diálogo como herramienta para resolver el problema. Además, en las sesiones en las que se trabaje dobles, los alumnos deberán cooperar con sus compañeros, razonar y debatir sobre qué táctica o qué soluciones pueden poner en marcha para superar los diferentes objetivos.

Competencia digital → C.C.3: Los alumnos deberán hacer uso de tabletas digitales en varias de las sesiones para poder acceder a los vídeos en los que se le presentarán algunos de los retos.

Aprender a aprender → C.C.4: Como en la mayoría de las unidades propuestas, la competencia de aprender a aprender se trabajará gracias a que la propuesta de retos y

problemas les hará trabajar la autonomía y la eficacia. Los alumnos deberán reconocer los diferentes retos y tendrán que presentar una posible respuesta para superarlos.

Competencias sociales y cívicas → C.C.5: A lo largo de la unidad, los alumnos pasarán de realizar un trabajo más individual a uno más cooperativo en el que tendrán que juntarse por parejas. Se presentarán momentos en el que aquellos alumnos con mejores habilidades deberán posponer su progresión individual para conseguir que otros compañeros les alcancen. Gracias a esta enseñanza recíproca realizada entre iguales, las relaciones sociales se verán fortalecidas.

conciencia y expresiones culturales → C.C.6: En la última sesión se contextualizará el torneo bajo el manto de los Juegos Olímpicos y se entregarán pegatinas de las mejores jugadoras del Ranking Mundial para dar a conocer sus nombres y así incitar a los alumnos a investigar más sobre el deporte.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, con o sin oposición, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y seleccionando y aplicando combinaciones de habilidades motrices básicas.	1.4 Adapta los desplazamientos, saltos y otras habilidades motrices básicas a las finalidades y a los roles desempeñados en juegos y actividades predeportivas y a diferentes tipos de entornos que puedan suponer cierto grado de incertidumbre. 1.5 Adapta las habilidades motrices básicas de golpeo de móviles a las situaciones de juego, sin perder el control de los mismos y anticipándose a su trayectoria y velocidad.
2. Resolver retos tácticos elementales propios de situaciones motrices individuales o de cooperación, con o sin oposición, actuando de forma individual, y cooperativa, y desempeñando las diferentes funciones implícitas a la situación motora.	2.1 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de oposición, adecuándose a las acciones del oponente. 2.4 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones motoras de carácter individual, adecuándose los requerimientos de la actividad y del entorno.
7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	7.1 Respetar la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.

	7.2 Reconoce el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
11. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés tratados en el curso y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo.	11.1 Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros y al entorno en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	12.2 Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.
	12.4 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.

5. Metodología y actividades

Para el desarrollo de esta unidad didáctica se utilizará la metodología ABRe, donde se incluyen distintos estilos de enseñanza: tradicionales, cognitivos y que fomentan la individualización y la socialización.

Se busca implicar física y cognitivamente al alumno para conseguir un aprendizaje más significativo a través de la indagación. Y, por consiguiente, se da más importancia a la toma de decisiones que a la calidad de ejecución de la propia técnica.

El momento de utilización de cada estilo de aprendizaje es:

Sesiones	Asignación de tareas*	Descubrimiento guiado*	Resolución de retos**
1	X	X	
2		X	X
3	X		
4	X		
5		X	
6			X
7			X
8		X	

*Los diferentes estilos de enseñanza se desarrollan en el punto 4.1. de la PGA.

**La resolución de retos responde a la parte principal de la metodología ABRe (punto 1.1. de la PGA).

Los principios metodológicos que sustentarán esta unidad son los de diversión, autosuperación, adaptación, individualización y socialización, los cuales están descritos en el apartado 5.1. de la PGA.

En cuanto a la estructura seguida en las distintas sesiones, se mantendrá una distribución temporal común: calentamiento (5-10 minutos), parte principal (35-40 minutos) y la vuelta a la calma (5 minutos).

Los juegos de calentamiento serán los trabajados en las primeras unidades didácticas los cuales se pueden ver desarrollados en el Anexo 11.

6. Materiales curriculares y otros recursos didácticos

Para el desarrollo de esta unidad didáctica únicamente serán necesarios los materiales especificados en cada una de las sesiones. Y no habrá más recursos humanos que el propio profesor.

7. Evaluación

Como se ha especificado en el apartado de evaluación de la PGA, en cada trimestre se evaluarán tanto los contenidos conceptuales y procedimentales del deporte (80% de la nota final) como los de carácter social y actitudinal (20%), los cuales tienen una rúbrica especial que se encuentra en el Anexo 5.

Al estar compuesto el primer trimestre por cuatro unidades didácticas evaluables, el 80% de la evaluación estará destinada a los contenidos deportivos de las unidades de expresión corporal, orientación, rugby-tag y bádminton. Por lo que la evaluación de esta unidad en concreto solo valdrá una cuarta parte de este porcentaje. Es decir, un 20% sobre la nota final del primer trimestre.

Y dentro de la evaluación de esta unidad, los diferentes estándares de aprendizaje no se evaluarán individualmente, sino que se evaluarán algunas actividades concretas en las que se trabajan estos objetivos.

A continuación, aparece una tabla en la que se especifican los contenidos que se van a trabajar en cada actividad de evaluación escogida, los estándares de aprendizaje que se observarán y el porcentaje de la nota que tendrá sobre esta unidad didáctica (sobre el 100%). La cual luego se ponderará junto con las demás unidades para obtener la nota del trimestre entero.

Actividades de evaluación*	Contenidos	E.A.	Porcentajes
<p>“La caja” (sesión 5)</p>	<p>Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora. Práctica de actividades predeportivas con implemento. Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación/oposición.</p>	<p>1.4 1.5 2.1</p>	<p>20%</p>
<p>“Retos” (sesiones 6 y 7)</p>	<p>Práctica de juegos y actividades predeportivas con implemento. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas y personas que participan. Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación. Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.</p>	<p>2.4 7.2 11.1 12.2 12.4</p>	<p>60%</p>
<p>“Los Juegos Olímpicos” (sesión 8)</p>	<p>El juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales. Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación/oposición. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas y personas que participan. Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.</p>	<p>7.1 12.4</p>	<p>20%</p>
<p>*Dentro del punto 10 destinado a la organización de la enseñanza, las actividades seleccionadas para la evaluación han sido resaltadas en azul para poder diferenciarlas del resto.</p>			

La rúbrica de la actividad de “la caja” se encuentra en el Anexo 12. La rúbrica de los “retos” en el Anexo 13. Y la rúbrica de “los Juegos Olímpicos” en el Anexo 14.

8. Medidas de atención a la diversidad

Las actividades propuestas no discriminan a los alumnos por sus habilidades o destrezas, cumplen con el DUA. Cada alumno puede realizar las diferentes actividades acorde a su nivel de desarrollo. En el caso de las sesiones que siguen la metodología ABRe, los retos están dispuestos de menor a mayor dificultad para que cada alumno pueda ir mejorando y aprendiendo

Y cuando hay elementos competitivos se intenta que los alumnos cuenten con las mismas posibilidades de éxito y realicen el mismo tiempo de práctica que los demás. No quedan eliminados como tal, se desplazan a otras pistas para seguir jugando con otros compañeros.

9. Otros elementos que pueden estar de forma explícita

Actividades extraescolares: el colegio oferta clases de bádminton por las tardes después del horario lectivo para todos los alumnos del centro.

Fomento de la lectura: tras la realización de la quinta sesión, los alumnos deberán buscar por tríos una noticia deportiva relacionada con el bádminton (de actualidad o que haya tenido mucho impacto en los últimos años) y subirla al foro de la plataforma oficial del colegio. Además, individualmente también tendrán que leer las noticias de los compañeros y comentar algo que les haya llamado la atención de alguna de sus noticias.

Fomento de las TIC: en la sesiones seis y siete los alumnos deberán utilizar dispositivos como móviles o tabletas digitales con conexión a internet para poder visualizar los retos.

Educación en valores: a lo largo de todas las sesiones se trabajarán valores como el esfuerzo, la superación, la perseverancia, la igualdad, el respeto y el compañerismo.

10. Organización de la enseñanza

SESIÓN Nº: 1	FECHA: 19 / 11 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN: <ul style="list-style-type: none">- Iniciarse en los golpes de bádminton.	
MATERIAL: una raqueta de bádminton y un volante por alumno.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento: <ul style="list-style-type: none">▪ <i>Comecocos.</i>▪ <i>Bulldog.</i>	
Parte principal: <ul style="list-style-type: none">▪ Individualmente:<ul style="list-style-type: none">❖ <i>Toques guarreros</i> → cada alumno con un volante y una raqueta debe moverse por el espacio tratado de hacer toques de diferentes formas (cambiando la empuñadura, golpeando con más o menos fuerza, a diferentes alturas, con las dos manos...). Y cuando el profesor lo indica, deben cambiarse el volante con otro compañero (tratando que sea con un pase).▪ Por parejas:<ul style="list-style-type: none">❖ <i>Toques guarreros en parejas</i> → de la misma forma que antes solo que esta vez deben hacer los toques en parejas.	
Vuelta a la calma: <ul style="list-style-type: none">▪ En gran grupo se reflexiona sobre lo aprendido y se ponen en común las primeras sensaciones con el material nuevo.	

SESIÓN Nº: 2	FECHA: 24 / 11 / 2021
OBJETIVOS DE LA SESIÓN: <ul style="list-style-type: none">- Aprender golpes y técnicas básicas del bádminton (<i>lop</i> y <i>clear</i>).- Emprender una estrategia para superar los diferentes.	
MATERIAL: una raqueta de bádminton y un volante por alumno, cartas de retos (Anexo 6), una pizarra de Vileda, un rotulador de Vileda y gomets de tres colores diferentes (verdes, amarillos y rojos).	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento: <ul style="list-style-type: none">▪ <i>Caballería.</i>	

Parte principal:

- Individualmente y por parejas:
 - ❖ Se colocará una pizarra de Vileda con el nombre de todos los alumnos en una columna. A su lado se dibujarán 8 columnas paralelas a la de los nombres y en el encabezado de cada una se colocarán las tarjetas con los retos que deben intentar realizar los alumnos. Estos retos estarán ordenados de menor a mayor dificultad por colores.
 - Cada vez que un alumno supere un reto deberá ir a la pizarra y colocar en la columna del reto y en la fila con su nombre un *gomet* del color del reto superado.
 - Los retos se deben hacer en orden, lo cual implica que cuando un alumno llegue al quinto reto (reto por parejas), debe ayudar a otro compañero a superar los primeros para poder seguir avanzando. Y cuando un reto por parejas es superado, ambos se colocan el *gomet*.
 - ❖ *Reto 1* → Realizar 5 toques seguidos sin que el volante caiga al suelo.
 - ❖ *Reto 2* → Realizar 10 toques seguidos sin que el volante caiga al suelo.
 - ❖ *Reto 3* → Coger 2 veces el volante del suelo utilizando solo la raqueta.
 - ❖ *Reto 4* → Coger 5 veces el volante del suelo utilizando solo la raqueta.
 - ❖ *Reto 5* → Dar 6 toques seguidos con otro compañero.
 - ❖ *Reto 6* → Dar 12 toques seguidos con otro compañero.
 - ❖ *Reto 7* → Dar 10 toques seguidos con otro compañero golpeando el volante por encima de la cabeza.
 - ❖ *Reto 8* → Dar 20 toques seguidos con otro compañero golpeando el volante por encima de la cabeza.

Vuelta a la calma:

- En grupo se reflexiona sobre las sensaciones que se han producido (alegría, frustración, rabia, superación...).

SESIÓN Nº: 3	FECHA: 26 / 11 / 2021
OBJETIVOS DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Aprender golpes y técnicas básicas del bádminton (<i>lop</i> y <i>clear</i>). - Reconocer las diferentes empuñaduras y utilizarlas correctamente. 	
MATERIAL: una raqueta de bádminton y un volante por alumno.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento: <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Bitcoin</i>. Parte principal: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Individualmente: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Simón dice</i> → retomando con los ejercicios del primer día, cada alumno con una raqueta y un volante deben seguir las indicaciones del profesor: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Golpeo de mano baja con empuñadura de derecha y de revés. ➤ Golpeos a diferentes alturas (altos, bajos, alternando, etc.). 	

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Golpeamos, tocamos el suelo y golpeamos de nuevo. ➤ Golpeamos, cerramos los ojos y nos colocamos donde creemos que va a caer el volante. ➤ (...) <ul style="list-style-type: none"> ▪ Por parejas, tríos o cuartetos: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Simón se vuelve loco</i> → al igual que antes, los alumnos deberán seguir las directrices del profesor, pero esta vez serán por agrupaciones que variarán: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Entre tres, intentar mantener el volante en el aire. ➤ En cuartetos mantener el volante en el aire golpeando únicamente <i>clears</i>. ➤ Por parejas mantener el volante en el aire, pero un tiene que golpear siempre de mano baja y el otro de mano alta. <p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Para finalizar la clase, en este caso se les proyectará en la pizarra digital un breve vídeo de creación propia sobre el reglamento básico del bádminton → https://youtu.be/FWosRqk8mqw

SESIÓN Nº: 4	FECHA: 01 / 12 / 2020
OBJETIVOS DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Desplazarse eficazmente por la pista de bádminton. - Aplicar y ejecutar golpes de mano alta y mano baja (<i>clear, lop, remate y drop</i>). 	
MATERIAL: una raqueta de bádminton y un volante por alumno y una red para cada pista (6).	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Come-volantes</i> → se trata del mismo juego que el <i>Comecocos</i> solo que en este caso se juega en grupos de seis por las líneas del campo de bádminton. <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Por parejas: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Récord Guinness</i> → cada uno a un lado de la red en media pista tienen que intentar hacer el mayor número de toques seguidos utilizando cualquier tipo de golpeo visto. ❖ <i>Pluma y plumero</i> → cada uno a un lado de la red en media pista tienen que estar haciendo <i>clears</i> (golpeos de fondo a fondo de la pista), hasta que el profesor dé la señal de cambio. Si dice plumero, el jugador al que le toque realizar el siguiente golpeo debe hacer un <i>drop</i> (dejada desde el fondo de la pista) y el otro compañero tiene que levantarlo (<i>lop</i>), hasta que uno de los dos falle el golpe. En cambio, si dice pluma, el jugador debe realizar remates y el otro compañero debe levantarlos hasta que uno falle. Gana el jugador que más puntos consiga. ❖ <i>La caja</i> → utilizando las mismas parejas, estas se tienen que enfrentar en un partido a otra pareja. Aunque el partido es por parejas, cada jugador tendrá su media pista y 11 puntos. El objetivo del juego es conseguir es perder el menor número de puntos posibles. Cuando 	

un jugador se queda sin puntos es eliminado de su pista y debe cambiarse a otra que esté libre. Y el que se ha quedado solo jugará en su media pista hasta que otro compañero de otra pista reemplace a su compañero inicial. Gana la persona o pareja que más tiempo consiga mantenerse en su posición inicial.

Aunque las parejas tienen cada una sus mitades, los alumnos pueden decidir ayudarse para ganar a la otra pareja (ej.: golpear el volante del compañero porque este no llega).

- En dos grandes grupos:
 - ❖ *Filas* → los alumnos se dividen en dos filas, una a cada lado de la pista. El juego consiste en ganar el punto al equipo contrario. Cada alumno golpea el volante una vez y se mueve al final de la fila. De uno en uno deben ir entrando para evitar perder el punto y a la vez para intentar meter el punto. Y gana el grupo que más puntos consiga.

Vuelta a la calma:

- En gran grupo se ponen en común los elementos técnicos y tácticos vistos.

SESIÓN Nº: 5	FECHA: 03 / 12 / 2020
OBJETIVOS DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Moverse con soltura por la pista de bádminton. - Aplicar los golpes de mano alta y mano baja vistos (<i>clear, lop, drop</i> y remate). 	
MATERIAL: una raqueta de bádminton y un volante por alumno y una red para cada pista (6).	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Tulipán.</i> <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Por parejas: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>La caja</i> → se comenzará con el mismo juego que con el que se terminó la semana pasada, solo que esta vez con reglas más específicas. Se comenzará con 21 puntos y se irán perdiendo de la siguiente manera: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Si se tira a la red o fuera de la pista el volante → - 1 punto. ➤ Si el volante cae en mi campo en la parte de adelante → - 2 puntos. ➤ Si el volante cae en el pasillo de dobles del fondo → -2 puntos. ➤ Si cae en el rectángulo pequeño del fondo (unión entre el pasillo de dobles lateral y el pasillo de dobles del saque) → -3 puntos. ▪ Individualmente: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Partidos de individual a media pista</i> → en media pista, los alumnos jugarán partidos por tiempo siguiendo la dinámica de un pozo: los que pierden bajan de pista y los que ganan suben. 	

- ❖ *Volando voy* → para poder realizar la próxima sesión, se le enseñará a los las seis zonas en las que está dividida la pista de bádminton y se les mostrará la forma correcta de desplazarse en bádminton.
Una vez finalizada la explicación, por parejas se pondrán en una pista y uno le irá diciendo a qué zona debe moverse y el otro realizando el desplazamiento correcto deberá moverse hacia allí.

