



# TRABAJO FIN DE GRADO

Universidad Pontificia de Comillas

Doble Grado de Ciencias de la Actividad Física y el  
Deporte y Educación Primaria

**Autor:** Álvaro Velasco de la Cámara

**Director:** Esther Vaquero García de Yébenes

**Curso:** Quinto

**Fecha:** 25 de mayo de 2022

# **Programación Didáctica**

## **Programación Didáctica de Educación Física para el cuarto curso de Educación Primaria**

**Autor:** Álvaro Velasco de la Cámara

**Director:** Esther Vaquero García de Yébenes

**Curso:** Quinto

**Fecha:** 25 de mayo de 2022

## Índice

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>4</b>
<b>2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO-NORMATIVA DE LA PROGRAMACIÓN</b> .....	<b>5</b>
<b>3. CONTEXTUALIZACIÓN</b> .....	<b>7</b>
<b>4 OBJETIVOS</b> .....	<b>9</b>
<b>5. COMPETENCIAS</b> .....	<b>12</b>
<b>6. CONTENIDOS</b> .....	<b>14</b>
6.1 Criterios de temporalización .....	15
6.2 Elementos transversales .....	20
6.3 Unidades didácticas.....	21
<b>7 METODOLOGÍA</b> .....	<b>51</b>
7.1 Principios generales .....	51
7.2 Metodologías aplicadas .....	52
7.3 Recursos empleados a nivel material y personal .....	56
7.4 El papel de las TIC .....	57
<b>8. EVALUACIÓN</b> .....	<b>58</b>
8.1 Aspectos de Evaluación.....	59
8.2 Momentos de Evaluación .....	60
8.3 Agentes de Evaluación .....	61
8.4 Herramientas de Evaluación.....	62
8.5 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje .....	63
8.6 Criterios de calificación.....	64
<b>9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b> .....	<b>65</b>
9.1 Medidas generales .....	66
9.2 Medidas concretas.....	67
<b>10. CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE OTROS PLANES</b> .....	<b>68</b>
10.1 Contribución de la Programación al Desarrollo de la Lengua Inglesa.....	68
10.2 Contribución de la Programación al Desarrollo de la Convivencia y la Ciudadanía.....	69
10.3 Contribución de la Programación al Desarrollo de las TIC y la Competencia Digital .....	70
<b>11. CONCLUSIONES</b> .....	<b>71</b>
<b>12. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA</b> .....	<b>72</b>
<b>13. ANEXOS</b> .....	<b>73</b>

## 1. INTRODUCCIÓN

Este Trabajo de Fin de Grado, presenta una programación didáctica anual para la asignatura de Educación Física. Para la programación presentada se ha seleccionado el curso de 4º de Educación Primaria. Esto se debe a que el autor de la programación didáctica está familiarizado con este curso y la asignatura de Educación Física a lo largo de sus prácticas universitarias en Educación Primaria. Además, el autor actualmente se encuentra estudiando junto con la carrera de Educación Primaria la de CAFYDE.

Para ello, se ha contextualizado la programación didáctica en un centro inventado llamado "Centro Educativo Velasco". El centro se encuentra en Cantoblanco, en la Comunidad de Madrid. Su ubicación es privilegiada al igual que sus instalaciones. Es un centro innovador e inclusivo, preparado para acoger a todo tipo de alumnado.

Los contenidos, competencias, objetivos, contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje que se muestran en esta programación están basados en el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria y en el Decreto 29/2014, de 24 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de la Educación Primaria.

Para mí ha supuesto gran interés y motivación al poder realizar este trabajo sobre el curso y asignatura que deseaba. Tras cinco años de carrera puedo reflejar, estructurar y organizar cuanto he aprendido, no solo en la teoría de las asignaturas de la universidad, sino también en mis cuatro años de prácticas, donde he observado en un contexto real la aplicación de las programaciones didácticas. Pienso que es muy útil, ya que en un futuro cercano es algo que como docente deberé dominar, y me servirá para el transcurso de toda mi vida laboral. Además pudiera servir como base para una posible oposición, porque una de sus pruebas consiste en presentar una programación didáctica. En conclusión, tanto por su idoneidad como por su utilidad y carácter práctico, realizar una programación didáctica como TFG es fundamental.

