



# TRABAJO FIN DE GRADO

*Programación didáctica de Educación Física para 3º de  
Primaria*

*Grado en Educación Primaria*

**Alumno:** Ugaitz Martínez Remón

**Director:** Alba González Peño

**Curso:** 5º Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Educación Primaria.

**Fecha:** 23 de mayo de 2022

# **Programación didáctica de Educación Física para 3º de Primaria**

## ÍNDICE

1.	RESUMEN Y PALABRAS CLAVE .....	5
1.1	Resumen.....	5
1.3	Abstract.....	6
2.	INTRODUCCIÓN .....	7
3.	FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO-NORMATIVA DE LA PROGRAMACIÓN.	9
3.1	Motivación en Educación Física:.....	9
3.2	Teoría de la autodeterminación (TAD):.....	10
3.3	Aprendizaje basado en retos:.....	13
3.4	Marco legal de referencia .....	14
4.	CONTEXTUALIZACIÓN .....	16
4.1	Características del Entorno: .....	16
4.2	Características del Centro:.....	16
4.3	Características del alumnado:.....	17
5.	OBJETIVOS .....	19
6.	COMPETENCIAS .....	23
7.	CONTENIDOS .....	26
8.	METODOLOGÍA.....	57
8.1	Principios metodológicos.....	58
8.2	Papel del alumno y del profesor.....	59
8.3	Organización de los espacios, rutinas, material y ambiental. ....	60
8.4	Relación de la metodología con las competencias clave y específicas, objetivos y contenidos. ....	61
9.	EVALUACIÓN .....	63
9.1	Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables así como la relación de los mismos con los objetivos, competencias y contenidos.....	63
9.2	Criterios de calificación.....	65

9.3	Criterios de evaluación mínimos exigibles.....	65
9.4	Evaluación del proceso de enseñanza. ....	66
10.	ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	68
10.1	Medidas generales de atención a todo el alumnado.....	68
10.2	Atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.....	69
10.3	Atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.....	69
11.	CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE OTROS PLANES.....	72
11.1	Contribución de la programación al desarrollo de la lengua inglesa. .	72
11.2	Contribución de la programación en el desarrollo de la convivencia y la ciudadanía.....	72
11.3	Contribución de la programación al desarrollo de las TIC y la Competencia Digital.....	73
12.	CONCLUSIONES.....	74
13.	BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA.....	76
14.	ANEXOS.....	79

## 1. RESUMEN Y PALABRAS CLAVE

### 1.1 Resumen

La presente programación anual de aula consiste en la programación de un curso académico en la asignatura de Educación Física para 3º de primaria. Dicha programación se lleva a cabo en el centro CEIP Miguel de Cervantes de la Comunidad de Madrid.

El hilo conductor de esta programación son los superhéroes, cuyos nombres irán asociados a cada una de las 15 unidades didácticas.

La metodología que se utiliza a lo largo de la programación es el aprendizaje basado en retos, a través de esta los alumnos deberán superar los retos que propone cada uno de los superhéroes para poder alcanzar los contenidos, objetivos y competencias que se trabajan en cada una de las unidades didácticas.

**Palabras clave:** Educación Física, ABRe, motivación, superhéroes y programación anual.

## 1.2 Abstract

This annual classroom programme consists of a programme for one academic year in the subject of Physical Education for 3rd year of Primary School. This programme is carried out at the CEIP Miguel de Cervantes school in the Community of Madrid.

The main theme of this programme is superheroes, whose names will be associated with each of the 15 didactic units.

The methodology used throughout the programme is challenge based learning, through which pupils must overcome the challenges proposed by each of the superheroes in order to achieve the contents, objectives and competencies that are worked on in each of the teaching units.

**Key words:** Physical Education, CBL, motivation, superheroes and annual programming.

## 2. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo adquiere una síntesis de lo aprendido y trabajado durante estos cinco años de carrera. Se trata de una programación didáctica relacionada con la motivación del alumnado y, por consiguiente, del profesor, en Educación Física (EF) en el contexto de una clase de 3º de Primaria.

Desde mi punto de vista, pienso en el futuro de la sociedad, de sus personas y creo que la educación es primordial en el desarrollo cognitivo, afectivo, social, emocional y motriz del ser humano. Para que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea óptimo, la motivación es un aspecto fundamental. El alumno debe tener interés en alcanzar unos objetivos para así lograr un aprendizaje constructivo y significativo.

Hoy en día, sigue habiendo asignaturas menospreciadas, a pesar de que su carácter y desarrollo adquieren importancia en la evolución de una persona. Seguimos inmersos en una realidad en la que la disposición y la falta de recursos están haciendo de la educación un paraje monótono, donde la motivación adquiere un papel primordial para el auge del futuro educacional y, por consiguiente, del profesorado, de nuestros alumnos e incluso de las familias.

He decidido la asignatura de EF para llevar a cabo mi programación en base a diferentes motivos. Por un lado, pese a que, en ocasiones, se considera una asignatura trivial, cada día está adquiriendo más relevancia. El aumento de horas de práctica a la semana puede ser un factor primordial en su auge. Por otro lado, la ley de educación considera que la EF tiene como factor principal el desarrollo motriz, entendido como el desarrollo de los conocimientos, actitudes y sentimientos de la conducta motora. Con ello, el alumno va a ser capaz de desarrollar su competencia motriz, entendida como la integración de los conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos relacionados con la conducta motora.

Según el informe elaborado por la Comisión Europea Eurydice (2013), “se estima que hasta el 80% de los niños y niñas en edad escolar, únicamente participan

en actividad física en la escuela”. Por lo que la EF adquiere relevancia, convirtiéndose en el único momento de actividad física (AF) en muchos alumnos. A través de la interacción entre el docente y los alumnos se logra una vía de escape para la actividad mental, logrando en los niños una mejora a nivel emocional, afectivo y social. Sin olvidar el incremento del rendimiento académico en otras áreas.

Por otro lado, las actividades de EF, centradas en los alumnos, implican unas habilidades, actitudes y valores en relación con el cuerpo. Se debe transmitir la importancia y relevancia de unas rutinas de alimentación y de higiene, tanto individual como colectivamente, lo que va a favorecer la adquisición de unos hábitos de vida saludable. Viendo esto reflejado en el currículo de EF, la relación de la AF con la salud y la calidad de vida.

La motivación en la EF adquiere un papel fundamental, tanto en los alumnos como en los profesores, con contenidos actitudinales y procedimentales, que les ayudaran a adquirir valores y hábitos. Dando más protagonismo al alumno, en el desarrollo de la AF, ayudados por la consecución de sus logros, se consigue que los niños se sientan más motivados.

En esta programación encontramos un total de 15 unidades didácticas (UD) divididas en tres trimestres y diseñadas para cumplir con todos los contenidos y criterios del currículo. En primer lugar, se establece una UD de presentación y acondicionamiento, para conocer a los compañeros, las normas y presentar la temática sobre la que vamos a trabajar a lo largo del curso "Superhéroes". Después se va a trabajar los bloques relacionados con las habilidades perceptivo-motrices, habilidades motrices y actividades físicas artísticas-expresivas no dejando de lado el tema de higiene y salud ya que va a estar presente a lo largo de toda la programación.

Las siguientes UD harán referencia a las capacidades físicas, medio natural y desplazamientos, para finalizar con una unidad didáctica de disfraces y exhibición de una coreografía en grupos que representen los superpoderes alcanzados a lo largo de la asignatura.

### 3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO-NORMATIVA DE LA PROGRAMACIÓN

#### 3.1 Motivación en Educación Física:

La EF como materia educativa no la encontramos más allá del siglo XVIII, y desde entonces la actividad física en los contextos educativos ha ido adquiriendo mayor protagonismo en la sociedad (Sánchez, 2006).

Uno de sus principales objetivos que tiene es transmitir la necesidad de la práctica de la AF en los estudiantes, dada su vinculación con la adquisición de hábitos saludables, lo que permite mejorar la salud de los estudiantes, reduciendo además la exposición a las pantallas (Benavides et al., 2015).

Entre los contenidos de la EF encontramos los agregados a la educación para la salud, los cuales hacen referencia a la importancia que adquiere la práctica de AF con regularidad y a la adquisición de hábitos saludables desde pequeños, teniendo en cuenta la repercusión que tiene la salud para el correcto funcionamiento del cuerpo humano y, por tanto, para una calidad de vida.

Partiendo de la cita “Mens sana in corpore sano”, se ve la necesidad de que mente y cuerpo estén equilibrados, y la AF parece ser el vehículo para el bienestar y la salud de las personas. A través de la EF, desde edades tempranas, se puede crear el ambiente adecuado para la interiorización de hábitos de vida saludables (Raúl Montesinos, 2014). Sin embargo, no debemos olvidar el carácter lúdico presente en EF que permite fomentar el desarrollo motriz de los niños. Por ello, resulta fundamental su involucración y compromiso durante las clases, por lo que su motivación será un aspecto clave en la creación de dichos contextos. La evidencia científica ha probado que para que los alumnos sigan siendo activos físicamente conforme pasan los años, han tenido que interiorizar unos hábitos saludables a través de la motivación en sus clases de EF (Almagro et al., 2015). De este modo, el apoyo de sus necesidades psicológicas influirá en su compromiso, implicación y aprendizaje (García-Gonzalez, 2021), siendo este aprendizaje más significativo siempre y cuando la motivación sea más elevada.

### 3.2 Teoría de la autodeterminación (TAD):

La teoría de la autodeterminación (TAD; Deci y Ryan, 1985) es una macro teoría que explica cómo se regulan los procesos motivacionales de los individuos. Esta teoría está en constantes revisiones y se aplica en áreas como la educación, laboral, recreativa, deporte, etc. (Stover et al., 2017), siendo la actividad físico-deportiva un campo en el que se trabaja mucho con ella.

Las personas están motivadas por la necesidad de crecer y lograr su satisfacción, estas necesidades hacen que el individuo este activo, tienda a conocer nuevas experiencias, dominar ambientes. Hablando de la motivación del individuo, más que de la cantidad, hay que valorar la calidad de la motivación (Deci y Ryan, 1985). Resulta necesario averiguar el porqué de las acciones que realiza el ser humano, lo que le mueve a actuar, la razón por la que se esfuerza para superar obstáculos y obtener las metas que se propone, ayudado por el bienestar mental (Deci y Flaste, 1996).

El perfil motivacional depende de cada persona, pudiendo encontrar personas que disfrutan con todo tipo de actividades o contenidos, hasta individuos desmotivados por completo. Para entender qué motivos llevan a las diferentes conductas, la TAD postula que existen necesidades psicológicas, primarias y universales, que motivan el comportamiento humano, necesarias para alcanzar el crecimiento psicológico personal. Para lograr esto, es necesaria la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (NPB) que son la autonomía, competencia y relación con los demás (Deci y Ryan, 1985). Dependiendo del grado de satisfacción de las NPB, encontramos diferentes tipos de motivación:

- **Motivación intrínseca:** está relacionada con un interés por el entorno, el placer que experimenta por la realización de una actividad como tal, sin una gratificación externa. El interés que se tiene por el trabajo realizado continúa después de haber alcanzado las metas (Moreno y Martínez, 2006). Se caracteriza por conductas que persiguen la diversión, el interés y la satisfacción inherente en la actividad (Deci y Ryan, 1985). Es la motivación ideal, con el nivel más alto de autodeterminación. En el ámbito de la EF, el alumno está tan motivado que realiza AF por puro placer, por satisfacción personal. Esto se puede ver fomentado por la libertad de

decisión que ofrece el docente, cediéndole responsabilidades para así implicarse en su aprendizaje (Franco y Ocete, 2021).

- **Motivación extrínseca:** se caracteriza porque refleja un compromiso hacia el trabajo fomentado por las recompensas o agentes externos. En este tipo de motivación, el alumno puede mostrar intereses por la obtención de recompensas, lo que podría generar interés en aprender ciertas habilidades motrices. Para esto, el docente ha podido premiar de manera individual o a un grupo de alumnos los avances realizados (Franco y Ocete, 2021). Dentro de esta, en función del grado de autodeterminación, podemos diferenciar la regulación externa, regulación introyectada, regulación identificada y regulación integrada.
  - **Regulación integrada:** la conducta se origina de forma interna, el individuo realiza una actividad porque es congruente con su personalidad, por ejemplo “practico deporte porque me hace crecer como persona”.
  - **Regulación identificada:** el individuo se identifica con la importancia de la acción a realizar y existe un alto grado de autonomía, por ejemplo “voy a hacer deporte, porque tiene unos beneficios biológicos y psicológicos”.
  - **Regulación introyectada:** el sujeto realiza la tarea para evitar sentimientos de culpa, ansiedad. Necesita una autoaprobación, por ejemplo “hay que hacer ejercicio, porque toca el martes de 10 a 11 h”.
  - **Regulación externa:** el individuo actúa para conseguir una recompensa externa o el reconocimiento de otros, por ejemplo “porque los demás me dicen que hay que hacerlo”.
- **Desmotivación:** es la ausencia absoluta de motivación, falta de intención por parte del individuo. Es el grado más bajo de autodeterminación. Se pueden distinguir distintos orígenes para la desmotivación, como son por falta de habilidad, falta de confianza en la estrategia, demasiado esfuerzo para implicarse y el esfuerzo no tendrá trascendencia. En clase, podemos identificar la desmotivación en alumnos que parecen no tener energía, con actitud apática y desinterés en la propia comunicación con el profesor. Este tipo de motivación puede ser fomentada por un estilo docente

controlador y autoritario, desprovisto de una estructura adecuada (Franco y Ocete, 2021).