Vuelta a la calma:

- ❖ En gran grupo se ponen en común los elementos técnicos y tácticos vistos. Además, el profesor les propondrá que busquen por parejas una noticia relacionada con el bádminton y la suban al foro de la asignatura comentando el porqué de su elección. Y una vez hayan subido todos una noticia (a ser posible diferentes), individualmente deberán comentar la noticia de otro compañero.

SESIÓN Nº: 6 y 7	FECHA: 10 / 12 / 2020 y 15 / 12 / 2020
<p>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Moverse con soltura por la pista de bádminton. - Aplicar los golpes de mano alta y mano baja vistos (<i>clear, lop, drop</i> y remate). - Usar adecuadamente las tabletas digitales. 	
<p>MATERIAL: una raqueta de bádminton por alumno, 40 volantes, una red para cada pista (6), aros, códigos QR vinculados a los retos de las diferentes pistas (Anexo 7), 12 tabletas digitales y tablas de recuento de puntos por pareja (Anexo 8) y una tabla de recuento grupal impresa en DIN-A3 (Anexo 8.1).</p>	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Comecocos.</i> <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Por parejas mixtas: <ul style="list-style-type: none"> ❖ En cada una de las seis pistas se colocará un código QR vinculado a una serie de retos que los alumnos deberán completar. Y en una pared del medio del polideportivo habrá una tabla impresa en DIN-A3 en la que los alumnos irán marcando con una "X" los retos que van superando. Al igual que la vez anterior, habrá retos individuales y retos por parejas. Al ser 6 pistas en las que en cada una hay 5 retos de menor a mayor complejidad, esta actividad se llevará a cabo en 2 sesiones. Los retos propuestos por pista son los siguientes: <i>Pista 1 – Saque de derecha.</i> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>Reto 1:</i> El alumno deberá realizar 5 saques de mano baja y estos deberán caer en el cuadrado de la diagonal del otro campo. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja 	

- *Reto 2:* El alumno deberá realizar 3 saques de mano baja y estos deberán caer en el cuadrado de la diagonal del otro campo, pero esta vez tienen que caer los volantes en la mitad trasera de la pista. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.
- *Reto 3:* El alumno deberá realizar 3 saques de mano baja y estos deberán caer en el cuadrado de la diagonal del otro campo, pero esta vez tienen que caer los volantes en la mitad delantera de la pista. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.
- *Reto 4:* El alumno deberá realizar 3 saques de mano baja y estos deberán caer dentro del aro colocado en la esquina del campo. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.
- *Reto 5:* El alumno deberá realizar 3 saques cortos de mano baja y estos deberán caer dentro del aro colocado en la esquina de la línea de saque corto del campo. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.

Pista 2 – Saque de revés:

- *Reto 1:* El alumno deberá realizar 5 saques utilizando la empuñadura de revés y estos deberán caer en el cuadrado de la diagonal del otro campo. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.
- *Reto 2:* El alumno deberá realizar 3 saques de revés y estos deberán caer en el cuadrado de la diagonal del otro campo, pero esta vez tienen que caer los volantes en la mitad trasera de la pista. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.
- *Reto 3:* El alumno deberá realizar 3 saques de revés y estos deberán caer en el cuadrado de la diagonal del otro campo, pero esta vez tienen que caer los volantes en la mitad delantera de la pista. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.
- *Reto 4:* El alumno deberá realizar 3 saques de revés y estos deberán caer dentro del aro colocado en la esquina del campo. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.
- *Reto 5:* El alumno deberá realizar 3 saques cortos de mano baja y estos deberán caer dentro del aro colocado en la esquina de la línea de saque corto del campo. Para ganar el punto deberán conseguir el reto los dos miembros de la pareja.

Pista 3 – Defensa y ataque.

- *Reto 1:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 10 *clears* seguidos en paralelo.
- *Reto 2:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 10 *clears* seguidos en cruzado.
- *Reto 3:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 10 *tensos* seguidos en paralelo.
- *Reto 4:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 10 *tensos* seguidos en cruzado.
- *Reto 5:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 10 *clears* seguidos y sin que el volante toque el suelo cambiar a *tensos* y realizar 10 seguidos (todo en paralelo).

Una vez finalizada la explicación, por parejas se pondrán en una pista y uno le irá diciendo a qué zona debe moverse y el otro realizando el desplazamiento correcto deberá moverse hacia allí.

Pista 4 – Defensa y ataque 2:

- *Reto 1:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 4 intercambios seguidos de levantamiento y dejada (*drop* y *lob*) en paralelo. Tendrán que realizar los dos miembros de la pareja los dos tipos de golpes, de manera que para conseguir el punto tienen que conseguir realizar 4 intercambios en donde “X” levante 4 veces e “Y” haga un *drop* 4 veces y viceversa.
- *Reto 2:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 4 intercambios seguidos de levantamiento y remate (*lob* y remate) en paralelo. Tendrán que realizar los dos miembros de la pareja los dos tipos de golpes, de manera que para conseguir el punto tienen que conseguir realizar 4 intercambios en donde “X” levante 4 veces e “Y” haga un remate 4 veces y viceversa.
- *Reto 3:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 10 toques seguidos en la red en paralelo.
- *Reto 4:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 2 intercambios seguidos realizando la siguiente secuencia de golpes: *lob*, *drop*, dejada, dejada, dejada, *lob*, *drop*, dejada, dejada, dejada.
- *Reto 5:* Los alumnos tendrán que conseguir realizar 2 intercambios seguidos realizando la siguiente secuencia de golpes: *lob*, remate, dejada, dejada, dejada, *lob*, remate, dejada, dejada, dejada.

Pista 5 – Desplazamientos a zonas 1, 2, 4 y 6:

- *Reto 1:* Los alumnos deberán realizar 5 desplazamientos a zona 1 y 5 a zona 4 intercaladamente. Mientras un miembro de la pareja realiza los desplazamientos el otro tiene que estar atento por si hace algo mal. El punto se consigue cuando ambos hayan realizado los 10 desplazamientos bien realizados.
- *Reto 2:* Los alumnos deberán realizar 5 desplazamientos, uno a cada zona (1 y 4) en menos de 2 minutos. Cuando termina uno, sale directamente el otro. El cronómetro es el mismo para los dos con lo que el intercambio de uno a otro tiene que ser rápido para no perder tiempo.
- *Reto 3:* Los alumnos deberán realizar 5 desplazamientos cada uno a cada zona (1 y 4) en menos de 1 minutos. Cuando termina uno, sale directamente el otro. El cronómetro es el mismo para los dos con lo que el intercambio de uno a otro tiene que ser rápido para no perder tiempo.
- *Reto 4:* Los alumnos deberán realizar 5 desplazamientos a zona 2 y 5 a zona 5 intercaladamente (en menos de 2 minutos). Mientras un miembro de la pareja realiza los desplazamientos el otro tiene que estar atento por si hace algo mal.
- *Reto 5:* Los alumnos deberán realizar 5 desplazamientos, uno a cada zona (2 y 5) en menos de 1 minutos. Cuando termina uno, sale directamente el otro. El cronómetro es el mismo para los dos con lo que el intercambio de uno a otro tiene que ser rápido para no perder tiempo.

Pista 6 – Desplazamientos a zonas 1, 2, 3, 4, 5 y 6:

- *Reto 1:* Los alumnos deberán realizar 5 desplazamientos a zona 3 y 5 a zona 6 intercaladamente. Mientras un miembro de la pareja realiza los desplazamientos el otro tiene que estar atento por si hace algo mal. El punto

se consigue cuando ambos hayan realizado los 10 desplazamientos bien realizados.

- *Reto 2:* Los alumnos deberán realizar 5 desplazamientos cada uno a cada zona (3 y 6) en menos de 2 minutos. Cuando termina uno, sale directamente el otro. El cronómetro es el mismo para los dos con lo que el intercambio de uno a otro tiene que ser rápido para no perder tiempo.
- *Reto 3:* Los alumnos deberán realizar 5 desplazamientos cada uno a cada zona (3 y 6) en menos de 1 minutos. Cuando termina uno, sale directamente el otro. El cronómetro es el mismo para los dos con lo que el intercambio de uno a otro tiene que ser rápido para no perder tiempo.
- *Reto 4:* Los alumnos deberán realizar los seis desplazamientos (1,4,2,5,3,6) en menos de 25 segundos tirando los volantes con la raqueta, los cuales se encontrarán situados en el suelo en las diferentes zonas.
- *Reto 5:* Los alumnos deberán realizar los seis desplazamientos en menos de 16 segundos tirando los volantes con la raqueta, los cuales se encontrarán situados en el suelo en las diferentes zonas.

Esta sesión ha sido recuperada de un trabajo realizado por mí en tercero de carrera para la asignatura de Didáctica de la Actividad Física y el Deporte en 2018.

Vuelta a la calma:

- ❖ En gran grupo se hará recuento de puntos y se hará una puesta en común para ver qué retos han sido más difíciles y cuáles más sencillos.

SESIÓN Nº: 8	FECHA: 17 / 12 / 2020
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Moverse con soltura por la pista en base a los golpes y desplazamientos de los oponentes y el compañero. - Aplicar los golpes de mano alta y mano baja vistos (<i>clear, lop, drop</i> y remate). 	
MATERIAL: una raqueta de bádminton y un volante por alumno, una red para cada pista (6), dos cubos, las pegatinas de las jugadoras (Anexo 9) y las cartas de restricción y de compensación (Anexo 10).	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Caballería.</i> <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Por parejas: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Los Juegos Olímpicos</i> → Se realizará un pozo de dobles utilizando las parejas de las sesiones de los retos anteriores. Pero, antes de nada, en base a los puntos totales conseguidos en los retos, se le otorgará a cada miembro de la pareja una pegatina de la jugadora de Ranking Mundial de individual femenino que representarán. A los que 	

quedaron primeros se les daría la pegatina de la número uno actual de ese momento, a los segundos la pegatina de la número dos y así sucesivamente. De esta manera, se tratará de tocar algo de la cultura del deporte femenino tan practicado en el continente asiático.

Y una vez repartidas las pegatinas, daría comienzo el campeonato de los Juegos Olímpicos. Siguiendo esta jerarquización, en la pista 6 (la más baja) jugarían los primeros contra los segundos, en la dos los terceros contra los cuartos, etc. Hasta llegar a la pista 1 donde se encontrarían las dos últimas parejas.

Los partidos serán por tiempo (4 minutos) y la pareja que vaya por delante cuando el tiempo finaliza sube de pista y la que pierde baja. Al finalizar el tiempo, cada pareja deberá coger una tarjeta al azar del cubo de restricción (en caso de haber ganado) o del cubo de compensación (en caso de haber perdido) para jugar el siguiente partido (Anexo 10). Y antes de comenzar, cada pareja dirá con qué normas le toca jugar.

Vuelta a la calma:

- ❖ En gran grupo se hará una colecta de ideas sobre aspectos que le han gustado de la unidad y otros que mejorarían.

Unidad Didáctica 6: “Dedos, antebrazos y remates, en grupo hacemos jaque mate”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	8 sesiones	Temporalización	19 enero - 11 febrero

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

El voleibol (o en este caso el mini-voley) es un deporte muy interesante para trabajar en Educación Primaria por varias razones pedagógicas. En primer lugar, es un deporte que requiere de una gran coordinación entre el tren inferior y el superior (ya que, para poder realizar un buen golpeo, es necesario desplazarse correctamente en función de la trayectoria del balón). Por otro lado, fomenta el trabajo en equipo, la colaboración y la cooperación. Y, además, se trata de un deporte que potencia valores como la igualdad, el respeto y la paciencia, pues puede haber puntos o jugadas en las que el alumno no toque el balón y el éxito o el fracaso de un punto no puede centrarse en una persona, sino en el grupo.

Para el desarrollo de esta unidad, los ejercicios propuestos se centrarán mayoritariamente en el clima tarea, en actividades jugadas a través de las cuales los alumnos podrán ir aprendiendo las habilidades técnico-tácticas básicas a la vez que mejoran su autonomía y su motivación (Báguema-Mainar et al., 2014). Aunque también habrá ejercicios y retos enfocados a trabajar la técnica individual.

2. Objetivos

1. Desplazarse correctamente y adaptar las habilidades técnico-tácticas básicas del voleibol en función de la colocación de los compañeros, los adversarios y de la trayectoria del balón.
2. Resolver retos de menor a mayor complejidad utilizando tácticas y estrategias individuales y colectivas con y sin oposición.
3. Distinguir las actividades individuales de las colectivas y adaptar el modo de juego en función de los requisitos de la actividad.

4. Aceptar la diversidad de la clase, animar a los compañeros y valorar sus aportaciones, así como las propias.
5. Respetar los resultados de las actividades tanto si se pierde como si se gana.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que implique variaciones de velocidad, trayectoria, interpretación, evoluciones grupales.
- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una actitud crítica.
- Seguridad y confianza en sí mismo y en los demás.
- Autonomía personal y autoestima.

Bloque 2. Habilidades motrices básicas.

- Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad. Resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- Práctica de juegos y actividades predeportivas con implemento.
- Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y del móvil.
- Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.

- Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios.

Competencia digital → C.C.1: Los alumnos desarrollarán destrezas comunicativas y lingüísticas a través del discurso, el debate y las relaciones sociales sobre todo en aquellos ejercicios que impliquen trabajo en equipo.

Aprender a aprender → C.C.4: De la misma forma que en las unidades didácticas anteriores, cada vez que se le presenten una serie de retos al grupo, estos deberán trabajar la competencia de aprender a aprender. Trabajarán la autonomía y la autoconfianza.

Los alumnos deberán adaptar sus conocimientos y habilidades a las situaciones y requisitos de cada actividad.

Competencias sociales y cívicas → C.C.5: Como se ha comentado en la justificación, el voleibol es un deporte colectivo en el cual la mayor o menor participación de un jugador no siempre dependerá de las propias acciones, sino de la dinámica del juego. Por ello, es muy importante trabajar el sentimiento de grupo y celebrar las victorias del equipo y respetar las derrotas, aunque la participación en el punto haya sido mínima. Y, de la misma forma, se trabajará el respeto y la aceptación de la diversidad del grupo, pues habrá ejercicios cooperativos en los que los alumnos dependerán de las acciones de sus compañeros y si quieren avanzar, deberán ayudarse los unos a los otros.

Conciencia y expresiones culturales → C.C.6: En las sesiones destinadas a la metodología ABRe los alumnos deberán trabajar la creatividad individual y colectiva para poder superar los retos exitosamente. En cada uno de los retos deberán reconocer las oportunidades que tienen y tendrán que elaborar un plan para resolver el problema que se les plantea. Para ello, deberán reconocer su punto de partida y el punto al que quieren llegar.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
-------------------------	------------------------------------------------

1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, con o sin oposición, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y seleccionando y aplicando combinaciones de habilidades motrices básicas.	1.1 Se orienta en movimiento situando los elementos del entorno en relación a otros objetos, a los demás y a las finalidades de la actividad.
	1.5 Adapta las habilidades motrices básicas de lanzamiento, pase, recepción, conducción y golpeo de móviles a las situaciones de juego, sin perder el control de los mismos y anticipándose a su trayectoria y velocidad.
2. Resolver retos tácticos elementales propios de situaciones motrices individuales o de cooperación, con o sin oposición, actuando de forma individual, y cooperativa, y desempeñando las diferentes funciones implícitas a la situación motora.	2.1 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de oposición, adecuándose a las acciones del oponente.
	2.2 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de cooperación, colaborando con los compañeros.
	2.3 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de cooperación- oposición, adecuándose a las interacciones de todos los elementos presentes.
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas.	4.3 Distingue en juegos y actividades físico-deportivas, individuales y colectivos, estrategias de cooperación y de oposición.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros y al entorno en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	12.5 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.
	12.6 Anima a sus compañeros o compañeras valorando las aportaciones positivas de cada uno en las actividades.
	12.7 Reconoce su aportación al resultado de las actividades colectivas y sabe diferenciar entre éxito y esfuerzo.

5. Metodología y actividades

Para el desarrollo de esta unidad didáctica se utilizará la metodología ABRe, donde se incluyen distintos estilos de enseñanza: tradicionales, cognitivos y que fomentan la individualización y la socialización.

Se busca implicar física y cognitivamente al alumno para conseguir un aprendizaje más significativo a través de la indagación. Y, por consiguiente, se da más importancia a la toma de decisiones que a la calidad de ejecución de la propia técnica.

El momento de utilización de cada estilo de aprendizaje es:

Sesiones	Asignación de tareas*	Descubrimiento guiado*	Resolución de retos**
1	X		
2	X		
3		X	X
4	X		
5	X	X	
6		X	X
7		X	
8		X	

*Los diferentes estilos de enseñanza se desarrollan en el punto 4.1. de la PGA.
**La resolución de retos responde a la parte principal de la metodología ABRe (punto 1.1. de la PGA).

Los principios metodológicos que sustentarán esta unidad son los de diversión, autosuperación, adaptación, individualización y socialización, los cuales están descritos en el apartado 5.1. de la PGA.