## 2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO-NORMATIVA DE LA PROGRAMACIÓN

La expuesta Programación Didáctica está elaborada en consistencia con el entramado normativo, referente esencial de nuestra labor. Los distintos niveles normativos, según su jerarquía y nivel de concreción, presiden, inspiran y ayudan a controlar nuestro trabajo. Esta programación requerirá actualizaciones pronto, a tenor de las que vayan produciéndose en la normativa que le afecta, que de momento es la siguiente:

1. Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), y que deroga la Ley Orgánica 8/2013, del 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), que citamos porque sentó las bases de normativa de rango inferior todavía vigente.
2. Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establecía el currículo básico de la Educación Primaria, para crear los objetivos didácticos a partir de los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje para la asignatura de Educación Física en Educación Primaria. El Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, no ha entrado todavía en vigor para cuarto de Educación Primaria, conforme a su disposición transitoria primera, respecto a la aplicabilidad.
3. El vigente 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, modificado por el Decreto 8/2019, de 19 de febrero. Lo tendremos presente para escoger del mismo los contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje que se van a trabajar durante el curso en la asignatura de Educación Física en Madrid. En esta norma se establece el Currículo de Educación Primaria para la Comunidad Autónoma de Madrid, donde se ubica el colegio.

El Decreto 89/2014 expone que la Educación física debe implementar hábitos saludables y conocimientos sobre la salud, aparte de desarrollar relaciones con las actividades deportivas y habilidades motrices de los alumnos. Por ello, la Programación Didáctica expuesta, establece una progresión motriz en el alumnado, empezando por los aspectos básicos, para luego poder aplicarlos en un contexto motriz más complejo. Queremos que el alumnado, además de aplicar su progresión motriz, adquiera los conocimientos sobre la salud y el beneficio de la actividad física en su vida diaria y los incluya. También se pretende que sean capaces de aplicar los contenidos en cuanto a valores, tratando a sus compañeros y rivales con respeto y deportividad, tanto dentro como fuera del aula.

### 3. CONTEXTUALIZACIÓN

Para diseñar esta programación didáctica, se ha creado de forma ficticia un centro educativo. Este centro educativo ha sido nombrado “Centro Educativo Velasco”. A continuación, procederé a exponer la contextualización del centro.

El Centro Educativo Velasco se encuentra ubicado en Cantoblanco, Madrid. Este lugar pertenece al distrito de Fuencarral - El Pardo en la Comunidad Autónoma de Madrid. El colegio tiene una ubicación positiva de cara al transporte. El centro educativo, en cuanto al transporte público, tiene una línea de cercanías directa con las principales estaciones y tiene múltiples líneas de autobuses. En transporte privado, se tardaría unos 20 minutos y se encuentra a unos 20km desde Sol. Nuestro centro educativo es concertado, religioso y bilingüe. Ofrece una formación desde la etapa de infantil hasta bachillerato, pasando por educación primaria y secundaria. El colegio es de línea 3 (A, B y C) en educación infantil, de línea 4 (A, B, C y D) en educación primaria y secundaria, y de línea 2 (A y B) en bachillerato.

La ratio media de los alumnos en infantil es de 15 alumnos por clase. La ratio media de los alumnos en primaria y secundaria es de 25 alumnos por clase. En cambio, en bachillerato, estos números se vuelven a reducir teniendo una ratio 20 alumnos por clase. Esto hace que el centro tenga aproximadamente unos 1200 alumnos, con una ratio de unos 25 alumnos por clase como media de todo el colegio.

Continuando con las instalaciones del centro se divide en tres zonas distintas, cada una destinada a una etapa educativa distinta (infantil, primaria y secundaria). Bachillerato compartirá la zona con toda la etapa de secundaria. Las respectivas zonas estarán claramente delimitadas y definidas, ya que se trata de tres edificios distintos, de modo que cada etapa dispondrá de su propio edificio, con sus correspondientes aulas, despachos, sala de profesores, y patios exteriores. Estos últimos estarán adaptados a la etapa educativa en que se encuentran. El patio de infantil cuenta con columpios, toboganes, tubos y juegos que están contextualizados a su edad. En cambio, tanto el patio de primaria como el de secundaria, contarán con dos campos de baloncesto y un campo de fútbol sala. Todos ellos, al aire libre.