Para comprender cómo se comportan las regulaciones motivacionales en los individuos, resulta fundamental entender las NPB. La autonomía es la necesidad del individuo de considerarse a sí mismo capaz de influir en el proceder de su vida, realizando sus propias acciones y asumiendo las consecuencias. La competencia hace referencia a la creencia de tener controlados todos los recursos necesarios para llevar a cabo sus actos y al sentimiento de eficacia al realizar una actividad. La relación que muestran por ello es que la autonomía no es una capacidad única sino que depende de la competencia de cada persona para actuar o tomar decisiones. Por tanto, la satisfacción de las NPB está relacionada con mayores niveles de autodeterminación y, por tanto, con la presencia de la motivación intrínseca. De la misma forma, la frustración de las mismas se relacionará con la desmotivación.

La motivación, por tanto, es un factor clave que hace que los alumnos muestren interés y se esfuercen en clase de EF. Atendiendo a este requisito y a los constantes cambios en la sociedad, aparecen nuevas metodologías para satisfacer estas necesidades con el fin de desarrollar personas más autónomas, que adquieran las competencias para crear aprendizajes propios, críticos y significativos como dicen Franco y Ocete (2021).

Las metodologías innovadoras se entienden como procesos que realizan nuevos modelos de enseñanza donde dan importancia a la implicación activa del alumnado y del profesorado en el proceso de enseñanza aprendizaje, con el objetivo de favorecer el aprendizaje significativo (Palomares, 2011). En los últimos años, la evidencia científica ha demostrado que el uso de determinadas metodologías innovadoras puede afectar a los procesos motivacionales del alumnado. Por ejemplo, el modelo de educación deportiva (SEM; Manninen & Campbell, 2021) o la hibridación del SEM y modelo de enseñanza comprensiva (TGfU; Gil-Arias et al., 2018) parecen ser exitosos en la creación de contextos motivacionales.

### 3.3 Aprendizaje basado en retos:

Teniendo en cuenta la organización de la clase, el planteamiento de las tareas, la introducción de nuevos recursos didácticos y/o las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), y que el aprendizaje es más productivo cuando los alumnos participan de forma activa, encontramos numerosas metodologías innovadoras.

El Aprendizaje Basado en Retos (ABRe) es una metodología activa donde son los alumnos los que toman las riendas de su aprendizaje. El profesor plantea un reto basado en problemas reales de su entorno, que los alumnos tienen que resolver, con investigación, preguntas, actividades guiadas por el docente, para intentar llegar a una solución. Esta metodología parece favorecer no solo la motivación, sino la adquisición de nuevos conocimientos, competencias y habilidades por medio de una experiencia significativa (Franco y Ocete, 2021).

Estos retos pueden ser de distinta dificultad, adaptándose al interés y las necesidades de los alumnos (Franco et al., 2020). Su diseño puede favorecer la cooperación del alumnado, siendo siempre un aliciente para la motivación, donde la asignatura de Educación Física adquiere un papel importante debido a sus características, el tipo de estímulo y el atractivo que la hacen ser distinta al resto (Franco y Ocete 2021).

El ABRe es un enfoque pedagógico que involucra activamente no solamente al alumno, sino al docente de la materia, a los compañeros del centro e incluso la comunidad social. Se puede empezar con desafíos sencillos, que se adapten a los alumnos y sobre todo que les despierten gran interés, algo relacionado directamente con la motivación hacia el proyecto, favoreciendo la colaboración y participación de los alumnos (Franco y Ocete, 2021; Franco et al., 2020).

A través de esta metodología se pueden llevar a cabo clases más amenas, debido al compromiso del alumno por su interés en lo que se trabaja, lo que llevará a una mayor involucración con la búsqueda de soluciones hacia ese reto que se ha planteado. Los alumnos, de esta forma, fortalecen la conexión entre lo que aprenden en el centro escolar y lo que hay fuera de él, pudiendo ver mayor

relación con el mundo exterior y con su futuro profesional (Morales y Landa, 2004). En palabras de Benjamín Franklin: “Dime y olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo”.

### 3.4 Marco legal de referencia

Este trabajo se ha diseñado tomando como referencia la legislación vigente. Ante los constantes cambios políticos que afectan a la regulación educativa, se presenta una situación en la cual, actualmente, la ley educativa vigente en este momento deroga por completo la anterior. Sin embargo, aún se están publicando los documentos que permiten la regulación completa de la educación tanto a nivel estatal como a nivel autonómico. Por tanto, a continuación, se presentan los marcos legislativos que se tomarán como referencia.

Por un lado, haciendo referencia a la normativa estatal, nos hemos apoyado en la reciente publicación del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, cuyo objetivo principal se centra en adaptar los retos y desafíos del siglo XXI, en concordancia con los objetivos fijados por la Unión Europea y la UNESCO entre los años 2020-2030.

El mencionado Real Decreto (RD, 157/2022), hace referencia a obtener como fines de la educación, entre otros, la aplicación de los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje, abarcando tres áreas, siendo una de ellas la motivación, motivo del presente trabajo. Una motivación entendida como responsabilidad y colaboración, ayudando en el interés de los alumnos, fomentando su autonomía y autocontrol.

La reciente ley establece nuevas competencias clave para el alumnado, cuyo carácter adquiere mayor importancia e implicación para la consecución de estas al final de la educación básica de cara a estos retos y desafíos que nos propone el siglo XXI. Además, propone, además de las competencias clave, unas competencias específicas dependiendo del área. Por lo tanto, la Educación Física adquiere una perspectiva competencial, actual y alineada acorde a las

necesidades de los ciudadanos para superar los retos del siglo en el que nos encontramos.

Por otro lado, y respecto a la normativa autonómica, dado que todavía no se ha publicado el equivalente al 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 y debido a la reciente publicación del Real Decreto 157/2022 no tenemos la oportunidad de obtener aun una normativa autonómica vigente a esta. Por ello, tratando de ir en línea con esta nueva normativa, para el desarrollo de la presente programación hemos hecho una propuesta de los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje (*ver Anexo 1*), así como de los contenidos para el desarrollo de nuestras unidades didácticas.

## 4. CONTEXTUALIZACIÓN

### 4.1 Características del Entorno:

El centro educativo se encuentra en Tres Cantos, un municipio de los más jóvenes de la Comunidad de Madrid, situado en la zona norte a 22 km de la capital. Se conecta con la capital a través de la M-607, además de varias líneas de autobús y tren cercanías. Según el padrón en 2021, el municipio contaba con 48.751 habitantes.

El nivel socioeconómico de los habitantes del municipio es de clase media, siendo su nivel cultural medio-alto (IECM, 2005). La población inmigrante es baja, provienen mayoritariamente de países del este o Sudamérica (CEIP Miguel Cervantes, 2022).

En el municipio podemos encontrar infraestructuras con buenas instalaciones, tanto deportivas como culturales, gestionadas por empresas privadas y municipales. Algunos ejemplos son la biblioteca y escuela de música municipal, el polideportivo o una residencia de mayores, todas ellas disponibles para llevar a cabo talleres y proyectos desde el centro educativo.

### 4.2 Características del Centro:

El colegio CEIP Miguel de Cervantes es un centro público bilingüe de línea uno, que cuenta con un total de 307 alumnos, 239 matriculados en Educación Primaria y 68 en Educación Infantil. El curso académico 2021/2022 se estructura en torno a 14 unidades, 6 de Infantil y 8 de Primaria. Se caracteriza por ser un “centro de escolarización preferente para alumnos con Trastorno Generalizado del Desarrollo, trabajan con los alumnos en el conocimiento de los compañeros con estas características”. Entre los principios del centro están el respeto, dialogo y responsabilidad. (CEIP Miguel Cervantes, 2022).

Entre las instalaciones del centro, se encuentra un aula equipada digitalmente, el aula TIC, sala de psicomotricidad, biblioteca, huerto y comparte unas instalaciones deportivas municipales con otro centro, el polideportivo también se llama Miguel Cervantes (CEIP Miguel Cervantes, 2022).

La plantilla del profesorado del centro para este curso 2021/2022, está compuesta por 27 miembros, siendo este bastante estable ya que cuentan con plaza fija en el centro. El colegio recibe una vez por semana a una psicóloga, encargada de la orientación escolar. También cuenta con un profesor técnico de servicios a la comunidad, para la colaboración con las familias. La profesora especialista de audición y lenguaje se comparte con otro centro de la localidad. Para finalizar, hay un docente especializado en pedagogía terapéutica.

Finalmente, este trabajo establece una vinculación con los diferentes documentos institucionales del centro como son el Proyecto Educativo y la Programación General Anual, teniendo en cuenta sus objetivos y los diferentes planes, así como la elaboración del programa deportivo del centro.

#### 4.3 Características del alumnado:

La presente programación ha sido diseñada para un tercer curso de Educación Primaria. El grupo está formado por 24 alumnos de los cuales 13 son niñas y 11 niños. Contamos con un alumno con necesidad específica de apoyo educativo, ya que presenta una discapacidad sensorial, la cual afecta tanto a la agudeza como al campo visual central del alumno. En el grupo, además, encontramos una alumna de nacionalidad rumana, la cual llegó a finales del curso pasado. Dicha alumna cuenta con alguna complicación a la hora de entender algunos conceptos básicos, aunque es capaz de comprender diálogos sencillos. En base a la información recogida de los expedientes, tutores y docentes del grupo, así como de la evaluación inicial, podemos concluir que el conjunto de alumnos presenta un nivel madurativo adecuado a su edad y una buena relación entre compañeros,

Desde el punto de vista psicoevolutivo, los alumnos de tercero presentan las siguientes particularidades:

- **Ámbito biológico:** los cambios estructurales son menores y el desarrollo biológico va estabilizándose. Además, responden mejor a las capacidades físicas básicas en especial la resistencia, ya que el corazón y los pulmones alcanzan una mayor madurez.

- **Ámbito cognitivo:** los niños manifiestan capacidad para recorrer el camino en el pensamiento en los dos sentidos, capacidad de análisis y síntesis, aumento de la capacidad de retención de datos y, por tanto, progresos en la memoria, y superación del egocentrismo.
- **Ámbito motor:** manifiestan a nivel corporal, evolución proporcional de los distintos segmentos corporales, maduración nerviosa, desarrollo cardiovascular y progresos en el control motor grueso y fino. A nivel espacial, manejan derecha e izquierda en sí mismos y en los demás, manejan la relatividad de las posiciones y pasan del espacio topográfico al espacio proyectivo. Finalmente, en relación con el tiempo, reproducen estructuras rítmicas sencillas.
- **Ámbito afectivo social:** los compañeros adquieren mayor importancia y los grupos son homogéneos, con ello los adultos van perdiendo importancia. En referencia a la moral, los niños construyen sus sistemas éticos, para cumplir las normas y poder vivir en sociedad. Por consecuencia manifiestan obsesiones por la norma.

## 5. OBJETIVOS

Acorde a los objetivos de etapa a los que contribuye la programación, se harán uso de los nuevos objetivos que se establecen en el artículo 7 del Real Decreto (RD, 157/2022). Además, teniendo también en cuenta el artículo 4 del Decreto 89/2014, se comprueban las diferencias existentes entre ambas leyes, no variando en grandes aspectos de dichos objetivos.

Después de haber analizado y comparado los objetivos recogidos en ambas leyes, saco en conclusión que dichos objetivos son de gran similitud en ambas no variando prácticamente en nada, por ello, y haciendo alusión a la actualidad los objetivos de etapa de los que se harán uso son los establecidos en el Real Decreto (RD, 157/2022).

Los objetivos de etapa a trabajar se presentan en la Tabla 1.

**Tabla 1**

*Objetivos de etapa*

OBJETIVOS DE ETAPA
a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas de forma empática, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
c) Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.

- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.
- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y, si la hubiere, la lengua cooficial de la comunidad autónoma y desarrollar hábitos de lectura.
- 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) Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.
- j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.

- n) Desarrollar hábitos cotidianos de movilidad activa autónoma saludable, fomentando la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico.

Los objetivos de la programación para el área de EF en 3º de primaria, se han formulado en base a los criterios de evaluación y los contenidos establecidos que se presentan en la Tabla 2.

**Tabla 2**

*Objetivos de programación*

<b>OBJETIVOS DE PROGRAMACIÓN</b>
1. Conocer el funcionamiento y la normativa de las clases de EF.
2. Conocer las normas de convivencia, higiene y seguridad.
3. Valorar su propio cuerpo y la de sus compañeros.
4. Adquirir habilidades de equilibrio estático y dinámico.
5. Controlar el esquema corporal y la independencia segmentaria en situaciones motrices.
6. Conocer y consolidar la lateralidad corporal.
7. Adquirir y hacer uso de las habilidades motrices en múltiples situaciones.
8. Adquirir las habilidades en relación con los elementos funcionales y orgánicos relacionados con el movimiento corporal.
9. Conocer y valorar las habilidades motrices para su uso en contextos de la vida cotidiana.
10. Adquirir y hacer uso de las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos.
11. Conocer sus fortalezas y debilidades acorde a la lateralidad y distintas extremidades corporales.
12. Autoconocer e identificar las fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos.
13. Cuidar y respetar el entorno próximo durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.

14. Resaltar el aprendizaje y finalidades lúdico-recreativos y cooperativas
15. Respetar de las elecciones de los demás.
16. Anticiparse a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto.
17. Producir y ejecutar pases a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción.
18. Cuidar los recursos materiales y espaciales.
19. Realizar actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.
20. Desarrollar estructuras rítmicas sencillas.
21. Organizar y representar bailes populares y tradicionales.
22. Aceptar los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
23. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento para representar personajes, emociones, etc.
24. Adquirir las capacidades propias a la actividad física.
25. Conocer los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo.
26. Mejorar las capacidades físicas básicas de manera global mediante las habilidades motrices.
27. Conocer las posibilidades que ofrece el medio natural para la realización de actividad física.
28. Contribuir a un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos inadecuados.
29. Conocer y comprender a través de la práctica la relación entre la actividad física y la salud.
30. Implementar diversos tipos de desplazamiento en distintos contextos.
31. Solventar situaciones motrices en situaciones desfavorables de movilidad.