En cuanto a la estructura seguida en las distintas sesiones, se mantendrá una distribución temporal común: calentamiento (5-10 minutos), parte principal (35-40 minutos) y la vuelta a la calma (5 minutos).

6. Materiales curriculares y otros recursos didácticos

Para el desarrollo de esta unidad didáctica únicamente serán necesarios los materiales especificados en cada una de las sesiones. Y no habrá más recursos humanos que el propio profesor.

7. Evaluación

Como se concreta en el apartado de evaluación de la PGA, en cada trimestre se evaluarán tanto los contenidos conceptuales y procedimentales del deporte (80% de la nota final) como los de carácter social y actitudinal (20%), los cuales tienen una rúbrica especial que se encuentra en el Anexo 5.

Al estar compuesto el segundo trimestre por dos unidades didácticas evaluables, el 80% de la evaluación estará destinada a los contenidos deportivos de las unidades de voleibol y gimnasia-acrosport (aunque también se comenzará a trabajar la condición física que se evaluará y calificará su progresión en el tercer trimestre). Por ello, el porcentaje que se le dará a cada unidad será del 40%. Sumando así el 80% de la calificación del trimestre, ya que el otro 20% restante es el correspondiente a la actitud.

Y, al igual que en las unidades anteriores, los diferentes estándares de aprendizaje no se evaluarán individualmente, sino que se evaluarán algunas actividades concretas en las que se trabajarán estos objetivos.

A continuación, aparece una tabla en la que se especifican los contenidos que se van a trabajar en cada actividad de evaluación escogida, los estándares de aprendizaje que se observarán y el porcentaje de la nota que tendrá sobre esta unidad didáctica. La cual luego se ponderará junto con las demás unidades para obtener la nota del trimestre entero.

Actividades de evaluación*	Contenidos	E.A.	Porcentajes
“Retos” (sesión 3)	Autonomía personal y autoestima. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás. Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad. Resolución de problemas motores de cierta complejidad. Práctica de juegos y actividades predeportivas con implemento.	2.2 4.3 12.7	20%
“Vóley-tenis” (sesión 5)	Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora. Seguridad y confianza en sí mismo y en los demás. Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y del móvil.	1.1 2.2 12.6	20%

<p>“Partidos modificados” (sesiones 7 y 8)</p>	<p>Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que implique variaciones de velocidad, trayectoria, interpretación, evoluciones grupales. Seguridad y confianza en sí mismo y en los demás. Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación-oposición. Aceptación y respeto hacia las reglas. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad. Valoración del esfuerzo personal y colectivo.</p>	<p>1.1 1.2 2.3 12.5 12.6</p>	<p>60%</p>
<p>*Dentro del punto 10 destinado a la organización de la enseñanza, las actividades seleccionadas para la evaluación han sido resaltadas en azul para poder diferenciarlas del resto.</p>			

8. Medidas de atención a la diversidad

Las actividades propuestas no discriminan a los alumnos por su nivel de desarrollo psicomotor. Todos los ejercicios y retos siguen el modelo del DUA de forma que cada alumno puede realizar las diferentes actividades acorde a sus habilidades, intereses y motivación. En el caso de las sesiones que siguen la metodología ABRe, los retos están dispuestos de menor a mayor dificultad y los alumnos los podrán realizar utilizando el tiempo que necesiten para así respetar los diferentes ritmos de aprendizaje.

En el caso de las actividades que tienen un carácter competitivo se intenta que los alumnos cuenten con las mismas posibilidades de éxito. En ningún momento quedan eliminados o excluidos de la actividad, se les otorgan otros roles o se les ofrecen otras posibilidades y ayudas que les permitan seguir mejorando. De esta manera, se consigue que el tiempo de práctica deportiva sea el máximo posible para todos.

9. Otros elementos que pueden estar de forma explícita

Actividades extraescolares: el colegio oferta clases de voleibol por las tardes después del horario lectivo para todos los alumnos del centro.

Fomento de la lectura: los alumnos deberán buscar individualmente una noticia deportiva relacionada con el voleibol para comentarla el siguiente día de clase con el resto de los compañeros.

Educación en valores: a lo largo de todas las sesiones se trabajarán valores como el esfuerzo, la superación, la perseverancia, la igualdad, el respeto, el compañerismo y el trabajo en equipo.

10. Organización de la enseñanza²

SESIÓN Nº: 1	FECHA: 19 / 01 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN: <ul style="list-style-type: none">- Aprender a leer la trayectoria del balón.- Mejorar la recepción, el lanzamiento y el golpeo del balón.- Conocer y practicar el toque de dedos de voleibol.	
MATERIAL: 24 balones de voleibol, una red larga y 12 bolsas de plástico grandes.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento: <ul style="list-style-type: none">▪ <i>Todos ligan:</i> es un pilla-pilla en la que todos la ligan. En caso de que un alumno pille a otro por la espalda, este deberá sentarte hasta que otro compañero pille al alumno que le pilló. En ese momento podrá volver a seguir jugando. En caso de que dos alumnos se encuentren uno enfrente de otro y se pillen mutuamente, deberán jugar un piedra, papel o tijera para ver quién gana. El que pierda se tendrá que sentar y el otro seguirá jugando. Y de nuevo, el que se sentó tendrá que esperar a que el que le pilló sea pillado. El juego termina cuando uno consigue pillar a todos o hasta que el profesor indique el final del juego.	
Parte principal:	

² Algunas de estas actividades han sido extraídas de trabajos propios de cursos anteriores o de sesiones que he llevado a cabo en algunos colegios de prácticas, por lo que aparecen recogidos en los Portfolios de las asignaturas de Prácticas II y Prácticas IV.

- Dos grupos:
 - ❖ *Balones calientes*: se divide el polideportivo en dos y cada equipo se va a un lado de la red. Se reparte a cada equipo 12 balones los cuales cuando dé la señal el profesor tendrán que lanzar por encima de la red al campo contrario.
Dentro de cada equipo habrá un alumno que en esa ronda no jugará pues será el encargado de contar los balones que botan directamente en el campo contrario.
En caso de que un balón salga de los límites o se quede en la red sin pasar al otro campo, se apartará del juego. Por consiguiente, el juego terminará cuando Dejarán de lanzar balones cuando se hayan quedado sin balones.
Gana el equipo que, consigue que sus balones boten más veces en el campo contrario sin que nadie los coja al aire o los intercepte (solo se cuentan los puntos de los balones que tras pasar la red botan directamente en el campo contrario).
 - *Variante*: los jugadores no pueden lanzar al otro campo los balones con las manos, únicamente pueden lanzar el balón al otro lado realizando un golpeo con cualquier parte del cuerpo (manos, pies, brazos, cabeza, etc.).

- Por parejas:
 - ❖ *De compras*: los alumnos se colocarán por parejas con una bolsa de plástico y con un balón. Uno le lanza el balón a su compañero y este tiene que intentar cogerlo en el aire con la bolsa de plástico (sujetando la misma por encima de su cabeza). Cuando indique el profesor deberán cambiarse los roles.
 - ❖ *Toque de dedos*: una vez cogida la dinámica del ejercicio anterior el profesor explicará cómo realizar el toque de dedos. Y ahora debe lanzar uno el balón para que su compañero se lo devuelva realizando un toque de dedos. Y después se intercambian los roles.

- Dos grupos:
 - ❖ *Balones calientes cooperativos*: se trata de la segunda variante de “balones calientes”. En este caso, los jugadores no pueden lanzar los balones al otro campo de cualquier forma. Aprovechando que se les ha enseñado cómo realizar el toque de dedos, ahora solo pueden pasar el balón al otro lado realizando un golpeo de dedos. Y para ello, el balón se lo tiene que pasar un compañero que haya conseguido un balón (no valen los autopases). Es decir, los jugadores que tienen el balón, deben buscar a un compañero que no tenga para pasárselo y que este la pueda golpear.

Vuelta a la calma:

- Mientras se realiza un círculo y estiran todos, el profesor hará una pequeña dinámica en la que les preguntará por qué creen que se ha seguido ese orden de actividades en la sesión.

SESIÓN Nº: 2	FECHA: 21 / 01 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Aprender a leer la trayectoria del balón. - Mejorar la recepción, el lanzamiento y el golpeo del balón. - Conocer y practicar el toque de dedos, de antebrazos y el saque de voleibol. 	
MATERIAL: 24 balones de voleibol, 12 cubos de plástico (>35cm de diámetro) y una red larga.	

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

Calentamiento:

- *Tulipán:* en media pista ligan cuatro alumnos que tienen pillar al resto de sus compañeros. Los que no la ligan tienen que huir, pero en caso de que corran peligro de ser pillados, para ponerse a salvo deben decir “tuli” a la vez que se quedan quietos abriendo las piernas y los brazos. Mientras tanto, hay dos balones de voleibol con los que los alumnos que no la ligan pueden salvar a los compañeros que estén en “tuli”. Para salvar a un compañero, es necesario pasarle el balón realizando un golpeo con una mano y este deberá cogerla en el aire sin moverse del sitio.

Parte principal:

- Individualmente:
 - ❖ *Autopases:* cada alumno con un balón debe lanzar el balón hacia arriba y posteriormente debe intentar amortiguarlo con la colocación del toque de dedos por encima de la cabeza.
 - *Variante 1:* en vez de amortiguarlo hay que golpearlo realizando el toque de dedos.
 - *Variante 2:* deben realizar autopases variando la altura del balón.
- Dos grupos:
 - ❖ *Balones calientes cooperativos:* este juego descrito en la sesión anterior.
- Por parejas:
 - ❖ *Tira que encesto:* los alumnos se colocarán por parejas con un cubo y un balón. Uno le lanza el balón a su compañero y este tiene que intentar que caiga dentro del cubo. Como queremos iniciar el desplazamiento hacia el toque de antebrazos, el cubo lo deben coger con ambas manos.
 - ❖ *Toque de antebrazos:* una vez cogida la dinámica del ejercicio anterior el profesor explicará cómo realizar el toque de antebrazos. Y ahora debe lanzar uno el balón para que su compañero se lo devuelva realizando un toque de antebrazos. Y después se intercambian los roles.
 - ❖ *Saque de mano baja:* tras la explicación del profesor, cada miembro de la pareja se colocará a un lado de la red y estos deberán sacar de mano baja en paralelo hacia su compañero.
 - *Variante 1:* uno saca y el otro tiene que controlar la pelota con un toque de antebrazos.
 - *Variante 2:* uno saca y el otro tiene que devolverla al otro campo realizando un golpeo de antebrazos.
 - *Variante 3:* uno saca bombeado y el otro amortigua el balón realizando un toque de dedos.
 - *Variante 4:* uno saca bombeado y el otro la devuelve realizando un toque de dedos.
 - ❖ *Que no caiga:* uno de los dos saca y a partir de ahí tienen que intentar hacer el mayor número de toques posibles.

Vuelta a la calma:

- Mientras estiran, los alumnos comentarán sus sensaciones en este segundo día con voleibol y reflexionarán sobre los golpes más difíciles y sobre aquellos aspectos que pueden mejorar (colocación, desplazamientos para llegar cómodos a la hora de golpear, etc.).

SESIÓN Nº: 3**FECHA: 26 / 01 / 2021****OBJETIVO DE LA SESIÓN:**

- Perfeccionar el toque de dedos, de antebrazos y el saque de voleibol.
- Valorar las propias habilidades y las del compañero.

MATERIAL: 24 balones de voleibol, una red larga, una pizarra de Vileda, *gomets* de tres colores (verdes, amarillos y rojos) y las cartas de los retos.

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA**Calentamiento:**

- *Gusanito:* Se divide el grupo en dos filas que realizan el mismo juego simultáneamente. Los alumnos tienen que formar una fila agarrándose a los hombros del compañero de delante. El primero de la fila se debe descolgar del grupo y tiene que intentar pillar al último de la cadena. Mientras tanto, los miembros que forman la fila tienen que intentar evitar que el que está solo pille al último de la fila, pero no se pueden separar. Cuando el alumno del final es pillado, debe salir el siguiente del principio y pillar al compañero que antes estaba pillando y que ahora se habrá colocado al final de la fila.

Parte principal:

- Individualmente y por parejas:
 - ❖ Se colocará una pizarra de Vileda con el nombre de todos los alumnos en una columna. A su lado se dibujarán 8 columnas paralelas a la de los nombres y en el encabezado de cada una se colocarán las tarjetas con los retos que deben intentar realizar los alumnos. Estos retos estarán ordenados de menor a mayor dificultad por colores (los verdes serán los fáciles, los amarillos los de nivel medio y los rojos los más complicados). Cada vez que un alumno supere un reto deberá ir a la pizarra y colocar en la columna del reto y en la fila con su nombre un *gomet* del color del reto superado. Los retos se deben hacer en orden, lo cual implica que cuando un alumno llegue al sexto reto (reto por parejas), debe ayudar a otro compañero a superar los primeros para poder seguir avanzando. Y cuando superen un reto por parejas, ambos se deben colocar el *gomet*.
 - ❖ *Reto 1* → Realizar 5 toques seguidos utilizando la técnica de dedos (individualmente).
 - ❖ *Reto 2* → Realizar 5 toques seguidos con la técnica de antebrazos (individualmente).
 - ❖ *Reto 3* → Realizar 6 toques seguidos utilizando la técnica de dedos, cambiando de pase alto a pase bajo (individualmente).
 - ❖ *Reto 4* → Realizar 6 toques seguidos utilizando la técnica de antebrazos, cambiando de pase alto a pase bajo (individualmente).

- ❖ *Reto 5* → Sentarse, lanzar el balón al aire realizar un golpe de antebrazos antes de que bote el balón. Hacerlo 4 veces (individualmente).
- ❖ *Reto 6* → Por parejas uno tiene que hacer un saque que pase de un lado al otro de la red y el otro (que estará en el otro campo) debe intentar que al botar le pase entre las piernas. Hacer 3 veces cada uno.
- ❖ *Reto 7* → Cada uno a un lado de la red, tienen que hacer seis intercambios sin que el balón toque el suelo.
- ❖ *Reto 8* → Cada uno a un lado de la red, tienen que hacer diez intercambios sin que el balón toque el suelo utilizando exclusivamente el toque de dedos.
- ❖ *Reto 9* → Cada uno a un lado de la red, tienen que hacer diez intercambios sin que el balón toque el suelo utilizando exclusivamente el toque de antebrazos.
- ❖ *Reto 10* → Cada uno a un lado de la red, tienen que hacer ocho intercambios sin que el balón toque el suelo haciendo primero un autopase antes de pasárselo al compañero con un golpeo de dedos o de antebrazos.

Vuelta a la calma:

- Para finalizar los alumnos se sentarán alrededor de la pizarra y comentarán que retos les han resultado más complejos o qué estrategias han utilizado para superar los diferentes retos (golpear más bajo o más alto, acercarse o alejarse al compañero, flexionar las piernas y acompañar al balón, etc.).

SESIÓN Nº: 4	FECHA: 28 / 01 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Perfeccionar el toque de dedos, de antebrazos y el saque de voleibol. - Aprender a realizar el remate. - Trabajar en equipo para hacer una jugada que implique una recepción, una colocación y un remate. 	
MATERIAL: 24 balones de voleibol y una red larga.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Sol y sombra:</i> por parejas, un alumno tiene que desplazarse por el espacio haciendo movimiento y gestos y el compañero debe imitarlos. Posteriormente se intercambiarán los roles. 	
Parte principal:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Por tríos: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Creando jugada:</i> uno en un lado de la red y los otros dos en el otro. El que está solo debe sacar y uno de los otros dos tiene que coger el balón en el aire y pasárselo a su compañero para que este golpee de antebrazos o de dedos. Las posiciones se van rotando cada 3 minutos. 	

<ul style="list-style-type: none"> - <i>Variante:</i> se realiza el mismo ejercicio, pero esta vez el que recibe el balón tiene que recepcionar haciendo un golpeo de antebrazos orientando el pase hacia el compañero. ❖ <i>Remate:</i> el profesor explicará la batida y el gesto del remate para que lo practiquen un poco y puedan seguir con los siguientes ejercicios. El jugador con balón debe pasarle la pelota a uno de sus dos compañeros cerca de la red para que estos rematen por encima de la red hacia el lado contrario. El que pasa la bola se tiene que colocar en el mismo campo que sus compañeros para evitar que le golpeen. Una vez se realice el remate, el que ha golpeado debe ir a por la pelota para poder repetir el ejercicio 5 veces. Una vez lo hayan hecho todos, se cambiarán los roles. ❖ <i>Monster Truck: 3 vs 3.</i> Cada trío se coloca en un lado de la red en un campo reducido. El objetivo es conseguir meter un punto al equipo contrario y para ello tienen que conseguir que el balón bote en el campo contrario o no pase de su campo (se podrá bloquear). Para que se coja la dinámica se bajará la red (a la altura de la mano cuando esta esté estirada hacia arriba). Los alumnos podrán pasarse la pelota entre ellos un máximo de tres veces antes de pasarla al campo contrario. Y sí está permitido coger la pelota con las dos manos para pasársela al compañero (no es obligatorio hacer los golpes de voleibol, lo que se busca es que creen jugadas). Pero el jugador con balón no se puede desplazar. Lo que tienen que intentar es hacer una jugada para terminar con un remate. <p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mientras estiran, los alumnos comentarán hablarán sobre la primera toma de contacto con el gesto del remate y con el trabajo en equipo (recepción, colocación y remate). Además, se les pedirá que para la siguiente semana busquen una noticia de voleibol que les haya resultado interesante (actual o de años anteriores) y la tendrán que llevar a clase para hablar de ella en la siguiente sesión.