El colegio, a nivel genérico, comparte otras instalaciones:

1. Deportivas: Cuenta con un polideportivo cubierto completamente equipado, un tatami, una piscina olímpica de 50 metros de longitud, cuatro pistas de pádel cubiertas y dos de tenis, un gimnasio, y un campo de fútbol. Alrededor del campo de fútbol hay una pista de atletismo circular, que incluye en su perímetro otra pista recta de 100 metros.
2. Recreativas: Gracias a su localización, el colegio también dispone de un espacio natural colindante con una zona externa de bosque.
3. De servicios diversos: Dispone a nivel genérico de una enfermería, aulas de apoyo especializadas, una cafetería, un comedor, una tienda de vestimenta y uniformes, una tienda de material y una papelería.

De cara al aspecto humano del colegio, destacar que el perfil del profesorado será un profesorado joven que se haya formado usando metodologías nuevas y en las TIC. Los profesores también deben contar con un certificado de C1 de inglés. La idea es que los profesores continúen su formación con cursos o charlas para que así estén continuamente actualizados. Habrá un director general y tres directores de etapa (infantil, primaria, secundaria y bachillerato). En el centro hay dos jefes de estudios. Uno para la etapa de primaria y otro para la etapa de secundaria y bachillerato. El resto del personal docente se integra en el claustro de profesores. El colegio también cuenta con un enfermero, dos psicólogos, un equipo de pedagogía, personal de cafetería y cocina, personal de administración, recepción y mantenimiento, conserje y personal de limpieza.

Los alumnos, al ser un colegio concertado y por la ubicación del mismo, provienen de familias con un nivel socioeconómico medio-alto. El colegio también estará abierto a alumnos de diferentes nacionalidades, apoyando la multiculturalidad y diferencia de etnias dentro del centro. Debido al contexto del colegio, la desestructuración familiar afecta a menos alumnos (comparativamente hablando), y en los casos en los que se produce no se acusan las peores consecuencias para la convivencia escolar y el rendimiento académico, que es correcto en líneas generales, con una frecuencia de conflictos graves muy escasa.

## 4 OBJETIVOS

En este apartado del trabajo, se exponen los objetivos de etapa seleccionados y los objetivos didácticos que se pretenden satisfacer mediante la Programación Didáctica propuesta en este documento.

Primero, se presentan los objetivos de etapa seleccionados para la programación didáctica, extraídos del Real Decreto 126/2014.

La programación didáctica está diseñada para el cuarto curso de la etapa de educación primaria en la asignatura de Educación Física. En función de todo lo expuesto anteriormente, los objetivos de etapa seleccionados son los siguientes: a, b, c, d, i, j, m.

Foto 1: Objetivos de etapa (Real Decreto 126/2014)

### Artículo 7. *Objetivos de la Educación Primaria.*

La Educación Primaria contribuirá a desarrollar en los niños y niñas las capacidades que les permitan:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía 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 prevención y para la resolución pacífica de conflictos, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito familiar y doméstico, así como en los grupos sociales 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 con discapacidad.
- 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) Iniciarse en la utilización, para el aprendizaje, de las Tecnologías de la Información y la Comunicación desarrollando un espíritu crítico ante los mensajes que reciben y elaboran.
- j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.

---

Página 7

---

BOLETÍN OFICIAL DEL ESTADO  
LEGISLACIÓN CONSOLIDADA

---

- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte 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 su cuidado.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
- n) Fomentar la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico.