## 6. COMPETENCIAS

Las competencias clave serán uno de los ejes principales que sustenten el presente texto. Como se recoge en el Real Decreto (RD, 157/2022), hacen referencia a “desempeños que se consideran imprescindibles para que el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales”.

Por lo tanto, esta programación contribuirá al desarrollo de las ocho competencias clave que se presentan a continuación en la Tabla 3:

**Tabla 3**

*Las competencias clave*

LAS COMPETENCIAS CLAVE
1) Competencia en comunicación lingüística. (CCL)
2) Competencia plurilingüe. (CP)
3) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería. (STEM)
4) Competencia digital. (CD)
5) Competencia personal, social y de aprender a aprender. (CPSAA)
6) Competencia ciudadana. (CC)
7) Competencia emprendedora. (CE)
8) Competencia en conciencia y expresión culturales. (CCEC)

Asimismo, el Real Decreto (RD, 157/2022) recoge las competencias específicas, definidas como “desempeños que el alumnado debe poder desplegar en actividades o en situaciones cuyo abordaje requiere de los saberes básicos de cada área o ámbito. Las competencias específicas constituyen un elemento de conexión entre, por una parte, el Perfil de salida del alumnado, y, por otra, los saberes básicos de las áreas o ámbitos y los criterios de evaluación”. Estas competencias específicas buscan la adquisición de una perspectiva

competencial, actual y alineada que deberán adquirirse al finalizar la etapa obligatoria.

En el área de EF, se pretende adquirir una perspectiva competencial, actual y alineada acorde a las necesidades de los ciudadanos para superar los retos y desafíos del siglo XXI. Por ello, en esta área se abordan específicamente las siguientes competencias de la Tabla 4:

**Tabla 4**

*Las competencias específicas*

LAS COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
<ol style="list-style-type: none"><li>1) Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</li><li>2) Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</li><li>3) Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa</li><li>4) Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico- expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la</li></ol>

cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

- 5) Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.

Nota. Esta tabla es de elaboración propia a través del Real Decreto (RD, 157/2022).

## 7. CONTENIDOS

Sevillano García (2015) define a los contenidos como “un conjunto de saberes o formas culturales esenciales en el desarrollo y socialización del alumno”.

En esta programación, pese a que la legislación educativa anterior Real Decreto, 89/2014 se estructura el currículo de la EF en base a unos contenidos, la actual ley educativa Real Decreto (RD, 157/2022), establece la estructura en torno a los saberes básicos, los cuales se definen como “conocimientos, destrezas y actitudes que constituyen los contenidos propios de un área o ámbito y cuyo aprendizaje es necesario para la adquisición de las competencias específicas”.

En la presente programación se han tenido en cuenta los saberes básicos que establece el reciente Real Decreto (RD, 157/2022) en la Tabla 5, y se ha realizado una propuesta de contenidos para el desarrollo de las UD en la Tabla 6.

### Tabla 5

#### *Los saberes básicos*

<b>a. Vida activa y saludable</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>– Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.</li><li>– Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).</li><li>– Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.</li></ul>

### **b. Organización y gestión de la actividad física.**

- Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos, lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto de las elecciones de los demás.
- Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.
- Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.

### **c. Resolución de problemas en situaciones motrices.**

- Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones cooperativas. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa, en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria.
- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas.
- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.
- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos.

### **d. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

- Gestión emocional: reconocimiento de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices.
- Habilidades sociales: escucha activa y estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices.
- Concepto de deportividad.
- Conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación.

#### **e. Manifestaciones de la cultura motriz.**

- Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.
- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.
- Deporte y perspectiva de género: ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes. Referentes en el deporte de distintos géneros.

#### **f. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

- Normas de uso: educación vial para bicicletas. Movilidad segura, saludable y sostenible.
- Espacios naturales en el contexto urbano: uso, disfrute seguro y mantenimiento.
- Estado del material para actividades en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación ante desperfectos.
- Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión.
- Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano.
- Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven como servicio a la comunidad, durante la práctica segura de actividades físicas en el medio natural y urbano.

A continuación, se plantean 33 contenidos específicos para el grupo de 3º de Primaria. Dichos contenidos han sido desarrollados teniendo en cuenta los anteriormente mencionados. Además, se relacionan con los criterios de evaluación (CE) y los estándares de aprendizaje evaluables (EAE) que se recogen en la propuesta creada (*ver Anexo 1*) y las competencias clave (CC) del reciente Real Decreto (RD, 157/2022), ya que se han creado teniendo en cuenta ambas normativas y deben hacer referencia a la Comunidad de Madrid. La propuesta de los contenidos de la programación en la Tabla 6.

**Tabla 6**

*Los contenidos de programación*

<b>C</b>	<b>Contenidos de la programación</b>	<b>CE y EAE</b>	<b>CC</b>
1	Realización de disociaciones segmentarias combinando miembros superiores e inferiores. (SH)	1.1-1.3-2.1	STEM-CPSAA
2	Consolidación de la lateralidad. (S)	1.2-1.3	STEM
3	Integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. (SH)	1.1	CC-CPSAA-STEM
4	Aplicación de equilibrio estático y dinámico, equilibrios después de una acción y equilibrios con objetos. (S)	1.2-1.3	CPSAA-STEM
5	Utilización de las habilidades motrices en múltiples situaciones. (SH)	1.2-1.3	STEM-CPSAA
6	Aportaciones de la cultura, los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. (SS)	2.3	CCEC

7	Cuidado del entorno próximo durante la práctica segura de actividades físicas en el medio natural y urbano. (SS)	1.4-10.1-10.2	CCEC- CPSAA
8	Utilización del cuerpo como medio de expresión y comunicación. (SH)	1.3-2.1-2.2-2.3	CPSAA-CCL- CP
9	Autoconocimiento e identificación de fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental). (S)	3.1-3.2	CPSAA-CC
10	Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. (SH)	2.1-2.2-2.3	CCL-CCEC- CP
11	Realización de bailes populares y tradicionales. (SH)	2.3	CCEC-CP
12	Aceptación los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. (SS)	2.3	CCEC
13	Usos y finalidades lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto de las elecciones de los demás. (SS)	3.1-3.2	CC-CPSAA
14	Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. (SH)	3.1-3.2	CPSAA
15	Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción. (SH)	3.1-3.2	CPSAA- STEM-CCL
16	Valoración del juego como medio de disfrute y de relación con sus compañeros. (SS)	3.1-3.2	CPSAA-CC
17	Mejora de las capacidades físicas básicas de manera global mediante las habilidades motrices. (S)	4.1-4.2-5.1-5.3	STEM

18	Conocer los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. (S)	5.1-5.2	STEM
19	Adaptación de las capacidades propias a la actividad física. (SH)	5.1-5.3	CPSAA
20	Concepto de deportividad. (S)	9.3-12.3-13.3	CPSAA
21	Entendimiento de la relación entre la actividad física y la salud. (S)	5.3-6.1	STEM
22	Conocimiento y dominio de la respiración, de la tensión y la relajación global segmentaria en la realización de tareas. (SH)	6.1-6.2	STEM-CPSAA
23	Conocimiento de los diversos elementos funcionales y orgánicos relacionados con el movimiento corporal. (S)	6.2-6.3	STEM-CPSAA
24	Respeto y aceptación del propio cuerpo. (SS)	7.1	CPSAA
25	Asunción de las posibilidades y limitaciones propias y de los demás. (SS)	7.1	CPSAA-CC
26	Desarrollo de actitudes no discriminativas con respecto al género, cultura, raza o religión. (SS)	7.1	CPSAA-CC-CP
27	Comprensión de estrategias sencillas de juegos cooperativos, de naturaleza y patio, y populares y tradicionales. (S)	8.1	STEM-CCEC
28	Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas. (SS)	9.2-9.3	CPSAA-CC
29	Contribución a mantener un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos nada adecuados. (SS)	9.1-9.2-9.3	CPSAA
30	Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. (SS)	12.1-12.2-13.2	CPSAA-CC

31	Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva. (S/SH)	11.1	STEM
32	Asunción de hábitos higiénicos con el aseo. (SH)	13.1	CPSAA-CC
33	Deporte y nuevas tecnologías. (SH)	12.1	CD-CP

A continuación, se muestra una contextualización de las UD que se llevan a cabo a lo largo de la programación y la UD 4 se muestra desarrollada manera completa en el Anexo 2.

<b>UD 1: “¡Qué bonito conocerte!”</b>			
Educación Física	Nº Sesiones: 4	Fecha: 14/09-23/09	Trimestre: 1º
<b>DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD</b>			
<p>En esta UD se hará la presentación para conocerse entre los compañeros. Valorando las opiniones de estos y conociéndolos a través de la presentación de nuestra temática para el resto del curso de los “superhéroes”. Exponiendo en que consiste nuestro hilo conductor y como vamos a trabajar (a través de retos) para alcanzar nuestros objetivos. Así mismo, se conocerán las normas de convivencia, higiene y seguridad de las clases de EF, así como el nivel del que parten los alumnados.</p>			
<b>OBJETIVOS</b>			
Etapa	Programación		
A-K-M	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer el funcionamiento y la normativa de las clases de EF.</li> <li>• Conocer las normas de convivencia, higiene y seguridad.</li> </ul>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar su propio cuerpo y el de sus compañeros.</li> </ul>	
CONTENIDOS Y COMPETENCIAS		
Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Concepto de deportividad. (CPSAA)	Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva. (STEM) Asunción de hábitos higiénicos con el aseo. (CPSAA-CC)	Valoración del juego como medio de disfrute y de relación con sus compañeros. (CPSAA-CC) Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. (CPSAA-CC)
CRITEROS DE EVALUACIÓN		ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
3		3.1-3.2
9		9.3
11		11.1
12		12.2-12.3
13		13.2-13.3

UD 2: "Equiman"			
Educación Física	Nº	Fecha: 28/09-14/10	Trimestre: 1º
	Sesiones:		
	5		
DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD			

Con esta UD se hace referencia al superhéroe “Equiman”. Personaje que se está acorde a las actividades relacionadas con la percepción espaciotemporal. Se van a trabajar contenidos relacionados con la lateralidad, el control del propio cuerpo y el equilibrio.

### OBJETIVOS

Etapa	Programación
A-L-J	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir habilidades de equilibrio estático y dinámico.</li> <li>• Controlar el esquema corporal y la independencia segmentaria en situaciones motrices.</li> <li>• Conocer y consolidar la lateralidad corporal.</li> </ul>

### CONTENIDOS Y COMPETENCIAS

Saber	Saber Hacer	Saber Ser
<p>Consolidación de la lateralidad. (STEM)</p> <p>Aplicación de equilibrio estático y dinámico, equilibrios después de una acción y equilibrios con objetos. (CPSAA-STEM)</p>	<p>Realización de disociaciones segmentarias combinando miembros superiores e inferiores. (STEM-CPSAA)</p> <p>Integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices (CC-CPSAA-STEM)</p>	<p>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. (CPSAA-CC)</p> <p>Contribución a mantener un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos nada adecuados (CPSAA)</p>

	Asunción de hábitos higiénicos con el aseo. (CPSAA-CC).
<b>CRITEROS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES</b>
1	1.1-1.2-1.3
2	2.1
9	9.1-9.2-9.3

<b>UD 3: “The Flash”</b>			
Educación Física	Nº	Fecha: 19/10-4/11	Trimestre: 1º
	Sesiones:		
	5		
<b>DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD</b>			
<p>A través del superhéroe “The Flash” los alumnos van a trabajar las distintas habilidades motrices básicas, como son el equilibrio, saltos, giros y diferentes desplazamientos. Trabajando con todo esto, deberán ejercitarse en la obtención de distintos retos, los cuales deberán superar para la obtención de dichas habilidades (superpoderes), ayudando así a convertirse en pequeños “Flash” que ayuden en las futuras misiones de “The Flash”.</p>			
<b>OBJETIVOS</b>			
Etapa	Programación		
B-I-N	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir y hacer uso de las habilidades motrices en múltiples situaciones.</li> <li>• Adquirir habilidades de equilibrio estático y dinámico.</li> </ul>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir las habilidades en relación con los elementos funcionales y orgánicos relacionados con el movimiento corporal.</li> <li>• Conocer y valorar las habilidades motrices para su uso en contextos de la vida cotidiana.</li> </ul>
--	--

<b>CONTENIDOS Y COMPETENCIAS</b>
----------------------------------

Saber	Saber Hacer	Saber Ser
<p>Autoconocimiento e identificación de fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental). (CPSAA-CC)</p> <p>Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva (STEM).</p>	<p>Utilización de las habilidades motrices en múltiples situaciones. (STEM-CPSAA)</p> <p>Integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices (CC-CPSAA-STEM).</p> <p>Deporte y nuevas tecnologías (CD).</p>	<p>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. (CPSAA-CC)</p>

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
1	1.1-1.2-1.3
3	3.1-3.2
12	12.1-12.2
13	13.1-13.2

<b>UD 4: “Superlanza”</b>			
Educación Física	Nº Sesiones: 5	Fecha: 9/11-23/11	Trimestre: 1º
<b>DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD</b>			
<p>En esta UD se va a trabajar las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos, los lanzamientos, pases y recepciones. Se van a trabajar en diferentes entornos y teniendo en cuanto la lateralidad corporal con la mano dominante y no dominante. Para ello se plantearán distintos retos, los alumnos deberán consultar a través de códigos QR, estos les dirigirán a unos videos en los que se les plantearán dichos retos. Conforme estos se vayan alcanzando, las dificultades también irán en aumento al avanzar en la UD, hasta conseguir alcanzar los superpoderes de “Superlanza”.</p>			
<b>OBJETIVOS</b>			
Etapa	Programación		
B-G-M	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer y consolidar la lateralidad corporal.</li> <li>• Adquirir y hacer uso de las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos.</li> <li>• Conocer sus fortalezas y debilidades acorde a la lateralidad y distintas extremidades corporales.</li> </ul>		
<b>CONTENIDOS Y COMPETENCIAS</b>			
Saber	Saber Hacer	Saber Ser	
Consolidación de la lateralidad. (STEM)	Realización de disociaciones segmentarias	Valoración del juego como medio de disfrute y de	