SESIÓN Nº: 5	FECHA: 02 / 02 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Iniciarse en el mini-voley. - Trabajar en equipo. 	
MATERIAL: 24 balones de voleibol y una red larga.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Antes de empezar con el calentamiento, los alumnos leerán las noticias de prensa que se les pidió que buscasen para este día. ▪ <i>Todos ligan: actividad explicada en la sesión 1.</i> 	
Parte principal:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Por tríos: 	

- ❖ *Vóley-tenis*: se jugará un partido de 3 vs 3 de mini-voley solo que se permitirá que el balón bote antes de ser golpeado.
- ❖ *Variante*: se introduce la regla de que, para poder pasar el balón al campo contrario, es obligatorio que como mínimo golpeen el balón dos miembros diferentes del equipo.
- ❖ *La caja*: 3 vs 3. Cada miembro del equipo parte de una puntuación de 5 puntos que irá perdiendo si falla un golpe o le meten un punto en su zona (las zonas las tienen que delimitar antes de empezar). En el momento en que un compañero pierde los tres puntos, es eliminado y debe abandonar la pista y buscar otra pista en la que falte un tercer jugador. Mientras tanto, los jugadores que han perdido un compañero deben repartirse su terreno hasta que entre otro nuevo compañero a jugar con ellos. De esta forma los alumnos estarán todo el rato jugando con otros compañeros. Los alumnos pueden decidir si hacer jugadas entre ellos o pasar la pelota directamente, pero tienen que golpearla sin que toque el suelo.

Vuelta a la calma:

- Para finalizar, los alumnos hablarán sobre lo que han aprendido (tácticas realizadas, estrategias que han salido bien y cuáles han salido mal para debatir el porqué).

SESIÓN Nº: 6	FECHA: 04 / 02 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Perfeccionar los golpes de voleibol. - Trabajar en equipo. 	
MATERIAL: 24 balones de voleibol y una red larga.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Sol y sombra: actividad explicada en la sesión 4.</i> <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Por tríos: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>La caja</i>: ejercicio descrito en la sesión anterior. ▪ Por cuartetos: <ul style="list-style-type: none"> ❖ En esta sesión se trabajará por retos. ❖ <i>Reto 1</i> → Tienen que hacer diez toques seguidos sin que se les caiga el balón al suelo. ❖ <i>Reto 2</i> → Tienen que hacer diez toques seguidos sin que se les caiga el balón al suelo utilizando exclusivamente el toque de dedos. ❖ <i>Reto 3</i> → Tienen que hacer diez toques seguidos sin que se les caiga el balón al suelo utilizando exclusivamente el toque de antebrazos. ❖ <i>Reto 4</i> → Tienen que hacer diez toques seguidos pero cada jugador solo puede golpear el balón una vez por ronda (una vez golpean la pelota tienen que esperar a que los otros tres la golpeen para poder volver a golpearla). ❖ <i>Reto 5</i> → Tienen que hacer una secuencia de saque, recepción de antebrazos, golpe de dedos y remate seguida. Tienen que hacerla 4 veces, cambiando de roles. 	

- ❖ *Reto 6* → A la dinámica anterior le tienen que añadir otra ronda seguida (saque, recepción, colocación, remate, recepción, colocación y remate). De igual manera, tienen que hacerla 4 veces, cambiando de roles.

Vuelta a la calma:

- Mientras estiran los alumnos expondrán las estrategias que han seguido para ir superando los retos y comentarán con qué dificultades se han encontrado.

SESIÓN Nº: 7 y 8	FECHA: 09 / 02 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Practicar todos los golpes vistos. - Respetar la diversidad del aula y animar a los compañeros. 	
MATERIAL: 8 balones de voleibol y una red larga.	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Tulipán: actividad explicada en la sesión 2.</i> <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Por grupos de cuatro: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Partido modificado:</i> Se jugará un partido en el que se fomentará y se recompensará el juego en equipo: los puntos en los que solo intervenga un jugador del equipo valdrán 1 punto, si intervienen dos jugadores valdrán 2 puntos y en el caso de que intervengan tres de los cuatro integrantes valdrán 3 puntos. <p>El partido se juega hasta 25 puntos. Y se juega en formato pozo, es decir, cuando un equipo llega a los 25 puntos ascenderá de pista y el equipo que pierda descenderá. Cuando un partido llega a 25 puntos independientemente de cómo fuesen los demás partidos se realizará la rotación, a no ser que haya un empate, en cuyo caso deben jugar un punto para desempatar.</p> <p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Para finalizar la unidad los alumnos comentarán las sensaciones que han tenido en estos ocho días y hablarán sobre lo que han aprendido, lo que les ha gustado y lo que creen que se podría mejorar. 	

Unidad Didáctica 7: “Para poder saltar, girar y volar primero hay que asegurar”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	6 sesiones	Temporalización	23 febrero - 11 marzo

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

La enseñanza de las habilidades gimnásticas es un contenido para el cual los profesores de Educación Primaria se sienten menos capacitados que sus homólogos de Secundaria. El miedo a que se produzca algún accidente y la falta de conocimiento sobre los fundamentos técnicos básicos hacen que su autoeficacia sea muy reducida. Aunque va aumentando con el tiempo de docencia (Benjumea et al., 2017).

Por otro lado, la enseñanza de las ayudas es un contenido que los profesores de Educación Primaria no suelen trabajar tanto como en Educación Secundaria (Llamas et al., 2004). Sin embargo, el trabajo de las ayudas debería darse a la par que la enseñanza de las diferentes habilidades gimnásticas. De esta forma, los alumnos aprenderán desde pequeños la importancia de la seguridad a la hora de hacer ejercicio y ganarán confianza y autonomía para enfrentarse a este tipo de contenidos.

2. Objetivos

1. Mejorar las habilidades de salto, giro y equilibrio.
2. Aprender a realizar las ayudas de las diferentes habilidades gimnásticas para prevenir posibles riesgos. Adaptar medidas de prevención y seguridad.
3. Utilizar correctamente las tabletas digitales para visionar vídeos.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.

- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una actitud crítica.

Bloque 4. Actividad física y salud.

- Prevención de lesiones. Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.

C.C.3: A través de la utilización de las tabletas digitales para visionar los vídeos con retos.

C.C.4: Con el aprendizaje de las ayudas mejorarán sus habilidades gimnásticas.

C.C.5: Se manejarán en un ambiente de respeto hacia la diversidad del nivel del aula.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, con o sin oposición, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y seleccionando y aplicando combinaciones de habilidades motrices básicas.	1.4 Adapta los desplazamientos, saltos y otras habilidades motrices básicas a las finalidades y a los roles desempeñados en juegos y actividades predeportivas que puedan suponer cierto grado de incertidumbre.
	1.6 Adapta las habilidades motrices de giro a las finalidades y las actividades predeportivas, manteniendo el equilibrio evitando el riesgo de lesión.
10. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.	10.1 Adopta las medidas de prevención y sigue las normas de seguridad indicadas para el desarrollo de las clases, evitando las acciones peligrosas durante las actividades.
	10.4 Actúa de forma crítica identificando comportamientos responsables e irresponsables en relación con la seguridad en las clases y en la práctica de las diferentes actividades físico-deportivas.
11. Extraer y elaborar información utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo.	11.1 Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos.	12.6 Anima a sus compañeros o compañeras valorando las aportaciones positivas de cada uno en las actividades.

Unidad Didáctica 8: “Para mejorar hay que entrenar”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	6 sesiones	Temporalización	12 y 14 de enero, 16 y 18 de febrero, 16 y 18 de marzo y 4 y 6 de mayo

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

Esta unidad tiene una programación diferente al resto de unidades didácticas que se trabajan a lo largo del curso ya que no se encuentran todas sus sesiones seguidas, sino que están repartidas a lo largo de los dos últimos trimestres. Esto se debe a que las capacidades físicas como la flexibilidad, la velocidad, la resistencia o la fuerza requieren de mucho tiempo y trabajo para mejorar. Por lo que una evaluación de estas capacidades sin haberlas practicado a lo largo de un periodo de tiempo extenso sería un error y no tendría sentido alguno. Y lejos de perjudicar a la programación del curso, esta distribución de las sesiones beneficiará a la adquisición de las demás habilidades específicas.

Las sesiones se seguirán la metodología ABRe, por lo que los alumnos irán mejorando sus capacidades en base a su nivel de desarrollo. Y en este caso, se realizará una evaluación inicial y una evaluación final para ver y cuantificar el progreso.

2. Objetivos

1. Mejorar las capacidades físicas (flexibilidad, resistencia, velocidad, fuerza y agilidad).
2. Identificar las propias limitaciones y de los demás compañeros y valorar el esfuerzo que conlleva mejorar las diferentes capacidades físicas.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- Aplicación del control tónico y de la respiración al control motor.
- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás.

Bloque 4. Actividad física y salud.

- Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud.
- Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, mejora de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
- Valoración de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.

C.C.4: los alumnos aprenderán a aprender a mejorar las capacidades físicas básicas. Reconocerán su punto de partida, tomarán conciencia de su trabajo y posteriormente reconocerán los avances que han tenido gracias al trabajo realizado.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas.	4.2 Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.
6. Regular y dosificar la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades para mejorar el nivel de sus capacidades físicas.	6.1 Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor, teniendo en cuenta su nivel de partida y sus posibilidades.
	6.2 Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.
	6.3 Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.
	6.4 Identifica su nivel de condición física comparando los resultados con los correspondientes a su momento evolutivo.
7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	7.3 Muestra una conducta activa para la mejora global de la condición física.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros.	12.1 Tiene interés por mejorar la competencia motriz.

Unidad Didáctica 9: “¿Cómo actuar para la vida de una persona salvar?”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	3 sesiones	Temporalización	25 marzo - 8 abril

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

La formación en primeros auxilios es algo que se debería realizar en todas las etapas educativas y profesiones por su vital importancia. Una actuación rápida y eficaz no solo puede reducir las secuelas del accidente, sino que además puede salvar vidas. Sin embargo, las programaciones que tratan estos temas en Educación Primaria suelen ser muy pobres o inexistentes (Navarro, Arufe & Basanta, 2015) ya que como se pudo ver en una investigación realizada en Lugo, la formación de los docentes es también muy escasa (López-Felpeto, Navarro-Patón & Basanta-Camiño, 2015).

Por ello, en esta unidad se les propondrá a los alumnos que por grupos investiguen y busquen información en Semana Santa sobre ciertas intervenciones de los primeros auxilios (reanimación cardiopulmonar, posición de seguridad, maniobra de Heimlich, etc.). Y, posteriormente, deberán hacer uso de las TIC para presentar sus trabajos al resto de sus compañeros.

2. Objetivos

1. Conocer los pasos a seguir ante una situación de emergencia.
2. Realizar correctamente la maniobra RCP, la colocación de la posición de seguridad, la maniobra de Heimlich, y el vendado de una herida grave en un brazo y en una pierna.
3. Utilizar las nuevas tecnologías como elemento de apoyo audiovisual.
4. Conocer los posibles riesgos que conllevan la mala práctica deportiva.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 4. Actividad física y salud.

- Sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- Medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física.

C.C.2: Buscarán información sobre los temas de la unidad y descubrirán la base científica que sustenta cada una de las acciones y recomendaciones (conocimiento del cuerpo).

C.C.3: Los alumnos deberán hacer uso de las nuevas tecnologías (ordenadores y pizarra digital), para realizar sus presentaciones (PowerPoint, Prezzi, Genialy, etc.).

C.C.6: En esta unidad los alumnos se enfrentarán de forma teórica y práctica a supuestos prácticos en los que deberán reconocer situaciones de riesgo y tendrán que gestionar sus pasos para resolverlos de forma exitosa.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas.	4.4 Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor.
5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación y sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	5.1 Describe los efectos adversos del consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias.
10. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.	10.5. Explica las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas.
11. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés tratados en el curso y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo.	11.1 Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.
	11.2 Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza, y utilizando programas de presentación.
	11.3 Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.

Unidad Didáctica 10: “El gol es el final, pero el trabajo es lo principal”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	6 sesiones	Temporalización	13 - 29 abril

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

El fútbol es el deporte rey en nuestro país y en muchos otros países del mundo (sobre todo europeos). La mayor parte de los niños en los colegios practican este deporte de forma habitual en el recreo del colegio o por las tardes con los amigos, en alguna escuela o en un club deportivo. Sin embargo, se trata de un deporte mayoritariamente practicado por el sexo masculino. Esto se debe al contexto sociocultural que se ha creado alrededor de este deporte. Clark & Paechter (2007) realizaron un estudio en diferentes colegios y observaron que en cierta parte esta segregación del sexo femenino en el fútbol se debía a que el ambiente de clase era muy agresivo, los chicos insultaban, hacían burlas y utilizaban un juego muy brusco para alejar a las chicas de este deporte. En cambio, en otro colegio vieron que cuando se limitaban y erradicaban este tipo de comportamientos, las chicas se sentían más incluidas y su motivación aumentaba. Este tipo de situaciones de exclusión de sexo en el deporte es algo que puede darse en nuestro centro. Por ello, en esta unidad didáctica, se trabajará grupos heterogéneos que nos permitirá trabar valores como el respeto, la inclusión y la igualdad.

Por otro lado, se ha observado, que el trabajo interdisciplinar tiene muchos beneficios en el proceso de enseñanza aprendizaje. Cuando se resaltan y combinan los aspectos más específicos de cada área temática, se alcanza un aprendizaje que no se habría entendido si cada materia se hubiera estudiado de forma aislada (Rauschenbach, 1996). Por eso, se ha escogido el fútbol como medio para trabajar de forma interdisciplinar con la asignatura de *Natural Sciences*, combinando así el deporte, con las ciencias naturales y con una segunda lengua como es el inglés.

En concreto, se trabajará en colaboración con la profesora de *Natural Sciences* del grupo de sexto. Y los contenidos comunes que se verán están relacionados con la pirámide de alimentación, las dietas y los buenos hábitos saludables.

2. Objetivos

1. Aprender a adaptar las habilidades de juego (pase, conducción y tiro) a las situaciones del juego.
2. Utilizar tácticas individuales y grupales para resolver retos y situaciones de oposición, cooperación y cooperación-oposición.
3. Reconocer el aporte energético y la composición de los alimentos para así poder realizar una selección crítica sobre los alimentos que son beneficiosos y aquellos que son perjudiciales para nuestra salud.
4. Comprender los beneficios de seguir una dieta sana y equilibrada e identificar los problemas y enfermedades que pueden atraer unos malos hábitos alimenticios.
5. Trabajar en equipo respetando y valorando la diversidad del aula.
6. Reconocer las propias aportaciones en las actividades y las de los demás y respetar los resultados de las actividades que tengan algún elemento competitivo.
7. Identificar la relación existente entre la asignatura de Educación Física y el resto de las asignaturas del currículo como es en este caso con la asignatura de *Natural Sciences*.
8. Utilizar el inglés como medio de comunicación en un contexto como es el deportivo (con un vocabulario específico del área).

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Educación Física:

Bloque 2. Habilidades motrices básicas.

- Resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y del móvil.

- Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios.
- Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

Bloque 4. Actividad física y salud.

- El cuidado del cuerpo. Adquisición de hábitos alimentarios saludables.
- Identificación de las prácticas poco saludables.
- Prevención sobre los malos hábitos en la alimentación: obesidad, “vigorexia”, anorexia y bulimia. Dietas sanas y equilibradas.

Ciencias de la Naturaleza³:

Bloque 1. Iniciación a la actividad científica.

- Planificación y realización de un proyecto y presentación de un informe.

Bloque 2. El ser humano y la salud.

- Nutrición.
- Salud y enfermedad. Principales enfermedades que afectan a los aparatos y sistemas del organismo humano.
- Hábitos saludables para prevenir enfermedades.
- La conducta responsable.
- Avances de la ciencia que mejoran la salud y la alimentación.

Competencia lingüística → C.C.1: en esta unidad los alumnos no sólo tendrán que comunicarse en un ambiente de respeto y aceptación, sino que además deberán hacerlo en inglés. Aprenderán un vocabulario específico como es el que rodea a todo el tema de la nutrición y lo harán tanto en castellano como en inglés.

³ Extraídos de la Orden ECD/686/2014.

Aprender a aprender → C.C.4: como en todas las unidades didácticas en las que se utiliza la metodología de retos, los alumnos deberán desarrollar sus competencias críticas para aprender de sí mismos y de los demás.