A continuación, presentaré los objetivos didácticos creados para esta programación didáctica en base a los criterios de evaluación del Real Decreto 126/2014. Estos objetivos didácticos son:

1. Conocer las capacidades físicas básicas, saber aplicarlas e identificarlas, conocer los beneficios de su desarrollo y entreno para mejorarlas y aumentar el rendimiento del individuo en la práctica deportiva.
2. Desarrollar y mejorar en las habilidades motrices básicas, adaptándolas a las exigencias del contexto deportivo.
3. Apoyar y ayudar a los compañeros con más dificultades en el área de la educación física, respetando sus diferencias.
4. Conocer el cuerpo humano, tanto como herramienta para la realización de actividad física, como herramienta de expresión al mundo exterior.
5. Poseer autonomía y capacidad de superación, en las actividades que conlleva una practica individual y repetitiva para su mejora.
6. Reconocer los conflictos en la práctica deportiva, resolviéndolos mediante el dialogo y presentando una actitud crítica ante ellos.
7. Reconocer los espacios y las acciones que pueden comprometer la integridad física del individuo, siendo propensas a generar una lesión o un daño físico.
8. Reconocer el objetivo principal en la práctica deportiva de una determinada actividad, y focalizarse en alcanzar ese objetivo para obtener un resultado satisfactorio.
9. Aplicar las reglas y normas en un juego o deporte, mediante un contexto reglado, respetando y cumpliendo las normas a la hora de practicar actividad física, incluso cuando no haya un responsable, juez o árbitro delante.

10. Utilizar las nuevas tecnologías como recurso para la búsqueda de información del alumnado sobre intereses personales en el ámbito de la educación física.

11. Aprender juegos y deportes alternativos, conociendo las diferencias respecto a los deportes que están acostumbrados a ver, jugar y consumir, para después poder practicarlos en su ocio y tiempo libre.

12. Desarrollar unos hábitos de higiene personal, alimentación responsable y cuidado del cuerpo antes, durante y tras la práctica deportiva.

13. Cuidar y conocer la importancia del medio natural y su conservación durante el desarrollo de actividades físicas.

14. Aplicar los conocimientos de otras áreas en la asignatura de educación física y viceversa, siendo conscientes del aprendizaje transversal.

## 5. COMPETENCIAS

La LOMCE establece siete competencias clave del currículo. Estas competencias se deben desarrollar durante toda la etapa de primaria. Ya que la programación didáctica está diseñada para la asignatura de Educación Física, se han seleccionado solo algunas de las competencias que se van a trabajar durante el periodo escolar para el curso de cuarto de primaria.

Durante toda la planificación didáctica se tiene muy en cuenta la actitud y valores del alumnado.

La primera competencia que se trabajará será la “Competencia Lingüística”, que juega un papel fundamental, ya que en muchas unidades didácticas va a tener que comunicarse con sus compañeros y aprender a trabajar en equipo. Para ello, una correcta expresión oral y comunicación asertiva es fundamental si se quiere alcanzar los objetivos. Los alumnos, deberán también resolver situaciones conflictivas, expresando correctamente sus ideas para llegar conjuntamente a la mejor solución común. Se trabajará esta competencia en casi todas las unidades didácticas.

La segunda competencia seleccionada es la “Competencia digital”. Esta competencia se implementará mediante el uso de las nuevas tecnologías en el aula. Se usarán las nuevas tecnologías para amplificar la información, recoger algunos datos y compararlos. Esta competencia se implementará en las unidades didácticas 1, 4 y 14. No solo servirá como un apoyo visual para el docente sino que también servirá para que los alumnos amplíen su búsqueda y conocimientos.

La tercera competencia seleccionada es “Aprender a aprender”. Esta competencia se trabajará de forma que los alumnos aprendan de sí mismos y de su contacto con la actividad física. Queremos que los alumnos aprendan con autonomía y sean conscientes de sus capacidades, sirviendo nosotros como un apoyo y guía para su aprendizaje.

Si bien recibirán los recursos necesarios para que adquieran la competencia, sin embargo, son ellos los que tienen que querer también aprender y mejorar sus destrezas en el ámbito de la actividad física. Esta competencia se implantará en todas las unidades didácticas que realizaremos. Por ejemplo, en la unidad didáctica nueve, es fundamental esta competencia, donde los alumnos trabajarán en gran medida de forma autónoma y aprenderán a saltar gracias a su trabajo y su constancia sesión tras sesión.