<p>Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva. (STEM)</p>	<p>combinando miembros superiores e inferiores. (STEM-CPSAA)</p> <p>Utilización de las habilidades motrices en múltiples situaciones. (STEM-CPSAA)</p> <p>Deporte y nuevas tecnologías. (CD)</p>	<p>relación con sus compañeros. (CPSAA-CC)</p> <p>Contribución a mantener un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos nada adecuados. (CPSAA)</p>
<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>		<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES</b>
<p>1</p> <p>3</p> <p>9</p> <p>11</p> <p>12</p> <p>13</p>	<p>1.2-1.3</p> <p>3.1-3.2</p> <p>9.1-9.2-9.3</p> <p>11.1</p> <p>12.1</p> <p>13.1</p>	

<b>UD 5: "Self Control"</b>			
Educación Física	Nº  Sesiones:  5	Fecha: 25/11-14/12	Trimestre: 1º
<b>DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD</b>			
<p>Esta UD se va a trabajar con la ayuda del superhéroe "Self Control". Es un nombre proveniente del inglés, cuyo significado es auto control. Por ello, se van a ejercitar en distintos entornos y con la ayuda de diferentes actividades, se van a alcanzar varios contenidos relacionados con la conciencia del propio cuerpo y la postura corporal, algo tan necesario para la adquisición de hábitos saludables.</p>			
<b>OBJETIVOS</b>			
Etapa	Programación		
A-B-C	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocer e identificar las fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos.</li> <li>• Cuidar y respetar el entorno próximo durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</li> <li>• Adquirir las habilidades en relación con los elementos funcionales y orgánicos relacionados con el movimiento corporal.</li> </ul>		
<b>CONTENIDOS Y COMPETENCIAS</b>			
Saber	Saber Hacer	Saber Ser	
Respeto y aceptación del propio cuerpo (CPSAA)	Asunción de hábitos higiénicos con el aseo. (CPSAA-CC)	Asunción de las posibilidades y limitaciones propias y de los demás. (CPSAA-CC)	
Conocimiento de los diversos elementos funcionales y orgánicos			

relacionados con el movimiento corporal. (STEM-CPSAA)	Conocimiento y dominio de la respiración, de la tensión y la relajación global segmentaria en la realización de tareas (STEM-CPSAA)	Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.( CPSAA-CC) Cuidado del entorno próximo durante la práctica segura de actividades físicas en el medio natural y urbano. (CCEC-CPSAA)
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
6		6.1-6.2-6.3
7		7.1
10		10.1-10.2
12		12.2-12.3
13		13.2

UD 6: “Compi”			
Educación Física	Nº Sesiones: 5	Fecha: 11/01-25/01	Trimestre: 2º
DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD			
Esta UD se va a contextualizar en el superhéroe llamado “Compi”. A través de este personaje vamos a trabajar el contenido de los juegos cooperativos, así como las implicaciones prácticas en el juego; como puede ser la relación entre los compañeros, la resolución de distintas situaciones que pueden suceder con la práctica de dichas			

actividades. Teniendo en cuenta la importancia de la comunicación, el respeto, la tolerancia y la deportividad.

### OBJETIVOS

Etapa	Programación
A-B-K	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoconocer e identificar las fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos.</li> <li>• Resaltar el aprendizaje y finalidades lúdico-recreativos y cooperativas</li> <li>• Respetar de las elecciones de los demás.</li> </ul>

### CONTENIDOS Y COMPETENCIAS

Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Comprensión de estrategias sencillas de juegos cooperativos, de naturaleza y patio, y populares y tradicionales. (STEM-CCEC)	<p>Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción. (CPSAA-STEM-CCL)</p> <p>Asunción de hábitos higiénicos con el aseo. (CPSAA-CC)</p>	<p>Usos y finalidades lúdico-recreativos y cooperativos.</p> <p>Respeto de las elecciones de los demás (CC-CPSAA)</p> <p>Contribución a mantener un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos nada adecuados. (CPSAA)</p>

CRITEROS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
3	3.1-3.2
8	8.1
9	9.1-9.2-9.3
13	13.1

UD 7: “Respectador”			
Educación Física	Nº Sesiones: 5	Fecha: 27/01-10/02	Trimestre: 2º
DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD			
<p>En esta UD nuestro superhéroe girara en torno al nombre de “Respectador”. Los alumnos resolverán distintas situaciones y desafíos, logrando la consecución de los objetivos en relación con los contenidos, a través de colocaciones de oposición. Se trabajará desde el respeto, teniendo en cuenta actitudes no discriminativas, evitando situaciones de conflicto y respetando siempre al oponente u/o miembros de su equipo.</p>			
OBJETIVOS			
Etapa	Programación		
B-C-K-M	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anticiparse a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto.</li> <li>• Producir y ejecutar pases a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción.</li> </ul>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contribuir a un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos inadecuados.</li> <li>• Cuidar los recursos materiales y espaciales.</li> </ul>	
<b>CONTENIDOS Y COMPETENCIAS</b>		
Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Concepto de deportividad. (CPSAA)	<p>Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción. (CPSAA-STEM-CCL)</p> <p>Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto (CPSAA)</p>	<p>Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas. (CPSAA-CC)</p> <p>Desarrollo de actitudes no discriminatorias con respecto al género, cultura, raza o religión. (CPSAA-CC)</p> <p>Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar (CPSAA-CC).</p>
<b>CRITEROS DE EVALUACIÓN</b>		<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES</b>
3		3.1-3.2
7		7.1
9		9.2-9.3
12		12.2-12.3
13		13.2-13.3

<b>UD 8: “Súper-yo”</b>			
Educación Física	Nº  Sesiones:  4	Fecha: 15/02-24/02	Trimestre: 2º
<b>DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD</b>			
<p>En esta UD se va a trabajar con ayuda del “Súper-yo”. Los contenidos que vamos a trabajar son actividades artístico-expresivas y disposiciones que impliquen la propia corporalidad, teniendo un manejo de la lateralidad para poder representar diferentes situaciones y resolver los retos que se planteen. Para este trabajo, adquiere gran importancia en esta unidad la capacidad de comunicación corporal y el carácter expresivo corporal.</p>			
<b>OBJETIVOS</b>			
Etapa		Programación	
B-D-J-K		<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.</li> <li>Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento para representar personajes, emociones, etc.</li> <li>Desarrollar estructuras rítmicas sencillas.</li> </ul>	
<b>CONTENIDOS Y COMPETENCIAS</b>			
Saber		Saber Hacer	Saber Ser
Consolidación de la lateralidad. (STEM)		Utilización del cuerpo como medio de expresión y comunicación. (CPSAA-CCL)	Desarrollo de actitudes no discriminativas con respecto al género, cultura, raza o religión. (CPSAA-CC)

		Contribución a mantener un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos nada adecuados. (CPSAA)
CRITEROS DE EVALUACIÓN		ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
1		1.2-1.3
2		2.1-2.2-2.3
7		7.1
9		9.1-9.2-9.3

UD 9: "Dancewoman"			
Educación Física	Nº Sesiones: 4	Fecha: 1/03-10/03	Trimestre: 2º
DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD			
<p>En esta UD esta contextualizada en "Dancewoman", a través de su personaje vamos a trabajar las actividades físicas artístico-expresivas grupales, haciendo más referencia a la coordinación grupal. Por ello, vamos a trabajar la expresión por medio de representaciones, bailes tradicionales, populares y de otras culturas para favorecer la cooperación. Los alumnos superarán retos que aborden la consecución de los superpoderes para ayudar a "Dancewoman" a llegar a la reunión final.</p>			

<b>OBJETIVOS</b>		
Etapa	Programación	
B-J-K-M	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar y representar bailes populares y tradicionales.</li> <li>• Aceptar los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad.</li> <li>• Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento para representar personajes, emociones, etc.</li> </ul>	
<b>CONTENIDOS Y COMPETENCIAS</b>		
Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Mejora de las capacidades físicas básicas de manera global mediante las habilidades motrices (STEM)	Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo (CCL-CCEC). Realización de bailes populares y tradicionales. (CCEC)	Aportaciones de la cultura, los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad (CCEC) Usos y finalidades lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto de las elecciones de los demás (CC-CPSAA)
<b>CRITEROS DE EVALUACIÓN</b>		<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES</b>
2		2.1-2.2-2.3
3		3.1-3.2
4		4.1-4.2
5		5.1-5.3

<b>UD 10: “Salvatore”</b>			
Educación Física	Nº Sesiones: 5	Fecha: 15/03-29/03	Trimestre: 2º
<b>DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD</b>			
<p>Esta UD se desarrolla en relación con el superhéroe “Salvatore”. A través de los conocimientos de este personaje incidiremos en trabajar los hábitos saludables y la influencia que tiene la práctica de deporte en nuestra vida, así como las lesiones o enfermedades que pueden perjudicar a nuestra salud, entendiendo el concepto de la calidad de vida para que pueda perdurar en nuestros alumnos.</p>			
<b>OBJETIVOS</b>			
Etapa		Programación	
B-C-D-K		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir las capacidades propias a la actividad física.</li> <li>• Conocer los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo.</li> <li>• Mejorar las capacidades físicas básicas de manera global mediante las habilidades motrices.</li> </ul>	
<b>CONTENIDOS Y COMPETENCIAS</b>			
Saber		Saber Hacer	Saber Ser
Prevenición de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva. (STEM)		Asunción de hábitos higiénicos con el aseo. (CPSAA-CC)	Asunción de las posibilidades y limitaciones

Entendimiento de la relación entre la actividad física y la salud. (STEM)  Conocer los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. (STEM)	Deporte y nuevas tecnologías. (CD)	propias y de los demás (CPSAA-CC)
CRITEROS DE EVALUACIÓN		ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
5		5.1-5.2-5.3-
6		6.1
7		7.1
11		11.1
12		12.1
13		13.1

UD11: "Supernature"			
Educación Física	Nº Sesiones: 4	Fecha: 31/03-19/04	Trimestre: 3º
DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD			
<p>A través de esta UD vamos a trabajar de la mano de "Supernature". Un personaje que nos adentrara en lo más actual del medio natural, cuyo fin será que nuestros alumnos realicen actividades en el medio natural que supongan un reto para ellos. Pudiendo alcanzar los objetivos planteados para ser nuevos superhéroes de la naturaleza. Se realizarán actividades en el medio natural, así como una salida al monte. Con ello, se pretende que</p>			

el alumnado vea la importancia y beneficios que tiene realizar actividades físicas en el medio natural. Además, este tipo de actividades crean en el alumnado una experiencia personal inolvidable y favorecen el trabajo de la autoestima y coordinación de los segmentos corporales.

**OBJETIVOS**

Etapa	Programación
A-B-H-K-L	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidar y respetar el entorno próximo durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</li> <li>• Conocer las posibilidades que ofrece el medio natural para la realización de actividad física.</li> <li>• Contribuir a un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos inadecuados.</li> </ul>

**CONTENIDOS Y COMPETENCIAS**

Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Comprensión de estrategias sencillas de juegos cooperativos, de naturaleza y patio, y populares y tradicionales. (STEM-CCEC)	Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva (STEM) Asunción de hábitos higiénicos con el aseo. (CPSAA-CC)	Cuidado del entorno próximo durante la práctica segura de actividades físicas en el medio natural y urbano (CCEC-CPSAA). Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. (CPSAA-CC)

<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES</b>
--------------------------------	---

1	1.4
8	8.1
10	10.1-10.2
11	11.1
12	12.2-12.3
13	13.3-13.4

<b>UD 12: “Superwoman”</b>			
Educación Física	Nº Sesiones: 5	Fecha: 21/04-5/05	Trimestre: 3º
<b>DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD</b>			
<p>Para el desarrollo de esta UD se hace referencia a la heroína “Superwoman” capaz de demostrar sus grandes capacidades físicas básicas y de las que nuestros alumnos deberán superar en base a los retos que se les proponga para alcanzar dichos superpoderes. Por ello, los contenidos que se trabajen en esta sesión estarán relacionados con la fuerza y flexibilidad, las cuales tienen vinculación con la salud y la capacidad de conocer nuestro propio cuerpo y nuestras habilidades físicas, con el fin de progresar y mejorarlas.</p>			
<b>OBJETIVOS</b>			
Etapa	Programación		
B-C-K	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocer los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo.</li> <li>Mejorar las capacidades físicas básicas de manera global mediante las habilidades motrices.</li> </ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocer y comprender a través de la práctica la relación entre la actividad física y la salud.</li> </ul>
<b>CONTENIDOS Y COMPETENCIAS</b>		
Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Mejora de las capacidades físicas básicas de manera global mediante las habilidades motrices (STEM)	Adaptación de las capacidades propias a la actividad física. (CPSAA)  Conocimiento y dominio de la respiración, de la tensión y la relajación global segmentaria en la realización de tareas (STEM-CPSAA)	Asunción de las posibilidades y limitaciones propias y de los demás. (CPSAA-CC)
<b>CRITEROS DE EVALUACIÓN</b>		<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES</b>
4		4.1-4.2
5		5.1-5.3
6		6.1-6.2
7		7.1

<b>UD 13: “Velociraptor”</b>			
Educación Física	Nº Sesiones: 4	Fecha: 10/05-19/05	Trimestre: 3º

**DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD**

El nombre de esta UD se hace referencia a “Velociraptor”, capaz de demostrar sus grandes capacidades físicas básicas de velocidad y resistencia, de las cuales nuestros alumnos deberán superar en base a los desafíos que se les proponga para alcanzar dichos superpoderes. Por ello, los contenidos que se trabajen en esta sesión estarán relacionados con la velocidad y resistencia, las cuales tienen vinculación con la salud y la capacidad de conocer nuestro propio cuerpo y nuestras habilidades físicas, con el fin de progresar y mejorarlas.