Competencias sociales y cívicas → C.C.5: al tratarse de un deporte de equipo, la mayor parte de las actividades estarán enfocadas a trabajar engrupo. Valores como el de igualdad, respeto y trabajo en equipo serán tres de los pilares más importantes de esta unidad.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor → C.C.6: los alumnos trabajarán su creatividad y su capacidad de reflexión. Al trabajar de forma interdisciplinar, serán ellos los que tendrán que ir creando sus propias conexiones entre los contenidos de ambas asignaturas, dándoles así la oportunidad de abrir sus horizontes y su forma de ver las cosas.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Educación Física:

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, con o sin oposición, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y seleccionando y aplicando combinaciones de habilidades motrices básicas.	1.5 Adapta las habilidades motrices básicas de lanzamiento, pase, recepción, conducción y golpeo de móviles a las situaciones de juego, sin perder el control de los mismos y anticipándose a su trayectoria y velocidad.
2. Resolver retos tácticos elementales propios de situaciones motrices individuales o de cooperación, con o sin oposición, actuando de forma individual, y cooperativa, y desempeñando las diferentes funciones implícitas a la situación motora.	2.1 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de oposición, adecuándose a las acciones del oponente.
	2.2 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de cooperación, colaborando con los compañeros.
	2.3 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de cooperación- oposición, adecuándose a las interacciones de todos los elementos presentes.

5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación y sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	5.2 Describe una dieta sana y equilibrada.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros y al entorno en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	12.5 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.
	12.6 Anima a sus compañeros o compañeras valorando las aportaciones positivas de cada uno en las actividades.
	12.7 Reconoce su aportación al resultado de las actividades colectivas y sabe diferenciar entre éxito y esfuerzo.

Ciencias de la Naturaleza:

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
3. Comunicar de forma oral y escrita los resultados presentándolos con apoyos gráficos. (Bloque 1)	3.1. Utiliza, de manera adecuada, el vocabulario correspondiente a cada uno de los contenidos trabajados, en la comunicación de forma oral y escrita.
5. Realizar un proyecto y presentar un informe. (Bloque 1)	5.1. Manifiesta autonomía en la planificación y ejecución de acciones y tareas y teniendo iniciativa en la toma de decisiones.
	5.2. Presenta los trabajos de manera ordenada, clara y limpia, en soporte papel y digital.
3. Relacionar determinadas prácticas de vida con el adecuado funcionamiento del cuerpo, adoptando estilos de vida saludables, sabiendo las repercusiones para la salud de su modo de vida. (Bloque 2)	3.1. Reconoce y explica estilos de vida saludables y sus efectos sobre el cuidado y mantenimiento de los diferentes órganos y aparatos.
	3.2. Identifica y ejemplifica hábitos saludables para prevenir enfermedades y muestra una conducta responsable.
	3.4. Conoce y explica algunos avances de la ciencia que mejoran la salud y la alimentación (medicinas, potabilización del agua, aditivos, etc.).

5. Metodología y actividades

La metodología principal de esta unidad didáctica es el ABRe, pero dentro de ella se utilizarán diferentes estilos de enseñanza como la asignación de tareas, la resolución de problemas y la resolución de retos (específica de esta metodología).

A través de la indagación y la resolución de retos se busca implicar más tanto física como cognitivamente al alumno para así conseguir un aprendizaje más significativo. Por consiguiente, se dará más importancia a la toma de decisiones que a la calidad de ejecución de la propia técnica.

El momento de utilización de cada estilo de aprendizaje será:

Sesiones	Asignación de tareas*	Descubrimiento guiado*	Resolución de retos**
1		X	X
2	X	X	
3	X	X	
4	X	X	
5	X	X	
6	X		

*Los diferentes estilos de enseñanza se desarrollan en el punto 4.1. de la PGA.
 **La resolución de retos responde a la parte principal de la metodología ABRe (punto 1.1. de la PGA).

Los principios metodológicos que sustentarán esta unidad son los de diversión, interdisciplinariedad, autosuperación, adaptación, individualización y socialización, los cuales están descritos en el apartado 5.1. de la PGA.

En cuanto a la estructura seguida en las distintas sesiones, se mantendrá una distribución temporal común: calentamiento (5-10 minutos), parte principal (35-40 minutos) y la vuelta a la calma (5 minutos).

6. Materiales curriculares y otros recursos didácticos

Para el desarrollo de esta unidad didáctica únicamente serán necesarios los materiales especificados en cada una de las sesiones. Y tanto para crear los materiales como las tarjetas, pirámides y platos como para llevar a cabo la sesión, será necesario colaborar con la profesora de *Natural Sciences*. De hecho, algunas de las sesiones durarán más de una hora y será necesario contar con el tiempo de alguna hora de la asignatura de *Natural Sciences*. En concreto, las sesiones tres y cuatro se alargarán algo

más de una hora y veinte, por lo que se terminará la sesión en horario de la asignatura de *Natural Sciences*.

7. Evaluación

Como se concreta en el apartado de evaluación de la PGA, en cada trimestre se evaluarán tanto los contenidos conceptuales y procedimentales del deporte (80% de la nota final) como los de carácter social y actitudinal (20%), los cuales tienen una rúbrica especial que se encuentra en el Anexo 5.

Al estar compuesto el segundo trimestre por cuatro unidades didácticas evaluables, el 80% de la evaluación estará destinada a los contenidos deportivos de las unidades de primeros auxilios, condición física, fútbol y atletismo. El porcentaje que se le dará a cada unidad será el siguiente: 10% a los primeros auxilios, 20% a la condición física, 20% al fútbol y un 30% al atletismo. A lo cual habrá que sumar posteriormente el otro 20% restante correspondiente a la actitud y el comportamiento del alumno.

Y, al igual que en las unidades anteriores, los diferentes estándares de aprendizaje no se evaluarán individualmente, sino que se evaluarán algunas actividades concretas en las que se trabajarán estos objetivos. Una parte será evaluada por el profesor de Educación Física y la otra por la profesora de *Natural Sciences*, la cual tendrá en cuenta unos indicadores de logro propios de su asignatura.

A continuación, aparece una tabla en la que se especifican los contenidos que se van a trabajar en cada actividad de evaluación escogida, los estándares de aprendizaje que se observarán y el porcentaje de la nota que tendrá sobre esta unidad didáctica (sobre el 100%). La cual luego se ponderará junto con las demás unidades para obtener la nota del trimestre entero.

Esta evaluación se realizaría en colaboración con la profesora de *Natural Sciences*. Y, aunque lo ideal sería trabajar siempre de forma interdisciplinar compartiendo contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje, como la LOMCE separa estos apartados por asignaturas, la calificación se dará por separado

(aunque la herramienta para evaluar será conjunta). Por esto, los contenidos y estándares de aprendizaje de *Natural Sciences* están señalados en verde.

Actividades de evaluación*	Contenidos	E.A.	Porcentajes
<p>“Circuito piramidal y vuelta a la calma” (sesión 2)</p>	<p>Resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente. Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad. Nutrición. Avances de la ciencia que mejoran la salud y la alimentación.</p>	<p>1.5 3.1 (B.1) 5.1 (B.1) 3.4 (B.2)</p>	<p>35%</p>
<p>“Prueba de relevos y vuelta a la calma” (sesión 3)</p>	<p>Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios. El cuidado del cuerpo. Adquisición de hábitos alimentarios saludables. Planificación y realización de un proyecto y presentación de un informe. Nutrición.</p>	<p>5.2 12.7 5.2 (B.1)</p>	<p>30%</p>
<p>“Mini partidos y vuelta a la calma” (sesión 5)</p>	<p>Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y del móvil. Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición. El cuidado del cuerpo. Adquisición de hábitos alimentarios saludables. Identificación de las prácticas poco saludables. Prevención sobre los malos hábitos en la alimentación: obesidad, “vigorexia”, anorexia y bulimia. Dietas sanas y equilibradas. Nutrición. Salud y enfermedad. Hábitos saludables para prevenir enfermedades. La conducta responsable.</p>	<p>2.1 2.2. 12.5 12.6 3.1 (B.2) 3.2 (B.2)</p>	<p>35%</p>

*Dentro del punto 10 destinado a la organización de la enseñanza, las actividades seleccionadas para la evaluación han sido resaltadas en azul para poder diferenciarlas del resto.

8. Medidas de atención a la diversidad

Las actividades propuestas no discriminan a los alumnos por su nivel de desarrollo psicomotor ni por su sexo. Todos los ejercicios y retos siguen el modelo del DUA de forma que cada alumno puede realizar las diferentes actividades acorde a sus habilidades, intereses y motivación. En el caso de las sesiones que siguen la metodología ABRe, los retos están dispuestos de menor a mayor dificultad y los alumnos los podrán realizar utilizando el tiempo que necesiten para así respetar los diferentes ritmos de aprendizaje.

En el caso de las actividades que tienen un carácter competitivo se intentará que los alumnos cuenten con las mismas posibilidades de éxito. En ningún momento quedarán eliminados o excluidos de la actividad, sino que se les otorgarán otros roles o se les ofrecerán otras posibilidades y ayudas que les permitirán seguir mejorando. De esta manera, se conseguirá que el tiempo de práctica deportiva sea el máximo posible para todos.

9. Otros elementos que pueden estar de forma explícita

Fomento del inglés: la unidad didáctica se desarrollará en un contexto de habla inglesa ya que se trabajará de forma interdisciplinar con la asignatura de *Natural Sciences*.

Fomento de la lectura: en una de las sesiones se les presentará a los alumnos un breve artículo de una revista en la que se expondrán los beneficios de seguir una dieta equilibrada y los problemas que pueden conllevar unos malos hábitos de salud. De esta forma, se creará un entorno de debate en el que cada alumno comentará que tipo de hábitos alimenticios sigue en su día a día.

Educación en valores: a lo largo de todas las sesiones se trabajarán valores como el respeto, la igualdad y el trabajo en equipo entre otros.

10. Organización de la enseñanza

Aunque la unidad se desarrollará en un contexto de habla inglesa, las actividades se describirán en castellano, pues la asignatura de Educación Física no está incluida dentro del programa bilingüe.

SESIÓN Nº: 1	FECHA: 13 / 04 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN: <ul style="list-style-type: none">- Familiarizarse con el material.- Desplazarse por el espacio con el móvil guiado con ambos pies.- Identificar los alimentos según si son saludables o nocivos.	
MATERIAL: 24 balones de fútbol y cartas de comida (Anexo 15).	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento: <ul style="list-style-type: none">▪ <i>Caballería:</i> actividad explicada en el Anexo 11. Parte principal: <ul style="list-style-type: none">▪ Individualmente:<ul style="list-style-type: none">❖ <i>De compras:</i> cada alumno con un balón debe desplazarse por el espacio siguiendo las indicaciones del profesor: conducir desplazándose hacia delante, hacia atrás, hacia un lado y hacia el otro, dar la vuelta pivotando sobre un pie y luego sobre el otro, realizar lo mismo con el pie no dominante... Mientras tanto, deben ir memorizando el nombre de los alimentos que se habrán colocado por el suelo y por las paredes del polideportivo. Una vez finalizado el ejercicio, se reunirán en el centro del polideportivo y comentarán qué cartas han encontrado. Con ayuda de los profesores irán identificando cuáles pueden ser nocivos para el cuerpo y cuáles no.❖ <i>Retos saludables:</i> Cada uno con un balón deberán intentar superar los siguientes retos. Y cada vez que superen uno, deberán acercarse a alguno de los dos profesores y pedirles una carta de alimentación que quieren añadir a su dieta (justificando su elección). Según vayan superando más retos tendrán que pensar en alimentos de diferentes tipos (no comer solo carne, pescado o pasta).<ul style="list-style-type: none">▪ Reto 1 → Coger el balón con las manos y dejarlo caer sobre el pie derecho para golpearlo y volver a cogerlo. (Hacer 5 veces).▪ Reto 2 → Lo mismo, pero con el pie izquierdo.▪ Reto 3 → Coger el balón con las manos, dejarlo caer e intentar hacer tres toques seguidos con el pie derecho.▪ Reto 4 → Lo mismo, pero con el pie izquierdo.▪ Reto 5 → Coger el balón con las manos e intentar hacer dos toques seguidos intercalando de pie (derecha-izquierda e izquierda-derecha).	

- Reto 6 → Realizar la misma rutina, pero con las rodillas.
- Reto 7 → Lanzar el balón hacia arriba e intentar golpearlo con el hombro cuando caiga (primero con el derecho y posteriormente con el izquierdo).
- Reto 8 → Realizar dos toques con la cabeza.
- Reto 9 → Lanzar el balón hacia arriba e intentar controlar la caída del balón con el pie utilizando la planta del pie (pisándolo).
- Reto 10 → Hacer tres toques seguidos pasando por pie, rodilla y cabeza.

Vuelta a la calma:

- Se creará un corro y alumno por alumno irán indicando qué alimentos han conseguido y justificando por qué los han querido añadir a su dieta (por que le gustan, porque creen que son saludables, porque les llamaba la atención el dibujo, etc.).
- Una vez vistos todos los alimentos, se realizará un repaso sobre aquellos alimentos que son saludables y sobre aquellos que pueden ser nocivos para el organismo. Y para terminar se les mostrará un cartel en el que estará representada la pirámide de alimentación, para que los alumnos se vayan familiarizando con ella y el próximo día sigan trabajando.

SESIÓN Nº: 2	FECHA: 15 / 04 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar la habilidad de conducción. - Desplazarse por el espacio con el móvil guiado con ambos pies. - Identificar los alimentos según su clasificación (vegetales, frutas, carbohidratos, proteínas o grasas). 	
MATERIAL: 24 balones de fútbol, conos, picas, 24 pinzas, una pizarra de Vileda y cartas de comida (Anexo 15).	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Bulldog familiar:</i> Se divide el campo en dos mitades y dentro de cada una habrá un área de seguridad. Los alumnos se colocarán por parejas, cogidos de la mano dentro de una zona de seguridad. Y una pareja se colocará en la mitad del campo. Cuando esta última pareja diga ¡BULL DOG! en voz alta el resto de los compañeros tendrán que avanzar de un área del campo a la otra evitando ser pillados por la pareja del centro. La pareja central sólo podrá pillar al resto de parejas cuando éstas están en el terreno de juego fuera de las áreas. Cuando la pareja perseguidora consigue atrapar a otra pareja, esta se suma a pillar al resto de compañeros. ▪ <i>Pasa-pasota:</i> Un balón por cada pareja, los alumnos deberán desplazarse por el espacio haciendo pases de diferentes longitudes. 	
Parte principal:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Antes de seguir con la parte práctica, se volvería a colgar la pirámide los alimentos y se les explicaría su organización. Posteriormente se retiraría a cada alumno una carta que se pegaría a la camiseta con una pinza. ▪ En gran grupo: 	

<ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Frutas, verduras, proteínas, carbohidratos y grasas:</i> cada alumno con un balón deberá desplazarse por el campo de fútbol conduciendo el balón con los dos pies sin chocarse con nadie. Cuando uno de los dos profesores lo indique, los alumnos deberán agruparse siguiendo la orden: <ul style="list-style-type: none"> ○ Por tipos de alimentos: los carbohidratos se tendrán que juntar con los carbohidratos, las proteínas con las proteínas y así sucesivamente. ○ Por platos saludables: los alumnos se tendrán que juntar de tres en tres siendo cada uno de los participantes de un tipo diferente de comida saludables. Y los alimentos que no sean saludables deberán agruparse. ○ Por platos de día especial: los alumnos deberán agruparse como quieran, pero de forma rápida, da igual si los alimentos son saludables o no. ▪ Antes de seguir se dibujaría una pirámide en la pizarra de Vileda para comenzar con la siguiente parte. ▪ Individualmente: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Circuito piramidal:</i> Se intercambian las cartas los alumnos para así no volver a tener el mismo alimento que antes. A continuación, se les muestra la pirámide vacía dibujada la cual tendrán que completar ellos con sus cartas. De uno en uno deben hacer el circuito que se habrá creado con elementos de zigzag (con conos y picas), obstáculos que deberán superar pasando el balón por abajo o por arriba y jugando con la pared para que les devuelva la pelota. Pero el orden de salida no será al azar, los alumnos deberán salir en orden ascendente según el alimento de la pirámide que tengan. Para ello, deben reunirse y deliberar en qué orden salen. El ejercicio se haría dos veces (con nuevas cartas para así tener muchos alimentos en la pirámide). <p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Para terminar, se haría un semicírculo alrededor de la pirámide que habrían completado y hablarían sobre si creen que está bien completada o si hay algún alimento que se haya colocado mal. De esta forma se reforzarían los conocimientos adquiridos a lo largo de la sesión.

SESIÓN Nº: 3	FECHA: 20 / 04 / 2021
OBJETIVO DE LA SESIÓN:	
<ul style="list-style-type: none"> - Mejorar la habilidad de conducción. - Iniciarse en la habilidad de tiro a portería. - Crear un plato saludable en equipo, respetando la diversidad del grupo. 	
MATERIAL: 24 balones de fútbol, conos, cuerdas, aros y cartas de comida (Anexo 15).	
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	
Calentamiento:	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>La muralla:</i> se trata de un juego de conducción en el cual un jugador se pone en medio del espacio delimitado y los demás tienen que intentar pasar conduciendo el balón hasta el otro lado, sin que el defensor les quite la pelota. Cuando un jugador pierde la pelota porque 	

el defensor se la ha robado o empujado, la pelota se aparta y el jugador que antes estaba conduciendo ahora pasa a formar parte de los jugadores que defienden.
No se puede golpear la pelota, hay que pasar de un lado al otro conduciendo el balón.