La cuarta competencia seleccionada es “Competencias sociales y cívicas”. Es imprescindible en el área de la educación física, ya que el deporte exige muchas veces a sus participantes comportarse de forma respetuosa y correcta, frente a situaciones de conflicto. Por ello, pienso que es necesario incluir esta competencia en las unidades didácticas de cara a trabajar aspectos del deporte tan importantes como el respeto o el trabajo en equipo. El docente hará especial hincapié en este tipo de comportamientos del alumno, ya que son imprescindibles para aprender a convivir en sociedad en su futuro. Se trabajará también en todas las unidades didácticas.

La quinta competencia seleccionada es “Conciencia y expresiones culturales”. Es una competencia que se pretende trabajar de forma transversal con otras asignaturas del currículo, aportando también a nuestros alumnos contenidos sobre la historia y cultura del deporte. La intención del docente, es ampliar en lo posible, los conocimientos de sus alumnos en el área de la actividad física. Para ello, se hablará de la historia del deporte trabajado y se contextualizará cada actividad. Las unidades didácticas donde se trabajará esta competencia serán las 2, 3, 4, 7, 11, 13 y 15

Estas son las 5 competencias que se trabajarán a lo largo de la programación didáctica. Se pretende que los alumnos las adquieran poco a poco durante el curso escolar, gracias al desarrollo de las unidades didácticas. Por ello, es muy importante que el docente tenga siempre presente las competencias que desea trabajar en cada unidad didáctica del curso.

## 6. CONTENIDOS

En el apartado de contenidos, se van a exponer las quince unidades didácticas desarrolladas para la programación. Se presentarán mediante un formato de tabla muy visual para facilitar la comprensión del lector. En cada unidad didáctica, se expone el nombre de la U.D., el número de la sesión, la asignatura, el curso, las sesiones que conlleva, la temporalización, el trimestre en el que se ejecutará, una breve descripción, los recursos que se van a usar, las competencias a trabajar, los objetivos de etapa, los objetivos generales, los contenidos, los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje.

Para seleccionar los objetivos, los contenidos, los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje, se ha usado el Real Decreto 126/2014 y el Decreto 89/2014 de la comunidad de Madrid.

A continuación, se van a exponer también los criterios de temporalización de las unidades didácticas a lo largo del curso académico. Esta temporalización se lleva a cabo mediante el calendario escolar 2021/2022 de la comunidad de Madrid, para el curso de cuarto de primaria en la asignatura de educación física.

Posteriormente, se hablará de los elementos transversales, los cuales es necesario que sean trabajados durante el curso académico en la asignatura de Educación Física. Los elementos transversales potencian el desarrollo de la persona, tanto en los hábitos sociales como individuales. Se trabajarán durante todas las unidades didácticas, ya que fomentar estos aspectos en el crecimiento de los alumnos es un aspecto fundamental de su formación. Serán expuestos tras los criterios de temporalización.

---

## 6.1 Criterios de temporalización

La programación didáctica contiene quince unidades didácticas. Estas han sido distribuidas durante el curso académico, siguiendo el calendario escolar de la Comunidad de Madrid para el curso 2021/2022. Las unidades didácticas se han distribuido de una forma específica, siguiendo unos criterios de temporalización. Los criterios de temporalización que se han seguido, han dependido de los contenidos que se querían trabajar en cada momento del curso, de las festividades en el curso escolar y los días significativos.

Observando el primer trimestre, se puede ver que encontramos seis unidades didácticas. En las dos primeras unidades didácticas se pretendía que los alumnos se conociesen entre sí y perdiesen la vergüenza inicial del curso. En la tercera unidad didáctica se pretende que jueguen en equipo, un deporte basado en el respeto y los valores. Este deporte se aplicará posteriormente en otra unidad didáctica. La cuarta unidad didáctica pretendía que los alumnos valorasen el esfuerzo y el sacrificio, necesario durante todo el curso. En la quinta unidad didáctica queríamos fomentar la confianza entre ellos. Y la sexta, aprovechamos el día de la discapacidad, el 3 de diciembre, para que sepan cómo se sienten las personas con discapacidad y cómo les influye a la hora de realizar actividad física.