**OBJETIVOS**

Etapa	Programación
B-C-K	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer los efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo.</li> <li>• Mejorar las capacidades físicas básicas de manera global mediante las habilidades motrices.</li> <li>• Conocer y comprender a través de la práctica la relación entre la actividad física y la salud.</li> </ul>

**CONTENIDOS Y COMPETENCIAS**

Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Mejora de las capacidades físicas básicas de manera global mediante las habilidades motrices (STEM	Adaptación de las capacidades propias a la actividad física. (CPSAA)  Conocimiento y dominio de la respiración, de la tensión y la relajación	Asunción de las posibilidades y limitaciones propias y de los demás. (CPSAA-CC)

	global segmentaria en la realización de tareas (STEM-CPSAA)	
CRITEROS DE EVALUACIÓN		ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
4		4.1-4.2
5		5.1-5.3
6		6.1-6.2
7		7.1

UD 14: "Oportunity"			
Educación Física	Nº Sesiones: 4	Fecha: 24/05-2/06	Trimestre: 3º
DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD			
<p>En esta UD vamos a trabajar con el personaje de "Oportunity", centrado y caracterizado en el desplazamiento y las distintas formas de hacerlo. Teniendo muy presente la oportunidad que tienen los seres humanos para desplazarse, resolviendo distintas situaciones que se les planteen a nuestros alumnos. A través de esta unidad didáctica trabajaremos utilizando distintos medios, concienciando al alumnado de las distintas posibilidades, poniéndoles en situaciones desfavorables que deberán resolver, viendo diferentes maneras de desplazarse en distintos medios. Conociendo las oportunidades que tiene la gente, tanto económica como física, poniéndoles en la piel de otras personas para desplazarse, como por ejemplo moverse con silla de ruedas.</p>			
OBJETIVOS			
Etapa		Programación	

B-G-K	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidar los recursos espaciales y materiales.</li> <li>• Valorar su propio cuerpo y la de sus compañeros.</li> <li>• Implementar diversos tipos de desplazamiento en distintos contextos.</li> <li>• Solventar situaciones motrices en situaciones desfavorables de movilidad.</li> </ul>
-------	---

### CONTENIDOS Y COMPETENCIAS

Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Autoconocimiento e identificación de fortalezas, debilidades, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental). (CPSAA-CC)	Utilización de las habilidades motrices en múltiples situaciones. (STEM-CPSAA)	Usos y finalidades lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto de las elecciones de los demás (CC-CPSAA)

CRITEROS DE EVALUACIÓN	ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
1	1.2-1.3-1.4-1.5
3	3.1-3.2

### UD 15: “Reunión de superhéroes”

Educación Física	Nº Sesiones: 5	Fecha: 7/06-21/06	Trimestre: 3º
------------------	----------------	-------------------	---------------

### DESCRIPCIÓN DE LA UNIDAD

La última UD consiste en la gran reunión de superhéroes. Los alumnos deberán trabajar en grupo, cada miembro del grupo escogerá el superhéroe que más le haya gustado o con el que mayormente se sienta identificado de los trabajados en clase. Cada grupo deberá hacer una representación, teniendo en cuenta que cada uno de ellos tendrá una función acorde al personaje elegido. Deberán coordinarse entre ellos y trabajarlo en clase, para hacer una representación delante del resto de compañeros, el último día del curso, dando el broche final al año viendo algunos de los muchos superpoderes obtenidos por nuestros pequeños superhéroes.

### OBJETIVOS

Etapa	Programación
A-B-D-I-J	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir las habilidades en relación con los elementos funcionales y orgánicos relacionados con el movimiento corporal.</li> <li>• Resaltar el aprendizaje y finalidades lúdico-recreativas y cooperativas</li> <li>• Contribuir a un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos inadecuados.</li> </ul>

### CONTENIDOS Y COMPETENCIAS

Saber	Saber Hacer	Saber Ser
Conocimiento de los diversos elementos funcionales y orgánicos relacionados con el movimiento corporal. (STEM-CPSAA)	Asunción de hábitos higiénicos con el aseo (CPSAA-CC)  Utilización del cuerpo como medio de	Contribución a mantener un clima de trabajo respetuoso rechazando comportamientos inadecuados. (CPSAA)

	expresión y comunicación (CPSAA-CCL)	Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. (CPSAA-CC) Aportaciones de la cultura, los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. (CCEC)
CRITEROS DE EVALUACIÓN		ESTANDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES
1		1.3-1.4
2		2.1-2.2-2.3
6		6.2-6.3
9		9.1-9.3-9.4
12		12.2-12.3
13		13.3-13.4

Respecto a la temporalización, a continuación, podemos ver la secuenciación de las unidades didácticas a lo largo del curso escolar, dividiéndose 5 UD en cada trimestre (*ver anexo 3*).

## 8. METODOLOGÍA

Entendemos por metodología a un conjunto de estrategias, procedimientos y acciones que son organizadas y planificadas por el profesor con la finalidad de facilitar el aprendizaje al alumnado y lograr los objetivos planteados.

Mientras que el Real Decreto (RD, 157/2022) hace referencia a las metodologías innovadoras como propuesta para los docentes. Estas suponen la creación de cambios planificados en el proceso de enseñanza-aprendizaje, con el fin de acercar al alumnado cada vez más a las exigencias del modelo educativo y las demandas de la sociedad (Macanchí, Bélica y Campoverde 2020).

El ABRe es una metodología innovadora cuyo elemento principal son los retos, con el fin de que los alumnos integren los conocimientos, a través de una participación en un aprendizaje significativo, atractivo y motivador (Bustos et al., 2019). Sus orígenes se decantan en la empresa de Apple en el 2010 para resolver los problemas de educación de esos tiempos. No obstante, fue llevada al ámbito educativo por Cator, Nichols y Torres (2016).

El ABRe aporta beneficios en cuanto al aprendizaje. Por un lado, se origina en referencia al aprendizaje vivencial, donde los alumnos aprenden más cuando son participes en el proceso de enseñanza aprendizaje (Bustos et al., 2019). Por otro lado, hace que los estudiantes logren una comprensión más profunda y aprenden a diagnosticar el problema antes de proponer la solución, lo que les permite desarrollar la creatividad. Además, desarrollan la comunicación a través de las herramientas sociales y técnicas del mundo que les rodea (Observatorio de IE, 2016).

A través del ABRe conseguimos un aprendizaje significativo y motivante para el alumnado. Además, caracteriza más el aprendizaje vivencial, donde los alumnos se involucran de manera activa para la resolución de un problema real, a través del cual adquieren una experiencia y se sienten identificados con su entorno. Todo ello, implica que el alumno sea el protagonista de su propio aprendizaje lo que eleva su autoestima y la autonomía de trabajo, donde el profesor actúa como guía. Así mismo, el alumno es capaz de desarrollar el pensamiento crítico

diferenciando y seleccionando la información que consideren relevante para la resolución del reto. A la hora de poner en práctica el ABRe tenemos en cuenta sus fases de desarrollo que se pueden dividir en tres. En la primera fase, “Involucrar”, los alumnos avanzan de una gran idea abstracta a la resolución del reto concreto; supone la contextualización de la gran idea a través de preguntas fundamentales del reto. En la segunda fase, “Investigar”, a través de actividades los alumnos planifican, reflexionan y participan en la resolución de los retos. Por último, en la fase “Actuar”, se lleva a la práctica en un contexto real donde los alumnos participan en la resolución del reto planteado.

### 8.1 Principios metodológicos.

Tomando como referencia la metodología ABRe en la presente programación, los diferentes principios metodológicos permitirán el abordaje de los procesos de enseñanza-aprendizaje, que se encuentran en consonancia con los objetivos y contenidos que se plantean en la misma.

Teniendo en cuenta las características del ABRe y los principios metodológicos de Educación Primaria, se concluyen los siguientes principios metodológicos de la programación con relación a las características:

<b>Características del ABRe</b>	<b>Principios metodológicos</b>
Motivador	Principio de motivación
Aprendizaje activo (participación)	Principio de participación
Experiencia, sentirse identificados	Principio de experiencia
Preparación	Principio integrador
Enfoque holístico	Principio creativo, Principio integrador
Autonomía y autoestima	Principio creativo, principio de participación
Creatividad y pensamiento crítico	Principio creativo

Tabla 7. Relación entre características del ABRe y principios metodológicos.

Fuente: elaboración propia.

- Principio de motivación: En esta programación adquiere el papel más importante, ya que gira en torno a ello. Se considera que el enfoque abierto del ABR consigue la motivación del alumnado, donde de manera

grupal o individual alcanzan sus propias metas. Además, con esta metodología deja libertad para investigar, se trabaja para alcanzar el objetivo y conseguir buenos resultados supone un incremento de la autoestima, mayormente en acciones grupales.

- Principio de participación: Siendo la EF un área idónea para el trabajo en grupo, el ABR favorece la cooperación y el trabajo en equipo, donde el aprendizaje es activo y se caracteriza por tener un efecto positivo en la motivación. Se consigue mayor participación del alumnado, con una implicación superior tanto en el aula como en casa, consiguiendo que los conocimientos sean perdurables en el tiempo.
- Principio de experiencia: Aquel que hace referencia a las experiencias vivenciadas por el propio alumno. Partiendo de los orígenes del ABR, se introducen elementos con los que el alumno puede sentirse identificado, tanto situaciones cercanas como situaciones que se les pueden presentar en un futuro, en su mundo laboral. Además, se tiene en cuenta que los retos que se les planteen estén relacionados con situaciones de la vida diaria.
- Principio integrador: Pretende abordar todos los contenidos, habilidades y destrezas de la asignatura con relación a otros contextos o ámbitos, siendo transversales a otras áreas. Los retos que se plantean van a necesitar información de diferentes disciplinas para llegar a la solución. Siendo a su vez motivador e indispensables para un aprendizaje significativo.
- Principio creativo: Las acciones deben convencer y motivar al alumnado. Se debe dejar de lado la repetición, la monotonía, para adoptar un carácter creativo. El ABR potencia la creatividad y el pensamiento crítico al tener que discurrir, investigar y seleccionar la información que consideren relevante para acceder a la solución.

## 8.2 Papel del alumno y del profesor.

El ABRe consiste en el planteamiento de una cuestión propuesta por el profesor como punto de partida del aprendizaje. El alumno mediante la resolución de este

problema pueda adquirir nuevos conocimientos, habilidades, destrezas y competencias. El alumno en el ABRe se expone a problemas reales que le permiten desarrollar competencias disciplinares y transversales, donde debe ser el principal precursor en la resolución del proceso de investigación, estructuración y puesta en práctica de manera individual o cooperando con sus compañeros. Debe manejar también las situaciones de incertidumbre, incluso en algún caso la tolerancia al fracaso para desarrollar su resiliencia. El trabajo se desarrollará de manera autónoma, pudiendo tener como guía a su profesor.

El profesor en el ABRe se convierte en colaborador del aprendizaje, propone la temática del reto y explica cómo funciona el proceso. Actúa principalmente como director del proyecto, apoya a los alumnos en las dificultades motivándolos en el proceso. Además, se asegura de que dominan los conocimientos y habilidades mediante la evaluación. Por último, el profesor se encargará de apoyar a los alumnos durante la evaluación, resolución y publicación del resultado del reto.

### 8.3 Organización de los espacios, rutinas, material y ambiental.

Los espacios deportivos que dispone el centro Miguel Cervantes son varios. Al aire libre dispone de una pista de fútbol sala de césped artificial, un patio con dos canchas de baloncesto, un parque infantil y una pista de ping-pong. Por otra parte, disponen de un pabellón cubierto que se utiliza en días donde la meteorología es más adversa.

Durante la práctica de las sesiones se busca una comprensión de las rutinas por parte del alumnado. Comienza con un calentamiento, fase principal y vuelta a la calma, concluyendo con la rutina de higiene y alimentación. Para salir de la clase e ir a la clase de EF, así como para la vuelta, se realizará una fila detrás de la puerta y en silencio para no molestar al resto de compañeros del centro. Al llegar, se situarán en un semicírculo de manera que todos puedan escuchar la explicación del profesor. Para finalizar las sesiones, ayudarán en la recogida de material. No pueden hacer uso del material mientras el profesor no lo autorice, ya que esto puede ser un momento clave en el descontrol del grupo.

#### 8.4 Relación de la metodología con las competencias clave y específicas, objetivos y contenidos.

Como se desarrolla en la LOMLOE, para alcanzar los planteamientos y superar con éxito los retos que plantea la sociedad, se desarrollan las siguientes competencias. Las hemos relacionado con la metodología ABRe, los objetivos y contenidos que se trabajan en la programación que aparecen en la Tabla 8:

**Tabla 8**

*Relación entre competencias, objetivos y contenidos*

Metodología ABRe y Competencia	Objetivos	Contenidos
Competencia en comunicación lingüística (CCL): se trabaja a lo largo de las distintas UD con el intercambio de mensajes en distintas situaciones comunicativas.	1-15-16-22-30-31	8-10-15
Competencia plurilingüe (CP): a lo largo de las UD con la transversalidad en otras lenguas como es el caso del inglés.	22-23-30-31	8-10-11-26-33
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM): se usa en algunas UD en las que se hacen uso de las matemáticas como para las agrupaciones, o cálculos o medidas para la consecución de los retos.	4-16-17-24	1-2-3-4-5-15-17-18-21-22-23-27-31
Competencia digital (CD): se hace uso en algunas ocasiones para la visualización de videos o consecución de información.	4-21-23	33

Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA): se lleva a cabo a lo largo de toda la programación, teniendo actitudes de respeto y convivencia entre los compañeros.	1-2-3-12-21	1-3-4-5-7-8-9-13-14-15-16-19-20-23-24-25-26-28-29-30-32
Competencia ciudadana (CC): se desarrolla a lo largo de la programación mostrando actitudes de comportamiento y saber estar.	1-2-3-13-18-22	3-13-16-25-26-28-30-32
Competencia emprendedora (CE): hace manifiesto a la disposición e involucración del alumnado por identificar y aprovechar oportunidades para los procesos creativos.	1-2	1-2
Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC): se lleva a cabo a lo largo de la programación, en especial aquellas unidades en las que se trabaja con los bailes y la interculturalidad.	13-19-21-35-23	6-7-9-10-11-12-27

## 9. EVALUACIÓN

La evaluación es un componente imprescindible dentro del proceso educativo. Gracias a ella, podremos comprobar si los alumnos van adquiriendo las competencias que deben alcanzar. La evaluación que se llevará a cabo será una evaluación compartida, haciendo referencia en el proceso de evaluación tanto al maestro como al alumno. Por un lado, el profesor evaluará al alumnado, pero el alumno también tendrá la oportunidad de evaluar al docente (heteroevaluación), a uno mismo (autoevaluación) o a los compañeros (coevaluación).