Parte principal:

- Se creará una pequeña competición entre dos grupos con diferentes ejercicios a través de los cuales cada equipo irá consiguiendo cartas de alimentos. La selección de los mismos, deberá ser coherente y reflexionada, pues no se le dará una carta al azar, sino que ellos podrán pedir la que quieran para formar su plato de comida. Este plato deberá estar bien repartido, es decir, no pueden coger solo lechugas y plátanos, porque, aunque son alimentos saludables, un plato equilibrado debe tener más tipos de comidas. Al finalizar la competición, se les dará un plato (imagen) a los alumnos en el cual tendrán que colocar sus alimentos y ver qué porcentaje tienen de cada comida.

Al equipo ganador de cada prueba se le dará tres cartas y al perdedor solo dos.

Los ejercicios de la competición son:

- ❖ *Prueba de relevos:* se hacen dos filas, una para cada equipo. Los alumnos tienen que avanzar desde el cono de salida hasta el cono de giro (separación de 5 metros) conduciendo el balón con el pie dominante lo más rápido posible. Para dar el relevo al siguiente compañero será necesario chochar la mano y dejarle el mismo balón. Por consiguiente, tienen que salir de uno en uno.

- *Variante 1:* conduciendo con el pie no dominante.
- *Variante 2:* hasta el cono los alumnos deberán conducir el balón marcha atrás, pero a la vuelta podrá volver conduciendo el balón como quieran.
- *Variante 3:* se colocan seis conos entre medias del cono de salida y de pivote. Y los alumnos tienen que ir haciendo zigzag.
- *Variante 4:* igual, pero ahora deberán hacerlo cambiando el balón de pierna a la vuelta.

- ❖ *Golazo:* se crean dos filas enfrente de una portería y de uno en uno deberán ir tirando a portería. Pero esta estará dividida por sectores, se colgarán aros con unas cuerdas a diferentes alturas. Estos aros tendrán una puntuación asignada en función de la dificultad.

El equipo que más puntos consiga se llevará las tres cartas y el otro equipo solo dos. Pero esta actividad se realizará dos veces (irá por tiempo).

Vuelta a la calma:

- Para terminar, cada grupo se reunirá y colocará en el plato los alimentos que haya conseguido, pero no están obligados a colocar todos, si hay alguno que no les gusta o que les sobra, podrán eliminarlo o intercambiarlo con el otro equipo.

Una vez ya tengan los dos platos creados, los expondrán a sus compañeros y explicarán por qué han elegido esos alimentos y por qué en esa proporción.

Una vez debatido, los profesores les irán guiando para que al final terminen comprendiendo que un plato equilibrado (una dieta equilibrada) debe estar conformada por un 50% de frutas y verduras, un 25% de proteínas, un 25% de hidratos de carbono y un 0% de grasas.

<p>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cooperar con los compañeros para conseguir superar a los rivales. - Identificar las diferentes pirámides de alimentos de otros países con una buena dieta equilibrada.
<p>MATERIAL: 24 balones de fútbol, conos, carteles de las pirámides y cartas de comida (Anexo 15).</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA TAREA</p>
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>La tormenta:</i> cada uno con su balón debe desplazarse por el espacio conduciendo el balón tratando de quitarle el balón a otro compañero sin que este se lo quite a él. Poco a poco se va reduciendo el espacio de juego. Los jugadores que pierdan el balón o se salga del espacio delimitado (les pille la tormenta) quedarán eliminados y deberán pasarse a un segundo campo en el que se comenzará a desarrollar la misma actividad en cuanto haya por lo menos dos jugadores (pero esta vez sin eliminarse a un tercer campo, seguirán jugando, aunque pierdan la pelota). <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Como ya han visto en la sesión anterior la división del plato saludable, en esta nueva sesión, se introducirán algunos nuevos tipos de pirámides de alimentación que también están registradas como saludables (Australia, Suiza, Japón, Islandia e Italia). Pero esto será al final de la clase. Primero, mientras los alumnos van realizando los diferentes juegos, los profesores irán entregando cartas de alimentos al azar a aquellos alumnos que estén implicados en la tarea. Cartas que usarán posteriormente en la vuelta a la calma. ▪ Grupos de seis: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Mareo:</i> formando un pentágono los alumnos se colocarán de forma separada para poder pasarse la pelota evitando que el jugador del centro les robe el balón. Si uno pierde el balón, toma la posición del mareado. En caso de que un jugador no consiga robar la pelota, se estrechará la separación entre compañeros para que le sea más fácil robar. ▪ Grupos de doce: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Gran mareo:</i> juntando dos equipos, se realiza el mismo ejercicio, pero con dos jugadores en el centro. ▪ Grupos de tres: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Aunque finalice en trabuco, coopero con el grupo:</i> por grupos de tres, dos equipos se enfrentarán entre sí. Un equipo tiene que intentar meter gol en la portería reglamentaria y el otro tiene que conseguir pasar conduciendo el balón entre dos porterías creadas con conos (una a cada lado de su línea de meta, donde debería estar su portería reglamentaria). Un tercer equipo se encontrará también en el terreno de juego (uno en una banda fuera del campo, el otro en el centro y el otro en la banda contraria). Este tercer trío tiene el rol de ayudar siempre al equipo atacante. Los jugadores de las bandas no pueden moverse más que lateralmente por el campo y el equipo contrario no podrá quitarles el balón (están siempre de apoyo). Posteriormente se van rotando las posiciones de los equipos.

Vuelta a la calma:

- Una vez finalizado el partidillo modificado los profesores les mostrarán a los alumnos una serie de pirámides vacías fraccionadas con unas estructuras diferentes y con el nombre del país al que pertenecen. Los alumnos tendrán que ir pegando sus alimentos en las cinco pirámides pensando que cada una tiene una distribución distinta y priorizan una serie de alimentos antes que otros.

Cuando ya todos hayan puesto sus alimentos en alguna de las pirámides, los profesores les darán las respuestas con unas imágenes de las distintas pirámides, y se debatirá por qué creen que cada país o región mundial siguen una dieta diferente.

SESIÓN Nº: 5**FECHA: 27 / 04 / 2021****OBJETIVO DE LA SESIÓN:**

- Adaptar los movimientos y las decisiones motrices con relación a la colocación de mis compañeros, los adversarios y el móvil.
- Concienciarse sobre la importancia de desayunar correctamente en el recreo.

MATERIAL: 24 balones de fútbol, conos, carteles de las pirámides y cartas de comida (Anexo 15).**DESCRIPCIÓN DE LA TAREA****Calentamiento:**

- *La muralla:* actividad descrita en la sesión 3.

Parte principal:

- El objetivo de hoy es que los alumnos demuestren los conocimientos aprendidos a lo largo de estas sesiones y sean capaces de llevar la teoría a la práctica. Deberán finalizar la sesión canjeando una serie de puntos que conseguirán en la actividad principal por alimentos saludables que tienen que llevar en el recreo para su desayuno. Para ello, se les propondrá jugar un pozo (mini partidos de 4 vs 4) por tiempo.
- Por tríos:
 - ❖ *Mini partidos:* se dividirá el campo en varios campos para que todos los alumnos puedan jugar a la vez.
Los equipos que ganen conseguirán 10 puntos y los que pierdan 5.

Vuelta a la calma:

- Los alumnos deberán canjear sus puntos por cartas alimentos saludables para su desayuno del recreo.
Los profesores crearán un debate para hablar sobre la importancia de llevar un buen desayuno al recreo. Se trata de una sesión formativa y de concienciación para evitar que los alumnos lleven al recreo bollería industrial o vayan sin almuerzo.
Además, se hablará de algunas de las enfermedades causadas por una mala alimentación y por seguir una vida sedentaria.

SESIÓN Nº: 6**FECHA: 29 / 04 / 2021**

<p>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cooperar con los compañeros para conseguir superar a los rivales.
<p>MATERIAL: 24 balones de fútbol, pinzas y cartas de comida (Anexo 15).</p>
<p>DESCRIPCIÓN DE LA TAREA</p>
<p>Calentamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>La tormenta:</i> explicado en la sesión 4. <p>Parte principal:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Para poder realizar la división de equipo de los partidos modificados, se dará a cada alumno una pinza y una carta de alimento al azar, la cual indicará con qué equipo irá. Las proteínas jugarán contra los carbohidratos y las grasas contra los vegetales y verduras. ▪ Grupos de seis: <ul style="list-style-type: none"> ❖ <i>Partido modificado:</i> se juega un partido de fútbol sala de 6 vs 6, pero con la condición de que los seis integrantes del grupo deben tocar la pelota antes de poder tirar a portería. <p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Para acabar y cerrar la unidad didáctica, los profesores se reunirán con los alumnos y escucharán las valoraciones de los alumnos (desde el punto de vista de la diversión, respecto a su aprendizaje en el fútbol y sobre la nutrición, etc.).

Unidad Didáctica 11: “Con todas las habilidades desarrolladas, de aquí a las mini olimpiadas”

Asignatura	Educación Física	Curso	6º de Primaria
Nº Sesiones	10 sesiones	Temporalización	11 mayo - 15 junio

1. Justificación y descripción de la unidad didáctica

La localización de esta unidad a final del último trimestre se debe a dos motivos principales: en primer lugar, porque las habilidades de fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad y potencia de los alumnos se encontrarán su pico de desarrollo y esto beneficiará a la adquisición de las propias habilidades técnicas de las diferentes disciplinas y, en segundo lugar, porque en la Comunidad de Madrid a finales del mes de mayo los centros escolares suelen celebrar una mini olimpiadas en las que se enfrentan todos los alumnos de los colegios de la misma zona en distintos juegos y actividades.

En esta unidad se trabajarán las diferentes disciplinas del atletismo: resistencia, velocidad, carrera de relevos, salto de vallas, salto horizontal, salto de altura y lanzamiento de jabalina siguiendo principalmente la metodología ABRe.

2. Objetivos

1. Adaptar la intensidad, el esfuerzo y la duración de las diferentes habilidades y gestos a los requerimientos de las actividades (carreras, saltos y lanzamientos).
2. Reconocer la capacidad física principal que se trabaja en cada disciplina.
3. Identificar el nivel de los compañeros y el propio y respetarlo.
4. Aceptar la derrota y la victoria y reconocer las emociones que conllevan ambas.

3. Contenidos y relación con las competencias clave

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

- Aplicación del control tónico y de la respiración al control motor.

Bloque 4. Actividad física y salud.

- Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad.
- Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

C.C.1: Para enfrentarse a los diferentes retos, los alumnos deberán crear una estrategia de actuación por grupos y para ello tendrán que dialogar y debatir la mejor solución.

C.C.7: Cada disciplina se aterrizará con una breve introducción histórica de cómo y dónde surgieron y en qué otras modalidades han derivado con el paso del tiempo.

4. Criterios de evaluación y mínimos exigibles

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje (Orden ECD/686/2014)
1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, con o sin oposición, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y seleccionando y aplicando combinaciones de habilidades motrices básicas.	1.4 Adapta los desplazamientos, saltos y otras habilidades motrices básicas a las finalidades y a los roles desempeñados en juegos y actividades predeportivas.
	1.5 Adapta las habilidades motrices básicas de lanzamiento, de móviles a las situaciones de juego, sin perder el control de los mismos.
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas.	4.1 Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.
	4.2 Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.
6. Regular y dosificar la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades para mejorar el nivel de sus capacidades físicas.	6.1 Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor, teniendo en cuenta su nivel de partida y sus posibilidades.
	6.3 Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.
	6.4 Identifica su nivel de condición física comparando los resultados con los correspondientes a su momento evolutivo.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros, aceptando las reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	12.5 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.

5. CONCLUSIONES:

La realización de este trabajo ha supuesto para mí un gran aprendizaje tanto a nivel académico como personal.

Desde el punto de vista académico, he podido conocer de primera mano una parte muy importante (y a su vez invisible) del trabajo que conlleva ser profesor. He aprendido a planificar y crear una PGA con todas sus unidades didácticas para un curso de sexto de Educación Primaria en el área de la Educación Física. Gracias a este trabajo he podido integrar los conocimientos y aprendizajes adquiridos en estos cinco años de carrera en un solo trabajo que recoge tanto mi gusto por la educación como mi afición por el deporte. A partir de una base teórica sobre el nivel de desarrollo fisiológico, cognitivo y emocional de los niños de esa edad, creé una serie de unidades didácticas que buscaban conseguir los objetivos de etapa que se proponen para este curso desde un enfoque inclusivo y significativo. Teniendo en cuenta el contexto y la posible diversidad que un profesor se puede encontrar en sus clases, decidimos utilizar la metodología del Aprendizaje basado en Retos como eje vertebrador ya que tiene en cuenta los intereses y el nivel de desarrollo de todos los alumnos.

Y desde el punto de vista más personal, este trabajo me ha ayudado a mejorar mi capacidad de organización, esfuerzo y sacrificio. Este quinto curso del Doble Grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Educación Primaria es muy exigente desde el punto de vista de trabajos y exposiciones. Este grado conlleva mucho tiempo y dedicación ya que todos los contenidos se ven tanto de forma teórica como práctica. El esfuerzo que requiere hacer un Trabajo Final de Grado es muy grande y más aún si tenemos en cuenta que en nuestro caso hemos tenido que realizar dos en un mismo curso. Sin embargo, esta situación me ha permitido darme cuenta de la importancia de tener una buena planificación y organización para poder terminar todo satisfactoriamente en los plazos establecidos.

Como facilidades a la hora de realizar este trabajo destacaría la formación que hemos recibido durante estos años. Ha sido una formación de calidad que me ha permitido enfrentarme a este trabajo con conocimientos suficientes y ganas para

llevarlo a cabo. La metodología ABRe es una metodología con la cual ya había trabajado tanto de forma teórica como práctica en algunos de los colegios en los que he realizado las prácticas. Y por el potencial que tiene el ABRe, decidí que era la adecuada para este trabajo.

En cuanto a las dificultades que se me han presentado a la hora de realizar esta programación, además de la escasez de tiempo, señalaría la dificultad que conlleva planificar y escribir una programación didáctica general que tenga una buena calidad científica en la que sustentarse y que a su vez no tenga apartados inconexos o descontextualizados. El reparto de los contenidos, objetivos, estándares de aprendizaje y criterios de evaluación es una labor muy compleja que requiere de una muy buena organización y distribución para no dejar nada de lado y al mismo tiempo, trabajarlo todo de forma entretenida y motivadora.

En cuanto a la consecución de los objetivos que nos planteamos mi tutora y yo antes de comenzar con este trabajo, considero que los hemos cumplido todos. Hemos conseguido realizar una programación didáctica general utilizando una metodología innovadora como es el ABRe atendiendo a todos los aspectos legislativos nacionales y autonómicos.

Por último, he de decir que esperamos que este proyecto sirva como un apoyo a todos los docentes de Educación Física que quieran poner en práctica el ABRe. Ya que como he expuesto, se trata de una metodología innovadora que permite atender a toda la diversidad del aula y que facilita aspectos como la autonomía, la diversión, la individualización y la socialización. Aspectos todos ellos fundamentales para conseguir un desarrollo integral y fomentar la adquisición de hábitos deportivos y de vida saludables.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Legislación:

Comunidad de Madrid (2008). Decreto 17/2008, de 6 de marzo, del Consejo de Gobierno, por el que se desarrollan para la Comunidad de Madrid las enseñanzas de la Educación Infantil. *Boletín oficial de la Comunidad de Madrid*, 1-23.

Comunidad de Madrid (2014). Decreto 89/2014, de 24 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de la Educación Primaria. *Boletín oficial de la Comunidad de Madrid*, 175, 10-89.

Ministerio de Educación (2010). Real Decreto 132/2010, de 12 de febrero, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan las enseñanzas del segundo ciclo de la educación infantil, la educación primaria y la educación secundaria. *Boletín oficial del Estado*, 62, 24831-24840.

Ministerio de Educación Cultura y Deporte (2014). Orden ECD/686/2014, de 23 de abril, por la que se establece el currículo de la Educación Primaria para el ámbito de gestión del Ministerio de Educación, Cultura y deporte y se regula su implantación, así como la evaluación y determinados aspectos organizativos de la etapa. *Boletín oficial del Estado*, 106, 33827-34369.

Ministerio de Educación Cultura y Deporte (2014). Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. *Boletín oficial del Estado*, 52, 1-58.

Ministerio de Educación Cultura y Deporte (2014). Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. *Boletín oficial del Estado*, 3, 169-546.