El segundo trimestre consta de cinco unidades didácticas. Con la primera unidad didáctica realizamos una gamificación para motivar al alumnado en la vuelta de las vacaciones y fomentar el trabajo en equipo como clase. La segunda unidad didáctica trabajaremos la autonomía del alumno, la cual, a medida que avanza el curso, cada vez debe ser mayor. La tercera unidad didáctica pretende concienciar al alumno sobre el ecosistema, la actividad física y los deportes en el medio natural. La cuarta unidad didáctica coincide con el día de Roma, el 21 de marzo, y pretendemos trabajar transversalmente con otras asignaturas del currículo. La quinta y última unidad didáctica está situada antes de la semana santa. La intención es enseñarles un nuevo deporte lúdico, que puedan practicar o jugar durante las vacaciones, dejando un buen sabor de boca al finalizar el segundo trimestre tras haber realizado un buen trabajo.

El tercer trimestre, al ser el más corto, constará de cuatro unidades didácticas. Con la primera, nuestra intención es volver a fomentar el trabajo cooperativo tras un periodo de vacaciones, donde todos trabajan de forma conjunta por un objetivo común. Con la segunda unidad didáctica pretendemos que adquieran un grado elevado de autonomía y trabajen de forma individual y responsable. Con la tercera unidad didáctica pretendemos que los alumnos sean conscientes de la importancia del reciclaje y del cuidado del medio ambiente. Para ello, coincidiendo con el día del reciclaje, el 17 de mayo, realizaremos esta unidad didáctica. Con la última unidad didáctica, pretendemos enseñar a nuestros alumnos algunos deportes y juegos alternativos para que puedan practicarlos y disfrutar de ellos durante el verano.

A continuación, se presenta la temporalización de la programación didáctica con las 15 unidades didácticas situadas en el calendario escolar. Según la temporalización propuesta, encontramos 15 unidades didácticas repartidas en 72 sesiones de clase.

<b>Leyenda</b>		
<b>Número U.D.</b>	<b>Nombre de la Unidad Didáctica</b>	<b>Sesiones</b>
1	Iniciando con buen pie	2
2	Viajando por el mundo	6
3	Iniciación al Tchouckball	7
4	Camino de Santiago (resistencia)	3
5	Acrosport	5
6	Jugando como ellos (3 de diciembre)	5
7	Visitando Hogwharts	7
8	Salta conmigo, digo salta	5
9	Escalando el Everest	6
10	Alea iacta est (Romanos) 21 de marzo	3
11	Frisbee	5
12	Hormigas cooperativas	3
13	Academia Jedi	5
14	Juguete reciclado (17 de mayo)	4
15	Juegos alternativos	6

Septiembre 2021						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		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						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
				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						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
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						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		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
28	29	29	30	31		

Enero 2022						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Febrero 2022						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	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						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	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						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
				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						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						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						
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		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
28	29	29	30			

---

## 6.2 Elementos transversales

Los elementos transversales seleccionados han sido escogidos del Real Decreto 28/2014 del 18 de febrero. Aparecen expuestos en el artículo 10. Estos elementos se trabajarán a lo largo del curso en la asignatura de Educación Física. Sin embargo deben ser abordados también en el resto de asignaturas.

En el primer apartado se establecen una serie de elementos que se deben trabajar en todas las asignaturas. Estos son la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las Tecnologías de la Información y la Comunicación, el emprendimiento y la educación cívica y constitucional. Dichos elementos se desglosan y especifican en los siguientes apartados.

En esta programación de Educación Física, la expresión oral se aborda en todas las sesiones ya que se deben comunicar con sus compañeros constantemente. La expresión escrita la trabajaremos cuando los alumnos tengan que evaluarse entre ellos, expresándose correctamente y justificando sus calificaciones. Las TIC nos ocuparán algunas sesiones específicas, donde tengan que buscar o ampliar información. El emprendimiento se fomentará mediante actividades donde los alumnos tengan que llevar la iniciativa y control de la actividad, donde la toma de decisiones tendrá gran importancia. Por último la educación cívica se fomentará mediante el respeto y apoyo hacia sus compañeros y al seguimiento de las reglas.