Haciendo referencia a la historia de las distintas leyes educativas, la evaluación que planteamos para esta programación debe de ser **continua** (para saber cuál es la evolución del alumnado, teniendo como referencia un proceso de aprendizaje), **formativa** (evalúa el proceso, favorece la participación y está relacionada con la motivación en el alumnado), **global** (considera todos los elementos y procesos de su personalidad en relación a los hechos que le rodean y que son objeto de evaluación) **informativa** (es un proceso permanente que recoge y analiza información para conocer el proceso de aprendizaje y el nivel de avance en las competencias).

Por otra parte, también será **sistemática** (ya que no es un simple proceso, debe tener en cuenta y analizar el momento evolutivo, así como poder valorar el proceso de intervención didáctica para el desarrollo de las competencias alcanzadas), **integral** (para tener en cuenta el rendimiento, la personalidad y los factores que intervienen en el proceso de aprendizaje) e **individualizada**.

### 9.1 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables así como la relación de los mismos con los objetivos, competencias y contenidos.

(Ver Anexo 1)

#### Tabla 9

*Relación entre CE, EAE, competencias, contenidos y objetivos*

Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables.	Competencias	Contenidos	Objetivos

1. 1.1/1.2/1.3/1.4	STEM-CPSAA- CC- CCEC- CCL	1-2-3-4-5-7- 8	4-5-6-7-8-9- 10-11-30-31
2. 2.1/2.2/2.3	STEM-CPSAA- CCEC- CCL	1-6-8-10-11- 12	19-20-21-22- 23
3. 3.1/3.2	CPSAA-CC- STEM	9-13-14-15- 16	14-16-17
4. 4.1/4.2	CPSAA- STEM	14-17	12-24
5. 5.1/5.2/5.3	STEM- CPSAA	17-18-19-21	1-2-24
6. 6.1/6.2/6.3	STEM-CPSAA	21-22-23	25-26-29
7. 7.1	CPSAA-CC	24-25-26	2-28
8. 8.1	STEM-CCEC	27	3-14
9. 9.1/9.2/9.3/	CPSAA-CC	20-28-29	28
10. 10.1/10.2	CCEC-CPSAA	7	13-27
11. 11.1	STEM	31	1-2-18
12. 12.1/12.2/12.3	CPSAA-CC-CD	20-30-33	1-28

13.	CPSAA-CC	20-32	3-15-28
13.1/13.2/13.3			

## 9.2 Criterios de calificación.

Se entienden los criterios de calificación como una evaluación cuantificable, dando acceso al grado de aprendizaje de un alumno en una escala determinada, así como en qué medida ha desarrollado las competencias y la consecución de los objetivos. Para la obtención de la calificación, se utilizarán técnicas de observación para tener la mayor objetividad posible, así como técnicas de puesta en común. También se podrá hacer uso de instrumentos más subjetivos como pueden ser escala de calificación.

Como se recoge en la reciente ley educativa LOMLOE, y considerando la evaluación un proceso continuo, en la evaluación se distinguen tres fases: evaluación inicial (al principio del proceso) una evaluación formativa (durante el transcurso del proceso) y una evaluación final (cierra dicho proceso).

Haciendo referencia a los elementos de evaluación, se recogerán en una rúbrica de evaluación que tenga relación con lo expuesto en el apartado anterior 8.1. Dichos elementos se mediarán a través de unos indicadores de logro, que cuentan con una puntuación y un porcentaje para obtener la calificación de cada alumno. Dichos porcentajes son: Conceptos: 15%, Procedimientos 45% y Actitudes 40%

Por otro lado, las calificaciones se mostrarán, según la Real Decreto (RD, 157/2022), aludiendo a la siguiente nomenclatura y a una numeración sin decimales: Insuficiente (IN) 1, 2,3 o 4, Suficiente (SU) 5, Bien (BI) 6, Notable (NT) 7 u 8 y Sobresaliente (SB) 9 o 10.

## 9.3 Criterios de evaluación mínimos exigibles.

Los alumnos deberán adquirir aquellos estándares de aprendizaje que se consideran básicos en la EF y aspectos culturales básicos para tomar la decisión sobre la promoción de los estudiantes.

Estos son los criterios de evaluación mínimos exigibles:

- Resolver situaciones motrices combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento.
- Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, de forma individual, coordinada y cooperativa.
- Adquirir los conceptos específicos de educación física con la práctica de actividades artístico- expresivas.
- Utilizar las normas básicas de la higiene, la alimentación y los hábitos saludables y el bienestar.
- Mejorar el nivel de sus capacidades físicas.
- Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás.
- Valorar y actuar ante situaciones conflictivas surgidas, aceptando las opiniones de los demás.
- Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural.
- Identificar e interiorizar la importancia de las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.
- Demostrar un comportamiento personal y social responsable, aceptando las normas y reglas establecidas.

#### 9.4 Evaluación del proceso de enseñanza.

Como profesor, se debe tener en cuenta si el proceso de aprendizaje es positivo, así como si el proceso de enseñanza se ajusta a los objetivos que hemos planteado, con el fin de poder mejorarlo. Por ello, la evaluación tendrá en cuenta los siguientes aspectos:

- Se adecuan los elementos de la programación didáctica acorde a las características del alumnado.
- Los alumnos adquieren las competencias necesarias.
- Se llevan a cabo el desarrollo de los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales.
- Utilización del material y los recursos adecuados.

- Realización de las actividades, bajo actitudes que conlleven un clima adecuado.
- Interacción entre profesor y alumno, haciendo referencia a la evaluación de todos y cada uno de ellos.
- Se asegura la participación del alumnado con un contraste de opiniones

## 10. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La diversidad es una realidad que nos encontramos en el aula por la variedad de alumnos que existen, y su adecuada atención en el aula es un pilar básico en el sistema educativo. Por tanto, la atención a la diversidad es un conjunto de acciones que pretende dar respuesta a todas las necesidades del alumnado. Por ello, se entiende la diversidad como la heterogeneidad en el alumnado, donde nuestro principal factor sea respetar esas diferencias para que no sean desigualdades, desarrollando todas las capacidades y personalidades de los alumnos. Estas medidas se recogen en el Plan de Atención a la diversidad (PAD).

Esta programación se ha elaborado con el fin de garantizar una respuesta educativa diversificada. Se plantea en igualdad de condiciones sin distinción de ningún tipo, donde todos opten a los mismos derechos y oportunidades. Se pretende dar una respuesta educativa entendiéndola como un principio de inclusión, aquel que nace del reconocimiento de las diferencias del alumnado. Se entiende la programación desde un diseño universal, dando un enfoque o una perspectiva sobre la enseñanza cuyo objetivo principal es la inclusión real de todos los miembros que componen el aula. Para ello haremos referencia a cómo y en qué formato se presentan los contenidos a los alumnos, siendo estos accesibles para todo el alumnado, teniendo como objetivo, lograr una inclusión efectiva y real.

Cuando hablamos de inclusión desde el diseño universal, hablamos de cuatro elementos necesarios para crear un aula inclusiva, que son: la eliminación de las barreras para el aprendizaje, la presencia del alumno en el aula ordinaria, la participación en el aula (haciendo uso del diseño de metodologías y materiales para la participación de todos alumnos) y que se cumpla el aprendizaje.

### 10.1 Medidas generales de atención a todo el alumnado.

Las necesidades de los alumnos se pueden cumplir gracias a las medidas generales de atención a todo el alumnado, que involucran en todos niveles a la comunidad educativa.

Las medidas generales que se tendrían en cuenta para el desarrollo de esta programación son las siguientes:

- Evaluación inicial para conocer el nivel del que se parte.
- Tener en cuenta los principios emocionales como un pilar del aprendizaje básico.
- Favorecer un enfoque cooperativo frente a uno competitivo.
- Hacer uso de la educación en valores para fomentar la convivencia
- Implementar la cohesión de grupo con distintos agrupamientos
- Incidir y fomentar en el auto concepto y autoestima de nuestro alumnado.

### 10.2 Atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

Las necesidades de los alumnos se pueden cumplir gracias a las medidas generales de atención a todo el alumnado, que involucran en todos niveles a la comunidad educativa.

Las medidas generales que se tendrían en cuenta para el desarrollo de esta programación son las siguientes:

- Evaluación inicial para conocer el nivel del que se parte.
- Tener en cuenta los principios emocionales como un pilar del aprendizaje básico.
- Favorecer un enfoque cooperativo frente a uno competitivo.
- Hacer uso de la educación en valores para fomentar la convivencia
- Implementar la cohesión de grupo con distintos agrupamientos
- Incidir y fomentar en el auto concepto y autoestima de nuestro alumnado.

### 10.3 Atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

En esta programación que hace referencia a un grupo de 3º de primaria, cuenta con dos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo. Por una parte, una alumna de nacionalidad rumana, con incorporación tardía al sistema educativo español. Por otra parte, contamos con un niño con discapacidad visual.

Haciendo referencia a la alumna con incorporación tardía, es conveniente destacar que su anexión se realizó a mediados de curso pasado, por lo que está

totalmente integrada en el grupo. En relación a la comprensión del español, es capaz de entender diálogos sencillos, sin embargo, cuenta con ciertas dificultades respecto a algunos conceptos que puedan resultar más complejos. Hay que asumir la diversidad cultural que tenemos hoy en día y para poder acelerar la inclusión en el aula de esta niña, vamos a ayudarla en las dinámicas del aula, para facilitarle seguridad, si hiciera falta podríamos poner esas rutinas más visibles en el aula. Se van a utilizar una serie de técnicas como el lenguaje gestual, actividades con un componente más lúdico o incluso pictogramas si fuesen necesarios.

Respecto al alumno que padece una necesidad educativa especial, señalar que presenta una degeneración macular juvenil. Dicha enfermedad afecta, como bien señala el propio nombre, a la mácula, una parte de la retina que se encarga de la visión central cuya función y desarrollo permite la visualización de los detalles y distinción de los colores, pudiendo llegar a afectar la zona de la retina periférica. Se trata de un proceso degenerativo que empieza a muy temprana edad, observándose la pérdida de visión central en ambos ojos durante la primera década de vida. En este caso en concreto, un diagnóstico temprano favoreció que sus padres y los docentes del centro fueran conscientes de su problema visual, ayudando con premura al establecimiento de las medidas para favorecer el desarrollo integral del niño.

En estos momentos, su desarrollo cognitivo es el adecuado a su edad, conserva la visión periférica, por lo que puede desplazarse sin problemas por los distintos espacios, aunque le cuesta en ocasiones distinguir algunos objetos pequeños con precisión. A modo de resumen se podría decir que tiene una visión desenfocada y sin nitidez, que dificulta reconocer rostros, formas de lejos, así como distinguir ciertos colores, como por ejemplo el azul marino y el negro. Además, es importante mencionar que esta enfermedad, no tiene cirugía, por lo que no tiene cura.

Las medidas generales para el alumno con discapacidad visual serían las siguientes:

- Debido a su dificultad para enfocar, debe recibir más información de forma verbal. Información que debe ser clara y concisa.
- Necesita usar materiales que tengan un color vivo o incluso fosforescente.

- Evitar el contacto directo con la luz solar, por ello, debe posicionarse en sitios de sombra o de espaldas al sol.
- Teniendo en cuenta que no es capaz de distinguir las expresiones faciales a distancia, necesita que tanto docente como compañeros se le dirijan por su nombre.
- En la práctica de actividades al aire libre, para no tener demasiada exposición a la luz natural, utilizara gafas de sol.
- Fomentar su autoestima y su inclusión en el aula.

En la programación también se tendrá en cuenta al alumnado exento temporalmente, de contar con alguno de ellos. Se van a establecer medidas para que puedan continuar al mismo ritmo que el resto de los compañeros.

Además, debemos tener en cuenta que este tipo de alumnos pueden padecer algún tipo de lesión o enfermedad, que pueda ser duradera en el tiempo.

Debemos tener en cuenta que los problemas de salud deben estar justificados médicamente, especificando la causa de la patología, así como el tiempo necesario para la recuperación.

## 11.CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE OTROS PLANES

Es importante resaltar el carácter globalizador de nuestra programación, por ello tenemos muy presentes los elementos transversales para que estos contribuyan al desarrollo de otros planes. Por lo tanto, teniendo en cuenta nuestra realidad educativa hacemos referencia a las siguientes contribuciones.

### 11.1 Contribución de la programación al desarrollo de la lengua inglesa.

Con esta programación se va a contribuir al desarrollo de la lengua inglesa, por ejemplo, con la utilización del vocabulario, como se puede ver reflejado en la utilización de los nombres de algunos de los superhéroes. También se va a ayudar al desarrollo del aprendizaje de la lengua inglesa, ya que deberán visualizar algunos videos cuya explicación aparezca en inglés, y la recogida de información también se llevará a cabo en dicha lengua. Con ello pretenderemos desarrollar también la comprensión lectora y auditiva.