Bibliografía:

- Akella, D. (2010). Learning together: Kolb's experiential theory and its application. *Journal of Management & Organization*, 16(1), 100-112.
<https://doi.org/10.5172/jmo.16.1.100>
- Ausubel, D. P., Novak, J. D., & Hanesian, H. (1983). *Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo* (2.ª ed.). Trillas.
- Báguema-Mainar, J. I., Sevil-Serrano, J., Julián-Clemente, J. A., Murillo-Pardo, B., & García-González, L. (2014). El aprendizaje del voleibol basado en el juego en Educación Física y su efecto sobre las variables motivacionales situacionales. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 16(3), 255-270.
- Beckers, J. (2002). *Développer et évaluer des compétences à l'école: Vers plus d'efficacité et d'équité* (2.ª ed.). LABOR.
- Benjumea, J. M. C., Henares, P. S., & Fernández-Truan, J. C. (2017). Autoeficacia del profesorado de Educación Física en la enseñanza de habilidades gimnásticas. *Revista Digital de Educación Física*, 44, 41-55.
- Bravo, I., & Herrera, L. (2011). Convivencia escolar en Educación Primaria. Las habilidades sociales del alumnado como variable moduladora. *DEDiCA Revista de Educação e Humanidades*, 173-212. <https://doi.org/10.30827/dreh.v0i1.7166>
- Brown, H. E., Pearson, N., Braithwaite, R. E., Brown, W. J., & Biddle, S. J. H. (2013). Physical Activity Interventions and Depression in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine*, 43(3), 195-206.
<https://doi.org/10.1007/s40279-012-0015-8>
- Bustos Jiménez, A., Castellano Hinojosa, V., Calvo Ramos, J., Mesa Sánchez, R., Quevedo Blasco, V. J., & Aguilar Mendoza, C. (2019). El aprendizaje basado en retos como

- propuesta para el desarrollo de las competencias clave. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 380, 50-55.
<https://doi.org/10.14422/pym.i380.y2019.008>
- Carriedo, A., Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Cecchini, J. A. (2019). Nuevas posibilidades y recursos para la enseñanza de la expresión corporal en educación física: Internet y los retos virales. *Retos*, 37, 722-730.
<https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69147>
- Chin, M. K., Wong, A. S., So, R. C., Siu, O. T., Steininger, K., & Lo, D. T. (1995). Sport specific fitness testing of elite badminton players. *British Journal of Sports Medicine*, 29(3), 153-157. <https://doi.org/10.1136/bjism.29.3.153>
- Clark, S., & Paechter, C. (2007). 'Why can't girls play football?' Gender dynamics and the playground. *Sport, Education and Society*, 12(3), 261-276.
<https://doi.org/10.1080/13573320701464085>
- Cummins, J. (2002). *Lenguaje, poder y pedagogía: Niños y niñas bilingües entre dos fuegos*. Morata.
- Delgado Noguera, M. A. (2015). Los estilos de enseñanza de la Educación Física y el Deporte a través de 40 años de vida profesional. *Retos*, 28, 240-247.
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i28.35532>
- Europäische Kommission (Ed.). (2002). *Key competencies: A developing concept in general compulsory education*.
- Fernández Río, J. (2003). Desafíos físicos cooperativos: historia y posibilidades didácticas. En *Actas del III Congreso Estatal y I Iberoamericano de actividades físicas cooperativas. Gijón, 30 de junio al 3 de julio de 2003*. Valladolid: La Peonza. Cederrón.

- Gabbett, T. J. (2016). The training—injury prevention paradox: Should athletes be training smarter and harder? *British Journal of Sports Medicine*, 50(5), 273-280.
<https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095788>
- García, E. E. (2005). *Teaching and Learning in Two Languages: Bilingualism and schooling in the United States*. Teachers College Press.
- Instituto Nacional de Estadística (29 de mayo de 2019). *Indicadores Urbanos*. Recuperado de https://www.ine.es/prensa/ua_2020.pdf
- Jiménez, M. G., & Martínez, P. (2008). Bienestar psicológico y hábitos saludables: ¿están asociados a la práctica de ejercicio físico? *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 185-202.
- Jou, M., Chen-Kang, H., & Shih-Hung, L. (2010). Application of Challenge Based Learning Approaches in Robotics Education. *International Journal of Technology and Engineering Education*, 7(2), 4.
- Llamas, L., Hellín, G., & Moreno, J. A. (2004). La enseñanza de habilidades gimnásticas y acrobáticas en la etapa escolar. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 4(14), 82-105.
- López-Felpeto, R., Navarro-Patón, R., & Basanta-Camiño, S. (2015). Formación y actitud del profesorado de Educación Física en Educación Primaria con respecto a los primeros auxilios en la provincia de Lugo. *Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, 7(1), 91-112.
- Malina, R., Bouchard, C., & Bad-Or, O. (1991). *Growth, Maturation, and Physical Activity* (2.^a ed.). Human Kinetics.
- Marrodán, M. J. (2003). *La acción tutorial en Educación Primaria*. ICCE.

- Marshall, W. A., & Tanner, J. M. (1969). Variations in Pattern of Pubertal Changes in Girls. *Archives of Disease in Childhood*, 44(291), 14. <https://doi.org/10.1136/adc.44.235.291>
- Marshall, W. A., & Tanner, J. M. (1970). Variations in the Pattern of Pubertal Changes in Boys. *Archives of Disease in Childhood*, 45(239), 13-23. <https://doi.org/10.1136/adc.45.239.13>
- McClellan, D. C. (1987). *Human Motivation*. Press Syndicate of the University of Cambridge.
- McClelland, D. C. (1973). Testing for competence rather than for «intelligence». *American Psychologist*, 28(1), 1-14. <https://doi.org/10.1037/h0034092>
- Navarro, R., Arufe, V., & Basanta, S. (2015). Estudio descriptivo de la enseñanza de los primeros auxilios desde el profesorado de Educación Física en centros de educación primaria. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 1(1), 35-52. <https://doi.org/10.17979/sportis.2015.1.1.1400>
- Nichols, M., Cator, K., & Torres, M. (2016). Challenge Based Learning Guide. *Digital Promise*, 59.
- Nuñez, M. C., Biencinto, C., Carpintero, E., & García García, M. (2014). Enfoques de atención a la diversidad, estrategias de aprendizaje y motivación en educación secundaria. *Perfiles Educativos*, 36(145), 65-80.
- Observatorio de Innovación Educativa del Tecnológico de Monterrey (2016). Edu Trends. Aprendizaje Basado en Retos. Nuevo León, México: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey.

- Omeñaca-Cilla, R., & Ruiz-Omeñaca, J. V. R. (2005). *Juegos cooperativos y Educación Física* (3.ª ed.). Paidotribo.
- Pérez, L. M. R. (2004). Competencia motriz, problemas de coordinación y deporte. *Revista de Educación*, 335, 21-33.
- Pérez, L. M. R., & Sanz, J. L. G. (2003). Competencia motriz y género entre los escolares españoles. *Revista Internacional de Medicina de la Actividad Física y el Deporte*, 3(10), 101-111.
- Piaget, J., & Inhelder, B. (2015). *Psicología del niño* (18.ª ed.). Morata.
- Pozo, J. I. (2006). La nueva cultura del aprendizaje en la sociedad del conocimiento. En *Nuevas formas de pensar la enseñanza y el aprendizaje: Las concepciones de profesores y alumnos* (pp. 29-54). Graó.
- Ramírez, W., Vinaccia, S., & Gustavo, R. S. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: Una revisión teórica. *Revista de Estudios Sociales*, 18, 67-75.
<https://doi.org/10.7440/res18.2004.06>
- Ramos, F., & Omeñaca, J. V. R. (2011). La Educación Física en centros bilingües de primaria inglés-español: De las singularidades propias del área a la elaboración de propuestas didácticas prácticas con AIBLE. *Revista Española de Lingüística Aplicada*, 24, 153-170.
- Rauschenbach, J. (1996). Tying it all Together Integrating Physical Education and other Subject Areas. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 67(2), 49-51.
<https://doi.org/10.1080/07303084.1996.10607204>

- Rijo, A. G. (2013). Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en relación con la diversión y la desmotivación en las clases de educación física. *Revista de Investigación en Educación*, 2(11), 77-85.
- Ríos, M. (2004). La educación física y la inclusión del alumnado con discapacidad. En *Actas del III Congreso Vasco del Deporte*. Vitoria: Diputación Foral de Álava.
- Ríos, M. (2009). La inclusión en el área de educación física en España. Análisis de las barreras para la participación y aprendizaje. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 9, 83-114.
- Robles, J., Abad, M. T., Castillo, E., Giménez, F. J., & Robles, A. (2015). Factores que condicionan la presencia de la expresión corporal en la enseñanza secundaria según el profesorado de educación física. *Retos*, 24, 171-175.
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i24.34552>
- Romero-Martín, M. R., Gelpi Fleta, P., Mateu Serra, M., & Lavega Burgués, P. (2017). Influencia de las prácticas motrices sobre el estado emocional de estudiantes universitarios. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 67, 449-466. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2017.67.004>
- Thomas, G. L., & Wilson, M. R. (2014). Introducing children to rugby: Elite coaches' perspectives on positive player development. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 6(3), 348-365.
<https://doi.org/10.1080/2159676X.2013.819373>
- Velázquez Callado, C., & Fernández-Río, J. (2005). *Desafíos físicos cooperativos: Retos sin competición para las clases de Educación Física*. Wanceulen.
- Vergara-Torres, A. P., Juvera-Portilla, J. L., Ceballos-Gurrola, O., & Zamarripa, J. (2020). Pokémon GO y su relación con la actividad física, orientación espacial y

socialización en usuarios mexicanos (Pokémon GO and its relationship with physical activity, spatial orientation and socialization in mexican users). *Retos*, 38, 727-732. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.77757>

Vídeos de creación propia utilizados en la Unidad Didáctica 5:

Simón, L. [Bádminton - E.F.] (2018, 16 marzo). Reglamento básico del bádminton [Archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/FWosRqk8mqw>

Simón, L. [Bádminton - E.F.] (2018, 3 diciembre). Retos – Pista 1 [Archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/uRGDASgRFUk>

Simón, L. [Bádminton - E.F.] (2018, 3 diciembre). Retos – Pista 2 [Archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/g9EjRSFJTJM>

Simón, L. [Bádminton - E.F.] (2018, 3 diciembre). Retos – Pista 3 [Archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/GqEXtztrE7E>

Simón, L. [Bádminton - E.F.] (2018, 3 diciembre). Retos – Pista 4 [Archivo de video]. Recuperado de https://youtu.be/JkdsmsC1f_U

Simón, L. [Bádminton - E.F.] (2018, 3 diciembre). Retos – Pista 5 [Archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/y4654y0CpLA>

Simón, L. [Bádminton - E.F.] (2018, 3 diciembre). Retos – Pista 6 [Archivo de video]. Recuperado de https://youtu.be/haUCx_Ast1Q

7. ANEXOS:

Anexo 1. – Objetivos generales de etapa del Real Decreto 126/2014.

a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía respetando y defendiendo los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.

b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en uno mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje y espíritu emprendedor.

c) Adquirir habilidades para la prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales en los que se relacionan.

d) Conocer, comprender y respetar las diferencias culturales y personales, la igualdad de derechos y oportunidades para todas las personas y la no discriminación de personas con discapacidad.

e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana, valorando sus posibilidades comunicativas y desarrollar hábitos de lectura como instrumento esencial para el aprendizaje del resto de las áreas.

f) Adquirir en, al menos una lengua extranjera, la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas.

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) Iniciarse en la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, desarrollando un espíritu crítico ante 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, conocer y respetar el cuerpo humano, y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

l) Conocer y valorar los animales y plantas y adoptar modos de comportamiento que favorezcan su cuidado.

m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

n) Fomentar la educación vial y el respeto a las normas para evitar accidentes de tráfico.

Anexo 2. – Relación entre los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje de la Orden ECD ECD/686/2014 y los del DECRETO 89/2014.

Relación entre los criterios de evaluación de la Orden ECD ECD/686/2014 y los del DECRETO 89/2014	
Orden ECD/686/2014	DECRETO 89/2014
1. Resolver situaciones motrices propias de situaciones individuales y de cooperación, con o sin oposición, utilizando las habilidades perceptivo-motrices y seleccionando y aplicando combinaciones de habilidades motrices básicas.	1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espaciotemporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.
2. Resolver retos tácticos elementales propios de situaciones motrices individuales o de cooperación, con o sin oposición, actuando de forma individual, y cooperativa, y desempeñando las diferentes funciones implícitas a la situación motora.	3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.
3. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.
4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas.	4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico-deportivas y artístico- expresivas.
5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación y sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.	5. Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.

6. Regular y dosificar la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades para mejorar el nivel de sus capacidades físicas.	6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.
7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.
8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.	8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.
9. Opinar coherentemente con actitud crítica, tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.	9. Opinar coherentemente con actitud crítica, tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.
10. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.	11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.
11. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés tratados en el curso y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo.	12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés tratados en el curso y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo.
12. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros y al entorno en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros y al entorno en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.

13. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.	10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Relación entre los estándares de aprendizaje de la Orden ECD ECD/686/2014 y los del DECRETO 89/2014	
Orden ECD/686/2014	DECRETO 89/2014
1.1 Se orienta en movimiento situando los elementos del entorno en relación a otros objetos, a los demás y a las finalidades de la actividad.	1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espaciotemporales y manteniendo el equilibrio postural.
1.2 Interpreta planos sencillos de orientación para elegir el itinerario que mejor se ajuste a la situación y al objetivo que se pretende.	
1.3 Discrimina la izquierda y derecha de los demás en movimiento.	
1.4 Adapta los desplazamientos, saltos y otras habilidades motrices básicas a las finalidades y a los roles desempeñados en juegos y actividades predeportivas y a diferentes tipos de entornos que puedan suponer cierto grado de incertidumbre.	1.2. Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.
	1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.
1.5 Adapta las habilidades motrices básicas de lanzamiento, pase, recepción, conducción y golpeo de móviles a las situaciones de	1.3. Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etcétera) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-

<p>juego, sin perder el control de los mismos y anticipándose a su trayectoria y velocidad.</p>	<p>deportivas y artístico-expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p>
<p>1.6 Adapta las habilidades motrices de giro a las finalidades y a los roles desempeñados en juegos y actividades predeportivas, manteniendo el equilibrio evitando el riesgo de lesión.</p>	<p>1.4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos y ajustando su realización a los parámetros espaciotemporales y manteniendo el equilibrio postural.</p>
<p>2.1 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de oposición, adecuándose a las acciones del oponente.</p>	<p>3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p>
<p>2.2 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de cooperación, colaborando con los compañeros.</p>	
<p>2.3 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de cooperación- oposición, adecuándose a las interacciones de todos los elementos presentes.</p>	
<p>2.4 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones motoras de carácter individual, adecuándose los requerimientos de la actividad y del entorno.</p>	
<p>3.1 Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos, utilizando alguna técnica expresiva.</p>	<p>2.1. Representa personajes, situaciones, ideas y sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.</p>

3.2 Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales y plásticos.	2.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.
4.1 Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.	4.1. Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.
4.2 Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.	4.2. Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.
4.3 Distingue en juegos y actividades físico-deportivas, individuales y colectivos, estrategias de cooperación y de oposición.	4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.
4.4 Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor.	4.4. Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos que sobre el aparato locomotor se desarrollan en el área de Ciencias de la Naturaleza.
5.1 Describe los efectos adversos del consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias.	5.4. Describe los efectos negativos del sedentarismo, de una dieta desequilibrada y del consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias.
5.2 Describe una dieta sana y equilibrada.	5.2. Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comidas, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, etcétera).
6.1 Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor, teniendo en cuenta su nivel de partida y sus posibilidades.	6.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.
6.2 Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.	6.2. Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.

6.3 Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.	6.3. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.
6.4 Identifica su nivel de condición física comparando los resultados con los correspondientes a su momento evolutivo.	6.4. Identifica su nivel comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas con los valores correspondientes a su edad.
7.1 Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.	7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños de la clase.
7.2 Reconoce el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.	7.2. Toma conciencia de las exigencias y valora el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
7.3 Muestra una conducta activa para la mejora global de la condición física.	5.1. Tiene interés por mejorar las capacidades físicas.
8.1 Reconoce el papel del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales.	8.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.
	8.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.
9.1 Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios.	9.1. Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios.
9.2 Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.
10.1 Adopta las medidas de prevención y sigue las normas de seguridad indicadas para el desarrollo de las clases, evitando las acciones peligrosas durante las actividades.	11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.
10.2 Realiza “el calentamiento inicial” de la sesión con cierta autonomía, utilizando ejercicios conocidos y siguiendo las	5.5. Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.

instrucciones recibidas, valorando su función preventiva.	
10.3 Realiza la “Vuelta a la calma” de las sesiones, valorando su función de recuperación.	
10.4 Actúa de forma crítica identificando comportamientos responsables e irresponsables en relación con la seguridad en las clases y en la práctica de las diferentes actividades físico-deportivas.	11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.
10.5. Explica las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas.	
11.1 Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.	12.1. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.
11.2 Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza, y utilizando programas de presentación.	12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.
11.3 Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.	12.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.
12.1 Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.
12.2 Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.	13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.
12.3 Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.
12.4 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.

12.5 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.
12.6 Anima a sus compañeros o compañeras valorando las aportaciones positivas de cada uno en las actividades.	
12.7 Reconoce su aportación al resultado de las actividades colectivas y sabe diferenciar entre éxito y esfuerzo.	
13.1 Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.	10.1. Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.
13.2 Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.	10.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.

Anexo 3. – Contenidos de Educación Física del sexto curso de Educación Primaria organizados por bloques. Extraídos del Real Decreto 126/2014

Bloque 1. Habilidades perceptivo-motrices.