Los valores jugarán un papel fundamental durante el desarrollo de todas las unidades didácticas, fomentando valores ejemplares en el deporte mediante el respeto y el compañerismo. Es muy importante trabajar la resolución de problemas en cada actividad competitiva, donde los alumnos deben resolver las discusiones mediante el diálogo y no la violencia. Los hábitos saludables van integrados automáticamente en la asignatura, donde se dará una visión de lo que es una dieta equilibrada y un estilo de vida saludable en contacto con la actividad física diaria.

A continuación se presentan las 15 U.D propuestas para desarrollar durante el curso escolar en la asignatura de Educación Física en el curso 4º de Educación Primaria.

### 6.3 Unidades didácticas

Nombre: Iniciando con buen pie			Numero de Unidad Didáctica: 1				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	2	7 Sep. 2021 - 10 Sep. 2021	1			
Descripción							
<p>En esta unidad didáctica vamos a tratar de introducir la asignatura a los alumnos en dos sesiones. Para ello, en la primera sesión, les mostraremos y explicaremos lo que vamos a trabajar durante el curso, al igual de cómo se va a realizar la evaluación. También les realizaremos un pequeño cuestionario antes de finalizar la sesión, para conocer su punto de partida de cara a la actividad física y sus experiencias previas en esta asignatura. El segundo día, individualmente, deben terminar de responder el cuestionario los que no lo hayan terminado y escoger un deporte que les guste o con el que tengan alguna relación. Deben realizar una pequeña presentación de Power Point sobre ese deporte. El Power Point nos lo entregarán los alumnos en el correo una vez se haya finalizado la segunda sesión.</p>							
Recursos							
<p><u>Metodología:</u> Modificación del mando directo.  <u>Instalación:</u> Aula ordinaria o clase de informática.  <u>Material:</u> Ordenadores o tablets que proporcione el centro.</p>							
Competencias							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
Objetivos							
Objetivos de etapa							
a	b	c	d	i	j	k	m
Objetivos generales							
<p>10. Utilizar las nuevas tecnologías como recurso para la búsqueda de información del alumnado sobre intereses personales en el ámbito de la educación física.</p>							

## Contenidos

El deporte y las nuevas tecnologías.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p>	<p>12.1. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.</p> <p>12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.</p> <p>12.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.</p>

Nombre: Viajando por el mundo			Numero de Unidad Didáctica: 2				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	6	14 Sep. 2021 - 1 Oct. 2021	1			
Descripción							
<p>En esta unidad didáctica vamos a llevar a nuestros alumnos en un viaje por el mundo, pasando por los seis continentes: Africa, Europa, Asia, America, Oceanía y la Antártida. Cada continente será una sesión. El profesor realiza la función de “speaker” de forma, que cuando él diga algo del viaje, los alumnos deben representarlo con su propio cuerpo. Un ejemplo de esto sería que, si vamos a África y estamos en un safari, vemos elefantes, y entonces todos los alumnos tienen que convertirse en elefantes. Otro ejemplo podría ser que vemos monos, y entonces los alumnos se suben a las espalderas, o que en la Antártida hace mucho frio y entonces los alumnos se ponen sus abrigos. Con esta unidad didáctica, queremos eliminar la vergüenza de los alumnos y fomentar su expresión corporal. También nos va a servir para conocer el punto de partida de muchos alumnos en cuanto a sus habilidades motrices básicas. Además, favorecemos el trabajo transversal con otras asignaturas, al poder trabajar por ejemplo el apartado de geografía de la asignatura de ciencias sociales o los animales de la asignatura de ciencias de la naturaleza</p>							
Recursos							
<p><u>Metodología:</u> Estilo creativo.  <u>Instalación:</u> Gimnasio.  <u>Material:</u> Mapa de los continentes con dibujos de los animales que vamos a ver en cada uno de ellos, espalderas, colchonetas y lo que el profesor elija para representar la sesión.</p>							
Competencias							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
Objetivos							
Objetivos de etapa							
a	b	c	d	i	j	k	m
Objetivos generales							
<p>4. Conocer el cuerpo humano, tanto como herramienta para la realización de actividad física, como herramienta de expresión al mundo exterior.</p> <p>7. Reconocer los espacios y las acciones que pueden comprometer la integridad física del individuo, siendo propensas a generar una lesión o un daño físico.</p> <p>14. Aplicar los conocimientos de otras áreas en la asignatura de educación física y viceversa, siendo conscientes del aprendizaje transversal.</p>							

## Contenidos

Desarrollo de habilidades motrices (desplazamiento, salto, manipulación de objetos, giro...). Realización correcta de los gestos y mantenimiento del equilibrio. Adaptación del movimiento a distintos entornos.