### 11.2 Contribución de la programación en el desarrollo de la convivencia y la ciudadanía.

En esta programación adquiere gran relevancia el desarrollo de la convivencia y la ciudadanía, ya que es lo que regula nuestras relaciones tanto dentro como fuera del aula, siendo la EF un área donde las relaciones sociales y la convivencia son esenciales para un buen desarrollo de la práctica deportiva.

Por un lado, ciertos contenidos del área sirven como guía para la contribución de ciertas conductas y actitudes como el respeto a las diferencias por cualquier índole o condición, así como evitar o resolver conflictos y hacer buen uso del material.

Por otro lado, con la programación se van a implementar actividades de carácter cooperativo por encima de las competitivas, dando especial importancia y protagonismo a todos los alumnos, con el fin de alcanzar un bien común. Además, se van a trabajar la resolución de situaciones conflictivas, así como el respeto a los compañeros.

### 11.3 Contribución de la programación al desarrollo de las TIC y la Competencia Digital.

Haciendo referencia al reciente Real Decreto (RD, 157/2022), por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, el uso y desarrollo de las TIC y la Competencia Digital, se considera una Competencia Clave. Por consiguiente, en la programación se pretende contribuir al desarrollo de esta competencia a través de distintos medios, recursos y estrategias.

Por un lado, con la programación se pretende familiarizar al alumnado en este ámbito, ofreciéndole para el trabajo diario la utilización de distintas herramientas como pueden ser las *tablets* o la pizarra digital, con los cuales puedan hacer una búsqueda de información o investigación, siempre y cuando el uso sea adecuado y responsable. A través de esto, se pretende que nuestros alumnos adquieran unas capacidades, habilidades y destrezas en el ámbito de las TIC.

Por otro lado, el profesor podrá hacer uso de alguna aplicación educativa si lo ve conveniente para la comunicación con las familias o evaluación de sus alumnos, donde dicha evaluación del feedback actitudinal o conceptual aparece de manera inmediata en la aplicación para la visualización de las familias. Además, con este tipo de herramientas el profesor puede premiar al alumnado y establecer una tabla de puntuaciones, con las cuales los alumnos consigan recompensas que han sido pactadas con el docente.

## 12. CONCLUSIONES

Este trabajo, por encima de todo, aúna los conocimientos y aplicaciones adquiridas a lo largo de cinco años de carrera, cuyo valor no consta solo de una mera programación, sino de un trabajo fruto de la dedicación y esfuerzo en esta etapa. Asimismo, es necesario destacar la necesidad de contar con una adecuada y coherente programación para nuestro futuro labor como docente ya que ello contribuye a una dinámica sistematizada de nuestro trabajo, pudiendo alcanzar así los objetivos planteados.

La presente programación se caracteriza por 15 unidades didácticas con la temática de superhéroes como eje principal y fundamentada en la metodología ABRe como enfoque que busca despertar el interés y promover la motivación en el alumnado a través de la práctica de la AF.

Las estrategias de motivación que se aplican en esta programación contribuyen al interés por aprender, en un proceso de enseñanza-aprendizaje, con un carácter más significativo que centrado en el resultado. Sin olvidarnos que la motivación surge de la interrelación de factores cognitivos, sociales, afectivos, siendo necesaria para el desarrollo vital de los niños. Por lo que es a través de la motivación como podemos incentivar a los alumnos a lograr metas propuestas. A lo largo de la elaboración me he encontrado algunas dificultades en la realización de la programación. Estar al tanto de una nueva ley y tener en cuenta la anterior ha sido la mayor dificultad a la hora de poder realizar la programación, por lo que me gustaría destacar la importancia de tener una ley educativa consolidada. Además, resulta muy laborioso consultar y leer en profundidad tanta documentación para seleccionar la adecuada para poder realizar un trabajo con un mínimo de calidad.

Este trabajo ha contribuido a la consolidación como futuro profesor de EF, tratando de ser un ejemplo para los alumnos, inculcando el amor que siento por esta profesión, en especial por la actividad física y la salud, dando importancia a la educación en valores y colaborando para fomentar una disposición de cooperación entre el alumnado. Teniendo en cuenta que, en el proceso de la motivación escolar, están implicados tanto alumnos, como profesores y familia, lo tomo en cuenta aplicándolo a mi persona, siendo una contribución más a la mochila de mis experiencias, para intentar contribuir a una mejora de la sociedad.

Como dijo Nelson Mandela: “la educación es el arma más poderosa que puede utilizarse para cambiar el mundo”.

Como resumen, he de señalar que este TFG, me ha supuesto trabajar en la práctica deportiva, un campo que me gusta. He visto como algunos de los conocimientos académicos y valores inculcados por profesores de la universidad, me han sido de gran utilidad para la elaboración de este trabajo. Asimismo, haber realizado una programación ha sido un proceso instructivo para mi futura docencia, hecho que considero de gran valor y en el que quisiera seguir creciendo. Contribuir a la motivación siempre es satisfactorio.

### 13. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

- Bustos, A., Castellanos, V., Calvo, J., Mesa, R., Quevedo, V., & Aguilar, C. (2019). El aprendizaje basado en retos como propuesta para el desarrollo de las competencias clave, *Padres y Maestros*, 380, 50-55.
- CEIP Miguel de Cervantes (2022). *Proyecto Educativo de Centro*.
- Coterón, J., Franco, E., & González-Peño, A. (2020). Compromiso y Motivación en los Alumnos de Educación Física. ¿Es Importante el Burnout del Profesor?. *Revista de Psicología del Deporte*. Vol 29. Pp. 28-35.
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American psychologist*, 55(1), 68-78.
- 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.
- Franco, E., & Ocete, M. D. C. (2021). Enseñanza de los deportes a través del aprendizaje basado en retos y motivación en alumnos universitarios. *Entornos virtuales para la educación en tiempos de pandemia: Perspectivas metodológicas*.
- Franco, E., Martínez-Majolero, V., Almena, A., & Trucharte, P. (2020). Efectos de una experiencia de aprendizaje basado en retos para la enseñanza deportiva en alumnos universitarios. In J. J. Gázquez, M. M. Molero, A. Martos, A. B. Barragán, M. M. Simón, M. Sisto, R. M. del Pino, & B. M. Tortosa (Eds.), *Investigación en el ámbito escolar. Nuevas realidades en un acercamiento multidimensional a las variables psicológicas y educativas* (pp. 399-414). Dykinson.
- García-González, L. (2021). *Cómo motivar en educación física: Aplicaciones prácticas para el profesorado desde la evidencia científica* (No. BOOK-2021-024). Servicio de Publicaciones. Universidad de Zaragoza.

Gil-Arias, A., Claver, F., Práxedes, A., Villar, F. D., & Harvey, S. (2018). Autonomy support, motivational climate, enjoyment and perceived competence in physical education: Impact of a hybrid teaching games for understanding/sport education unit. *European Physical Education Review*, 26(1), 36-53. <https://doi.org/10.1177/1356336X18816997>

Instituto de Estadística de la Comunidad de Madrid (2005). *Reseña estadística zonal*.

<https://www.madrid.org/iestadis/fijas/estructu/general/territorio/descarga/rescantos05.pdf>

Macanchí Pico, M. L., Bélgica Marlene O. C., & Campoverde Encalada, M. A. (2020). Innovación educativa, pedagógica y didáctica. Concepciones para la práctica en la Educación Superior. *Universidad y Sociedad*, 12(1), 396-403.

Manninen, M., & Campbell, S. (2021). The effect of the Sport Education Model on basic needs, intrinsic motivation and prosocial attitudes: A systematic review and multilevel meta-analysis. *European Physical Education Review*, 28(1), 78-99. <https://doi.org/10.1177/1356336x211017938>

Observatorio de innovación educativa. (2016). *Edu Trends. Aprendizaje basado en retos*. Monterrey-Nuevo León (México): Editorial Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey.

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.

Orden 3622/2014, de 3 de diciembre, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid, por la que se regulan determinados

aspectos de organización y funcionamiento, así como la evaluación y los documentos de aplicación en la Educación Primaria.

Palomares, A. (2011). El modelo docente universitario y el uso de nuevas metodologías en la enseñanza, aprendizaje y evaluación. *Revista de Educación*, 591-604.

Prieto, D., Correa, J., & Ramirez, R. (2015). Niveles de actividad física, condición física y tiempo en pantallas en escolares de Bogotá. *Nutr Hosp.* 32(5):2184-2191. Recuperado de:  
<https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v32n5/38originaldeporteyejercicio01.pdf>

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se currículo básico de la Educación Primaria

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

Rodríguez Milián, A., Moré Estupiñán, M., & Gutiérrez Pairol, M. (2019). La Educación Física y la educación para la salud en función de la mejora del rendimiento físico de los estudiantes. *Universidad y Sociedad*, 11(1), 410-415. Recuperado de <http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>

Sánchez, D. B. (2006). *La educación física*. Inde.

Sevillano García, M. L. (2015). Didáctica en el núcleo de la pedagogía. *Tendencias Pedagógicas*, 18, 7–32. Recuperado a partir de <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1985>

Stover, J. B., Bruno, F. P., Uriel, F. E., & Fernandez Liporace, M. M. (2017). *Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica*.

## 14. ANEXOS

### **Anexo 1: Propuesta de Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables**

<b>Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables</b>
<p>1. Resolver situaciones motrices ante distintas situaciones, haciendo uso de las habilidades motrices básicas y adaptándolas a dichas situaciones.</p> <p>1.1 Aplica las habilidades motrices básicas de los desplazamientos y de manipulación de objetos (pase, lanzamiento y recepción) en distintos entornos y actividades físico-deportivas y artístico-expresivas utilizando todos los segmentos corporales.</p> <p>1.2 Adapta la habilidad motriz básica de salto en distintos entornos y tipos de actividades que se le proponen, adquiriendo equilibrio y control sobre su cuerpo.</p> <p>1.3 Aplica las habilidades motrices de giro en distintas situaciones, entornos y actividades, adquiriendo consciencia de los ejes corporales y manteniendo una postura adecuada y de equilibrio.</p> <p>1.4 Realiza actividades físicas en el medio natural a través del juego, creando situaciones de incertidumbre en el entorno y bajo las posibilidades de este.</p>
<p>2. Utilizar la expresión corporal y el movimiento del cuerpo de manera creativa para la comunicación de emociones, sensaciones e ideas.</p> <p>2.1 Representa a través del uso del cuerpo sentimientos, ideas o personajes de manera individual, parejas o grupos.</p> <p>2.2 Expresa o realiza movimientos corporales a través de la música de manera individual, parejas o grupos.</p> <p>2.3 Conoce y crea composiciones coreográficas con bailes o danzas utilizando los recursos expresivos del cuerpo, de distintas culturas, épocas y de creación propia.</p>
<p>3. Resolver retos tácticos de las actividades físicas en un contexto de juego de colaboración u oposición teniendo en cuenta los principios y</p>

<p>reglas de la EF para resolver las situaciones motrices, de manera individual, parejas o grupos, de manera coordinada o cooperativa.</p> <p>3.1 Emplea los recursos necesarios para resolver situaciones motrices básicas de manera individual o colectiva.</p> <p>3.2 Utiliza las habilidades motrices básicas en base e unos objetivos y parámetros espacio-temporales.</p>
<p>4. Relacionar los conceptos de la educación física con la práctica de actividades físico-deportivas y artístico expresivas.</p> <p>4.1 Reconoce las capacidades físicas básicas que se implican en la práctica de los ejercicios.</p> <p>4.2 Contempla la importancia de las capacidades físicas básicas para mejorar las habilidades motrices básicas.</p>
<p>5. Reconocer los beneficios que conlleva el ejercicio físico, la higiene, alimentación y hábitos saludables para mejorar la calidad de vida y el bienestar de uno mismo.</p> <p>5.1 Muestra disposición por mejorar las capacidades físicas.</p> <p>5.2 Conoce los hábitos de alimentación saludable y los relaciona con la importancia de la actividad física.</p> <p>5.3 Conoce los beneficios de la actividad física para la salud y el bienestar personal.</p>
<p>6. Mejorar sus capacidades físicas teniendo en cuenta sus posibilidades y la relación con la salud. Adquiriendo habilidades para regular la intensidad y la duración de los esfuerzos.</p> <p>6.1 Mejora sus capacidades físicas en comparación a su nivel de partida.</p> <p>6.2 Reconoce su frecuencia cardiaca y respiratoria en distintos niveles de esfuerzo.</p> <p>6.3 Adapta el esfuerzo dependiendo de la duración de la actividad</p>
<p>7. Valorar, aceptar y respetar su propio cuerpo y el de los demás con actitud positiva y reflexiva.</p>

<p>7.1 Respeta la diversidad corporal y toma conciencia del esfuerzo que conlleva los nuevos aprendizajes a nivel motriz entre los compañeros de clase.</p>
<p>8. Conocer los distintos tipos de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.</p> <p>8.1 Reconoce las diferencias y características entre los juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.</p>
<p>9. Opinar de manera crítica desde la posición de espectador o participante sobre las situaciones conflictivas, debatiendo y aceptando las opiniones de los demás.</p> <p>9.1 Muestra una actitud crítica ante las nuevas tendencias y la imagen corporal de los modelos ideales.</p> <p>9.2 Muestra buena actitud para resolver los conflictos de manera coherente y razonable.</p> <p>9.3 Identifica y califica las conductas inadecuadas que se producen en la práctica deportiva.</p>
<p>10. Respetar el medio natural y los distintos entornos donde se realizan actividades al aire libre.</p> <p>10.1 Se responsabiliza para eliminar los elementos que contaminen el medio natural.</p> <p>10.2 Respetar los espacios naturales y hace un uso correcto respetando la flora y la fauna.</p>
<p>11. Identificar e interiorizar las medidas de seguridad en la realización de la práctica de actividades físicas en distintos entornos.</p> <p>11.1 Reconoce las lesiones más comunes, así como las acciones de primeros auxilios.</p>
<p>12. Elaborar y crear información relacionada con temas de interés haciendo uso de las nuevas tecnologías y adquiriendo un orden, limpieza y estructura además de respetando las opiniones de los demás.</p> <p>12.1 Utiliza las nuevas tecnologías en relación al deporte.</p> <p>12.2 Presenta trabajos con orden, limpieza y estructura.</p>

12.3 Expone sus ideas y se expresa delante de los compañeros y respeta las opiniones de los demás.

13. Demostrar un comportamiento personal y social adecuado, respetándose a uno mismo y a sus compañeros, aceptando las normas y las reglas que se establecen en las clases de EF de manera individual y colectiva.