Introducción a los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.

Conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento. Aplicación de técnicas de relajación global y segmentaria.

Aplicación del control tónico y de la respiración al control motor.

Adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

Reconocimiento de la izquierda y derecha de los demás en movimiento.

Orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Interpretación de planos sencillos.

Utilización adecuada de la discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.

Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.

Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.

Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que implique variaciones de velocidad, trayectoria, interpretación, evoluciones grupales.

Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una actitud crítica.

Seguridad y confianza en sí mismo y en los demás.

Autonomía personal y autoestima.

Bloque 2. Habilidades motrices básicas.

Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad. Resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.

Reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.

El juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales.

Práctica de juegos y actividades predeportivas con o sin implemento.

Aplicación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.

Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.

Juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Práctica de juegos de orientación.

Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.

Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.

Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.

Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios.

Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

Bloque 3. Actividades físicas artístico-expresivas.

El cuerpo y el movimiento. Exploración y conciencia de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.

Experimentación con algunas técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.

Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales.

Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales en bailes y danzas sencillos.

Identificación y práctica de bailes populares y procedentes de otras culturas.

Disfrute alegre y espontáneo por la música y bailes valorando su riqueza y variedad como parte de la diversidad cultural de nuestro país.

Expresión y comunicación de sentimientos y emociones individuales y compartidas a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.

Comprensión de mensajes corporales y de representaciones realizados de manera individual o colectiva.

Representaciones e improvisaciones artísticas con el lenguaje corporal y con la ayuda de objetos y materiales.

Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.

Participación activa en situaciones que supongan comunicación corporal.

Valoración de los usos expresivos y comunicativos del cuerpo y del movimiento.

Valoración y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.

Control emocional ante las representaciones ante los demás.

Bloque 4. Actividad física y salud.

El cuidado del cuerpo. Adquisición de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.

Efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.

Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, mejora de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.

Prevención de lesiones en la actividad física. Tipos de calentamiento, funciones y características.

“Vuelta a la calma”, funciones y características.

Sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.

Medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.

Prevención sobre los malos hábitos en la alimentación: obesidad, “vigorexia”, anorexia y bulimia. Dietas sanas y equilibradas.

Valoración de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.

Anexo 4. – Calendario académico.

SEPTIEMBRE 2020						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTUBRE 2020						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVIEMBRE 2020						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

DICIEMBRE 2020						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ENERO 2020						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

FEBRERO 2020						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

MARZO 2020						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ABRIL 2020						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

MAYO 2020						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JUNIO 2020						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Anexo 5. – Rúbrica de comportamiento.

LISTA DE CONTROL INDIVIDUAL-VALORES Y NORMAS					
ALUMNO/A:					CURSO:
Calentamiento, vuelta a la calma y material					
1. Realiza el calentamiento diario	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
2. Realiza la vuelta a la calma	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
3. Ayuda a colocar y recoger el material	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
4. Respeto el material	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
Pasión y actitud en clase					
1. Participa de forma activa en las actividades planteadas	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
2. Muestra entusiasmo por el juego	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
3. Se esfuerza en las acciones en las que participa	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
4. Muestra una correcta autorregulación en sus intervenciones	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
Respeto e igualdad					
1. Respeto la diversidad del grupo	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
2. Trabaja en equipo y anima a los compañeros	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
3. Subordina el interés individual al del equipo	1	2	3	4	5
	Observaciones:				
4. Si surge algún conflicto trata de remediarlo	1	2	3	4	5
	Observaciones:				

Anexo 6. – Cartas de los retos de la sesión 2 de bádminton.



**COGER EL VOLANTE
DEL SUELO 2 VECES**



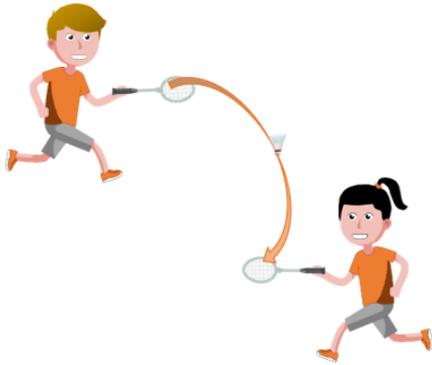
**COGER EL VOLANTE
DEL SUELO 5 VECES**



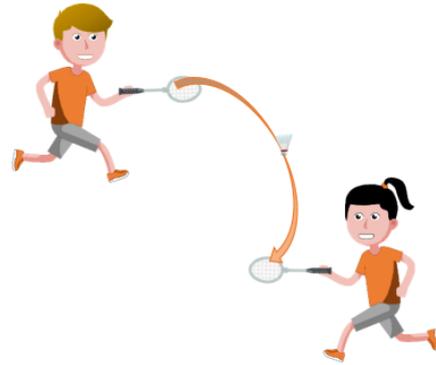
**DAR 5 TOQUES
SEGUIDOS**



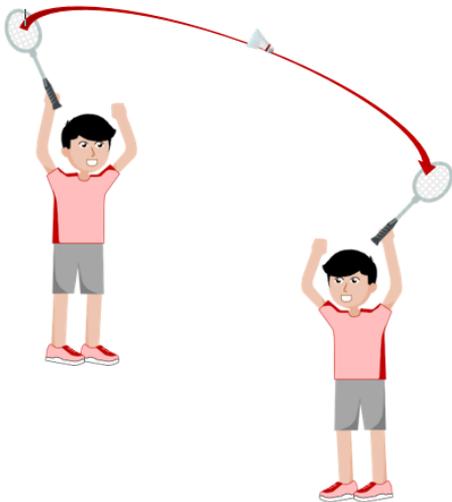
**DAR 10 TOQUES
SEGUIDOS**



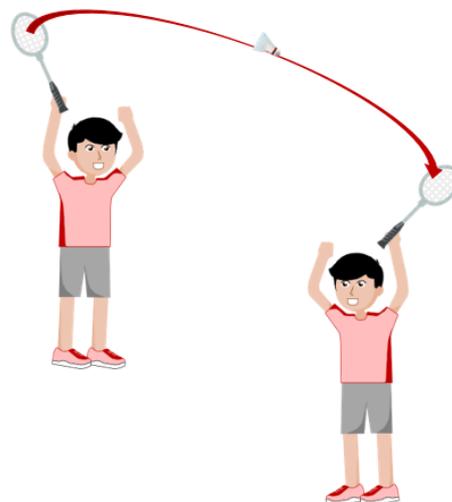
**DAR 6 TOQUES CON
OTR@ COMPAÑER@**



**DAR 12 TOQUES CON
OTR@ COMPAÑER@**



**DAR 10 TOQUES CON
OTR@ COMPAÑER@ POR
ENCIMA DE LA CABEZA**



**DAR 20 TOQUES CON
OTR@ COMPAÑER@ POR
ENCIMA DE LA CABEZA**

Anexo 7. – Códigos QR vinculados a los retos de las sesiones 6 y 7 de bádminton.

Pista 1:



Pista 2:



Pista 3:



Pista 4:



Pista 5:



Pista 6:



Anexo 8. – TABLA 1 - Tabla que se les daría cada pareja:

RETOS	Pista 1		Pista 2		Pista 3		Pista 4		Pista 5		Pista 6	
1												
2												
3												
4												
5												
Total												

Anexo 8.1. TABLA2 – Se imprimiría en DIN-A3 para recoger los puntos de todos los alumnos.

TABLA 2	PISTA 1					PISTA 2					PISTA 3					PISTA 4					PISTA 5					PISTA 6						
ALUMNOS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	T	P

Anexo 9. – Pegatinas de las 12 mejores jugadoras del Ranking Mundial de bádminton.



TAI Tzu Ying



CHEN Yu Fei



NAZOMI OKUHARA



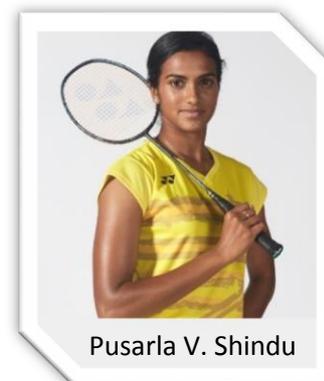
Carolina MARÍN



Akane YAMAGUCHI



RATCHANOK INTANON



Pusarla V. Shindu



AN Se Young



HE Bing Jiao



CHOCHUWONG



Michelle LI



BLICHFELDT

Anexo 10. – Cartas de restricción.

Cartas de restricción:

Prohibido rematar más de dos veces en un mismo punto. (Si se incumple esta norma, la pareja contraria conseguirá el punto).

Prohibido terminar un punto con un remate. (Si termina de esta forma, ninguno ganará punto).

Prohibido sacar bajo. El saque debe ser alto.

El primer golpeo debe ser un *clear*.

El punto tiene que durar menos de diez intercambios. (Si el punto dura más tiempo, los contrarios ganan dos puntos).

Todos los golpeos deben ser en paralelo.

Cartas de compensación:

Si se gana el punto consiguiendo que el volante caiga por delante de la línea de saque sin que ninguno de la pareja contraria lo toque son tres puntos.

Si se gana el punto consiguiendo que el volante caiga en uno de los pasillos haciendo un remate son dos puntos.

Un saque directo vale cinco puntos.

Si el punto dura más de doce intercambios el punto vale doble si se gana.

Si se gana el punto haciendo juego en red el punto vale doble.

Si el contrario falla el volante contra la red el punto vale doble.

Anexo 11. - Juegos tipo de calentamiento.

- *Comecocos* → hay un alumno que liga igual que en un pilla-pilla normal, pero en este caso, tanto el que liga como los que huyen únicamente pueden desplazarse por las líneas que haya pintadas en el polideportivo. Cuando un alumno es pillado este se debe quedar haciendo *jumping jacks* en el sitio que le hayan pillado bloqueando el camino a sus compañeros. Si alguien se sale de una línea o se salta una barrera quedará pillado.

El juego termina cuando el comecocos ha pillado a todos los compañeros.

En caso de que el comecocos no consiga pillar a todos se podrá introducir un comecocos nuevo o reducir los espacios con barreras.

- *Bulldog* → se divide el campo en dos parte y hay un alumno que la liga que debe intentar pillar a sus compañeros. Para ello, se coloca en el centro y a su señal, los que no logan tienen que intentar pasar al otro lado del campo sin ser pillados. El que la liga solo puede desplazarse por la línea divisoria del campo. Cuando un alumno es pillado, este la liga con el *Bulldog*.

El juego termina cuando todos han sido pillados y la ligan.

- *Caballería* → parecido al *Bulldog* solo que en este caso el que liga puede desplazarse por una franja de un metro o dos de ancho que divide el campo en dos (no sobre una línea). Además, la señal para que los compañeros pasen de un lado a otro no es obligatoriamente grupal, sino que puede llamar de uno en uno, por parejas o grupos (por color de la ropa, cualidades físicas, etc.).

- *Bitcoin* → Es igual que *Bulldog*, pero, en este caso, hay tres alumnos que ligan. Cada uno se coloca en una línea que divide el campo en cuatro. Estos alumnos no pueden salirse de la línea para pillar. El primero de todos dice un nombre y este tiene que ir sorteando de uno en uno a los que la ligan para conseguir cruzar al otro lado del campo.

Si lo consigue, ganará un punto para el grupo. De lo contrario, deberá retroceder para que otro lo intente en su caso.

Para darle más dinamismo, los que ligan podrán llamar a más de uno a la vez. U otra variante que se puede añadir es la de que en caso de que uno sea pillado, este se la liga también como en *Bulldog* y *Caballería*.

El juego no tiene final establecido, el profesor indicará cambios de roles o el final del juego en base a las demandas de la sesión

- *Tulipán* → cuatro la ligan y en media pista tienen que pillar al resto de sus compañeros. Los que no la ligan tienen que intentar no ser pillados. Para ello pueden ponerse a salvo diciendo “tuli”, lo cual les deja en un estado de congelación (se tienen que quedar quietos en el sitio con los brazos estirados hacia los lados). Y para poder salvarse, otro compañero debe chocarle la mano.

El juego termina cuando los que ligan han pillado a todos

Anexo 12. – Rúbrica de la actividad de “La caja”.

Unidad Didáctica 5 – “Golpea el volante para llegar más adelante”
Sesión 5
“La caja”
Estándares de aprendizaje que se trabajarán en esta actividad:
1.4 Adapta los desplazamientos, saltos y otras habilidades motrices básicas a las finalidades y a los roles desempeñados en juegos y actividades predeportivas y a diferentes tipos de entornos que puedan suponer cierto grado de incertidumbre.
1.5 Adapta las habilidades motrices básicas de golpeo de móviles a las situaciones de juego, sin perder el control de los mismos y anticipándose a su trayectoria y velocidad.
2.1 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones de oposición, adecuándose a las acciones del oponente.

Se señalará con una **X** al lado de cada indicador de logro en función de si el alumno consigue o no el objetivo. Además, debajo de cada indicador hay un espacio para anotar cualquier tipo de observación. Cada ítem positivo equivale a 0,40 puntos, De esta forma, se conseguirán los 2 puntos de esta actividad (el 20% de la evaluación de la unidad).

Orientación por el espacio	Se desplaza sin fluidez	Se desplaza con agilidad
Observaciones		
Desplazamiento respecto a los jugadores	No tiene en cuenta los movimientos del oponente ni del compañero	Tiene en cuenta los movimientos del oponente y de su compañero y actúa en consecuencia
Observaciones		
Desplazamiento respecto al volante	No tiene en cuenta la trayectoria y la velocidad del volante	Se desplaza teniendo en cuenta la trayectoria y la velocidad del volante
Observaciones		
Golpeos (táctica)	Realiza golpes sin sentido. No tiene en cuenta la evolución del juego	Realiza golpes con criterio para mover a sus adversarios
Observaciones		

Golpeos (estrategia)	No establece ningún acuerdo con su compañero	Llega a un acuerdo con su pareja. Establecen una estrategia (individual o de pareja)
Observaciones		

Anexo 13. – Rúbrica de la actividad de “Retos”.

Unidad Didáctica 5 – “Golpea el volante para llegar más adelante”
Sesiones 6 y 7
“Retos”
Estándares de aprendizaje que se trabajarán en esta actividad:
2.4 Utiliza los conocimientos, principios y estrategias sencillas para resolver retos y situaciones motoras de carácter individual, adecuándose los requerimientos de la actividad y del entorno.
7.2 Reconoce el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
11.1 Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.
12.2 Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.
12.4 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.

Se señalará con una **X** al lado de cada indicador de logro en función de si el alumno consigue o no el objetivo. Además, debajo de cada indicador hay un espacio para anotar cualquier tipo de observación. Cada ítem positivo equivale a un 1 punto, De esta forma, se conseguirán los 6 puntos de esta actividad (el 60% de la evaluación de la unidad).

Motivación	Se enfrenta a los retos con desgana	Se enfrenta a los retos con ilusión y ganas de conseguir lo máximo posible	
Observaciones			
Perseverancia	Se frustra cuando se atasca en un reto o no lo supera	Cuando se atasca en un reto se enfrenta a él con más ímpetu	
Observaciones			
Cooperación	Se centra únicamente en sus retos y no ayuda a su compañero	Además de hacer los retos individuales, ayuda a su compañero para que también pueda avanzar	
Observaciones			

TIC	No se maneja con las tabletas digitales. No es capaz de visionar los vídeos	Se desenvuelve con soltura con las tabletas digitales
Observaciones		
Autonomía	Muestra dependencia del profesor para seguir la dinámica	Muestra autonomía a lo largo de las dos sesiones
Observaciones		
Orden	No recoge los materiales, las hojas ni las tablas utilizadas en las sesiones	Ayuda en la colocación y recogida de los materiales
Observaciones		

Anexo 14. – Rúbrica de la actividad de “Los Juegos Olímpicos”.

Unidad Didáctica 5 – “Golpea el volante para llegar más adelante”
Sesión 8
“Los Juegos Olímpicos”
Estándares de aprendizaje que se trabajarán en esta actividad:
7.1 Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.
12.4 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.

Se señalará con una **X** al lado de cada indicador de logro en función de si el alumno consigue o no el objetivo. Además, debajo de cada indicador hay un espacio para anotar cualquier tipo de observación. Cada ítem positivo equivale a 0,40 puntos, De esta forma, se conseguirán los 2 puntos de esta actividad (el 20% de la evaluación de la unidad).

Trabajo en equipo	Juega de forma individual tratando de dar a todos los volantes sin dejar jugar al compañero	Juega dobles cooperando y trabajando con su compañero para conseguir un objetivo común	
Observaciones			
Respeto / igualdad (con el compañero)	No tiene en cuenta al compañero y no valora sus aportaciones y esfuerzo	Valora el esfuerzo y las aportaciones de su compañero	
Observaciones			
Respeto / igualdad (con los adversario)	Se comunica con un lenguaje poco inclusivo y se enfrenta a los adversarios	Valora y respeta el esfuerzo y las habilidades de los adversarios	
Observaciones			
Orden	No ayuda a la colocación ni a la recogida de los materiales	Ayuda en la colocación y recogida de los materiales	
Observaciones			

Anexo 15. – Cartas de alimentación.