14.1 Realiza rutinas de cuidado e higiene del cuerpo.

14.2 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.

14.3 Acepta ser parte del grupo que le toque y muestra buena actitud ante cualquier resultado.

## Anexo 2: UD 4. "Superlanza"

<b>SESIÓN Nº: 1</b>	<b>FECHA: 09 / 11 / 2021</b>
<b>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</b> Mejorar los lanzamientos con la mano dominante y no dominante.	
<b>MATERIAL:</b> Pelotas de tenis, balones, picas, petos, bolos o botellas de agua y aros.	
<b>DESCRIPCIÓN DE LA TAREA</b>	
<b>Calentamiento:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lanza y rebota: después de haber realizado un calentamiento global focalizando más en los miembros superiores, cada alumno cogerá una pelota y deberá hacer lanzamientos contra la pared, cada vez aumentando la distancia del lanzamiento progresivamente.</li></ul>	
<b>Parte principal:</b> <p>La clase va a trabajar de manera individual o en grupo dependiendo del reto al que se proponga, deberán organizarse e indagar para encontrar la mejor solución posible en los distintos retos. Para pasar de un reto a otro deben superar el anterior.</p> <p>Los retos vendrán expuestos en la pared del polideportivo para que los alumnos puedan ir visualizándolos. Se realizará una tabla con el nombre de los alumnos y los retos, a medida que vayan consiguiendo irán poniendo una x en su correspondiente casilla.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Reto 1: La clase se divide en dos grupos, uno de ellos serán los lanzadores y el otro grupo pasará a 5 metros por delante de ellos en línea recta. Los alumnos que son lanzadores deberán lanzar los balones tratando de impactar en el contrario. Para conseguir el reto deberán golpear al menos 6 personas del equipo contrario en un tiempo determinado de 4 minutos. Una vez hayan finalizado intercambiarán los roles.</li></ul>	

- Reto 2: Seguimos divididos en dos grupos, habrá un equipo que será el lanzador y otro el pasador, ambos grupos deberán estar lanzándose los balones entre si, de un lado del campo al otro, pero habrá un momento que el profesor indique, el grupo de los lanzadores tendrán 12 segundos para no dejar ningún balón en su campo y pasar los que estaban a su disposición. Al finalizar cambiaran los roles.
- Reto 3: Se colocarán picas y cada alumno dispondrá de tres aros. Cada alumno podrá lanzar solo esos tres aros, pero las veces que quiera y para superar el reto deberá introducir al menos un aro en una pica.
- Reto 4: En las canastas de baloncesto, los alumnos tendrán 10 intentos para introducir una pelota en la canasta que estará adecuada la altura de esta. Con introducir un balón de esos 5 podrán adquirir el reto.
- Reto 4: Se colocarán unos bolos y los alumnos tendrán 5 lanzamientos para derribar todos los bolos con un balón.

**Vuelta a la calma:**

- El profesor creará un diálogo para comentar cuales son los retos que han conseguido e identificar los aspectos positivos y negativos, visualizando cuantos alumnos han sido capaces de conseguir y superar todos retos y dando ellos su opinión.

<b>SESIÓN Nº : 2</b>	<b>FECHA: 11 / 11 / 2021</b>
<b>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</b> Mejorar y practicar la recepción de distintos objetos y en distintas situaciones.	
<b>MATERIAL:</b> Balones, globos, frisby, balón de rugby, pelota de tenis, globos y conos.	
<b>DESCRIPCIÓN DE LA TAREA</b>	
<p><b>Calentamiento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recogepelotas:</b> La clase se dividirá en dos grupos, una mitad se encargará de sacar los balones e ir tirándolos por el pabellón, la otra mitad del grupo de encargará de recogerlos y llevarlos a un punto. Cuando los hayan recogido intercambiaremos los roles.</li> </ul> <p><b>Parte principal:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Recepción de distintos objetos:</b> los alumnos se pondrán en grupos de 5 personas y cada una de ellas levara al grupo un objeto (balón, pelota de tenis, frisby, balón de rugby y un globo hinchado). Cada alumno de uno en uno deberá de conseguir atrapar los 5 objetos que se le lancen por parte de los compañeros. Consigue en atrapar el mayor numero de objetos posibles teniendo en cuenta el tamaño, la forma y el material de estos.</li> <li>• <b>Rápido y veloz:</b> cada alumno tendrá un globo que deberá lanzar al aire e ir corriendo hasta un cono y volver lo más rápido posible antes de que el globo toque el suelo par poder cumplir con el objetivo. Se comenzará con una distancia corta para ir aumentándola e ir dificultando el reto.</li> <li>• <b>Recepción con desplazamientos:</b> Los alumnos se pondrán en parejas, el alumno que recepciona se situará en medio de dos zonas cuadradas delimitadas con conos, su compañero deberá pasarle los distintos objetos utilizados en la actividad 1 y el deberá recepcionarlos dentro de la zona. Deberá recepcionar el mayor numero de objetos posibles dentro de la zona.</li> </ul>	

**Vuelta a la calma:**

El profesor creará una vuelta a la calma, donde los alumnos participen en la recogida del material y luego comentarán aspectos de los retos, así como las dificultades y las técnicas y estrategias que ha usado cada uno para la consecución de estos.

<b>SESIÓN Nº : 3</b>	<b>FECHA: 16 / 11 / 2021</b>
<b>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</b> Conocer y mejorar la técnica del pase.	
<b>MATERIAL:</b> Balones y tablets.	
<b>DESCRIPCIÓN DE LA TAREA</b>	
<b>Calentamiento:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Juego de los 10 pases: La clase se divide en dos grupos y el objetivo principal es dar 10 pases entre los compañeros del mismo equipo.</li></ul>	
<b>Parte principal:</b>	
<p>En este caso, los alumnos dispondrán de una tabla en la pared del polideportivo donde para cada reto tendrán un código QR que les dará acceso a visualizar un video explicativo de lo que tendrán que alcanzar en cada reto, los videos vendrán en inglés para trabajar también de manera interdisciplinar para trabajar la lengua extranjera.</p>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Reto 1: Hacer 10 pases con un compañero.</li><li>• Reto 2: Hacer 20 pases con un compañero.</li><li>• Reto 3: Hacer 15 pases con un compañero en movimiento.</li><li>• Reto 4: Hacer 20 pases en grupos de 4 personas.</li><li>• Reto 5: hacer 20 pases en grupos de 4 tocando todos los compañeros el mismo número de veces el balón.</li></ul>	

- Reto 6: Los alumnos se colocarán en un círculo sentados y deberán pasar el balón en el sentido de las agujas del reloj. Primero en los grupos que estaban y después en gran grupo.
- Reto 7: En menos de 2 min deberán conseguir que todos los alumnos de la clase toquen en el balón realizando pases.
- Reto 8: Todos los alumnos deberán estar en movimiento y realizarse pases entre todos, al igual que el reto anterior, pero en movimiento.
- Reto 9: La mitad de los alumnos estarán estáticos y la otra mitad en movimiento deberán realizar pases entre todos tocando el balón.

**Vuelta a la calma:**

En círculo se realizará una reflexión sobre la utilidad de las nuevas tecnologías aplicadas al deporte, así como la segunda lengua, todo ello con la importancia de trabajar en equipo y de manera cooperativa, haciendo alusión de las diversidades de la clase.

<b>SESIÓN Nº : 4</b>	<b>FECHA: 18 / 11 / 2021</b>
<b>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</b> Consolidar la lateralidad, mediante la práctica de lo trabajado en las sesiones anteriores (lanzamientos, recepciones y pases).	
<b>MATERIAL:</b> Balones, pelotas de tenis, aros y conos.	
<b>DESCRIPCIÓN DE LA TAREA</b>	
<p><b>Calentamiento:</b></p> <p>Juego de la roca: es un juego con gran similitud al pillapilla, el alumno o alumnos que la ligan llevan una pelota en la mano y cuando lanza la pelota al compañero que les da se convierte en roca, el cual deberá agacharse y quedarse en el suelo. Para salvarse pueden interceptar la pelota si a los jugadores que la ligan se les cae o cortan un pase desde su sitio por lo tanto, en este momento podrán pasarse la pelota entre las rocas para salvarse.</p> <p><b>Parte principal:</b></p>	

En este caso los retos serán conjuntos, pero los alumnos conseguirán una puntuación por puntos de manera individual dependiendo de la puntuación que alcancen jugando contra sus compañeros. Para lograr alcanzar el reto en cada actividad deberán alcanzar mínimo 3 puntos. Estos puntos se anotarán en la pizarra del polideportivo bajo el nombre de cada alumno cuando lo consigan irán apuntando los puntos alcanzados. Será muy importante tener en cuenta el compañerismo, y el buen clima de la clase donde el comportamiento adecuado sea un factor importante.

- 1 vs 1 con portería: los alumnos por parejas cada pareja tendrá un balón, cada alumno tendrá una portería con conos y deberán realizar un partido para ver quien adquiere mayor puntuación metiendo goles. Por cada gol que se consiga es un punto para alcanzar el reto.
- Lanzo en el aro: los alumnos continúan por parejas, pero en este caso tendrán una pelota de tenis y un aro. Consiste en golpear la pelota y que bote dentro del aro así hasta que alguno de los dos no alcance la pelota. Por cada punto que se consiga es un punto para alcanzar el reto.
- Interceptar el pase: en este caso los alumnos formarán tríos, cada trio dispondrá de un balón y se colocaran uno enfrente del otro los dos de los laterales deben hacer pases y el del medio deberá interceptarlos, por cada pase que consiga interceptar será un punto para la consecución del reto.

#### **Vuelta a la calma:**

Los alumnos ayudan en la recogida del material, y después se realiza una asamblea donde ponen en común los puntos conseguidos por cada uno de los que han ido anotando en la pizarra. A continuación, cada uno da su punto de vista sobre que les ha supuesto y como han gestionado con los compañeros para llega a alcanzar los puntos que necesitaban. Siempre, trabajando desde el respeto y con actitudes que favorezcan el buen clima de la clase.

<b>SESIÓN Nº : 5</b>	<b>FECHA: 23 / 11 / 2021</b>
<b>OBJETIVO DE LA SESIÓN:</b> Consolidar las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos.	
<b>MATERIAL:</b>	
<b>DESCRIPCIÓN DE LA TAREA</b>	
<p><b>Calentamiento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego de los 10 pases: La clase se divide en dos grupos y el objetivo principal es dar 10 pases entre los compañeros del mismo equipo.</li> </ul> <p><b>Parte principal:</b></p> <p>En este caso los alumnos deberán superar tres retos que estén relacionados con lo trabajado en clase, vista su disposición y los contenidos trabajados todos podrán alcanzar los retos (individual, grupo y gran grupo). Al ser la última sesión de la UD, los alumnos conseguirán la tarjeta que les acredita haber alcanzado los superpoderes de “Superlanza”, por ello a cada alumno se le dará una tarjeta que acredite haber logrado superar la UD y con ello poder unirla al colgante de sus superpoderes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reto 1: Se marcará una zona limitada de donde los alumnos no puedan salir y desde ahí deberán lanzar la pelota contra la pared y cogerla sin salirse de la zona, deberán cogerla 3 veces mínimo.</li> <li>• Reto 2: Entre tres compañeros deberán alzar un globo y golpearlo una vez cada uno si que este toque el suelo.</li> <li>• Reto 3: En gran grupo todos los compañeros se deberán desplazar de un lado a otro del pabellón habiendo tocado todo el balón antes de llegar al otro lado y deberán hacerlo en menos de 2min.</li> </ul> <p>La tarjeta que recibirán los alumnos y marcaran si han alcanzado los retos de la UD, haciendo referencia también a lo trabajado en la última sesión será la siguiente</p>	

Nombre:.....



UD 4

Adquiero las capacidades motrices básicas de manipulación de objetos.

Participo de manera grupal para alcanzar un objetivo.

Paso y coopero en gran grupo.

**SUPERLANZA**



### **Vuelta a la calma:**

El profesor creará un diálogo para identificar las sensaciones de los alumnos, sabiendo como se han sentido y hablando sobre la utilidad que pueden dar a estos “superpoderes” alcanzados haciendo una relación con la vida cotidiana.

**Anexo 3: Temporalización del curso escolar por UD.**

**CURSO ESCOLAR 2021 - 2022**

SEPTIEMBRE - 2021						
L	M	M	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 - 2021						
L	M	M	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 - 2021						
L	M	M	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 - 2021						
L	M	M	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 - 2022						
L	M	M	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

FEBRERO - 2022						
L	M	M	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 - 2022						
L	M	M	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 - 2022						
L	M	M	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 - 2022						
L	M	M	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 - 2022						
L	M	M	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			

1	UD: ¡Qué bonito concertel! (4)
2	UD: Equiman (5)
3	UD: The Flash (6)
4	UD: Superlanza (5)
5	UD: Self Control (5)
6	UD: Compi (5)
7	UD: Respectador (5)
8	UD: Super-yo (4)
9	UD: Dancewoman (4)
10	UD: Salvatore (5)
11	UD: Supernature (4)
12	UD: Superwoman (5)
13	UD: Velociraptor (4)
14	UD: Oportunity (4)
15	UD: Reunión de superhéroes (5)

Total Sesiones: 71
Total UDD: 15

Días no lectivos
Días festivos