Desarrollo de las habilidades corporales artístico-expresivas en forma individual o en grupo. La danza.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio- temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio- temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.2. Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos y ajustando su realización a los parámetros espacio- temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.</p>
<p>2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.</p>	<p>2.1. Representa personajes, situaciones, ideas y sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.</p> <p>2.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.</p>

Nombre: Iniciación al Tchoukball			Numero de Unidad Didáctica: 3				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	7	5 Oct. 2021 - 29 Oct. 2021	1			
<b>Descripción</b>							
<p>En esta unidad didáctica vamos a introducir a los alumnos de una forma lúdica al deporte del tchoukball. Su creador, Hermann Brand (1970), opina que “el objetivo de la actividad física no es ser campeones, sino contribuir a la construcción de una sociedad armoniosa”. Creo que es un mensaje muy positivo que debemos transmitir a nuestros alumnos desde las primeras semanas de clase. Cabe destacar también que la UNESCO lo clasificó como el “deporte de la paz”. Por ello, creo que es muy positivo trabajar este deporte y los valores que transmite este deporte desde una etapa temprana. Se trata de un deporte alternativo de equipo basado en los lanzamientos y recepciones.</p>							
<b>Recursos</b>							
<p><u>Metodología:</u> Modelo comprensivo.  <u>Instalación:</u> Pista de baloncesto en el polideportivo.  <u>Material:</u> Balones de tchoukball, porterías de tchoukball, conos, setas, silbato y petos.</p>							
<b>Competencias</b>							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
<b>Objetivos</b>							
<b>Objetivos de etapa</b>							
a	b	c	d	i	j	k	m
<b>Objetivos generales</b>							
<p>6. Reconocer los conflictos en la práctica deportiva, resolviéndolos mediante el dialogo y presentando una actitud crítica ante ellos.</p> <p>9. Aplicar las reglas y normas en un juego o deporte, mediante un contexto reglado, respetando y cumpliendo las normas a la hora de practicar actividad física, incluso cuando no haya un responsable, juez o árbitro delante.</p> <p>11. Aprender juegos y deportes alternativos, conociendo las diferencias respecto a los deportes que están acostumbrados a ver, jugar y consumir, para después poder practicarlos en su ocio y tiempo libre.</p> <p>12. Desarrollar unos hábitos de higiene personal, alimentación responsable y cuidado del cuerpo antes, durante y tras la práctica deportiva.</p>							

## Contenidos

Iniciación a las tácticas de defensa y ataque en los juegos.

Valores del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.

Los valores de la competición. El juego limpio. El respeto a las reglas. El afán de superación.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p> <p>3.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.</p>
<p>9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.</p>	<p>9.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.</p> <p>9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</p> <p>9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.</p>
<p>13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo</p>	<p>13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.</p> <p>13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.</p> <p>13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.</p> <p>13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p>

Nombre: Camino de Santiago			Numero de Unidad Didáctica: 4				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	3	2 Nov. 2021 - 12 Nov. 2021	1			
Descripción							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar con nuestros alumnos la importancia del esfuerzo y la constancia durante 4 sesiones. Para ello, vamos a simular que deben realizar un recorrido del camino de Santiago. Aprovechando que nos encontramos en Madrid, realizaremos la ruta de Madrid, la cual tiene una distancia de unos 600km. Cada alumno, debe dar vueltas a la pista exterior de futbol durante 6 minutos. Cada vuelta simulará como si hubiesen hecho 1km del camino. Entre todos los alumnos, deben intentar dar las 600 vueltas en 4 días que simularían los 600km, donde habrían llegado a Santiago y les entregaríamos el diploma de peregrino. Se colocarán por parejas tomando datos de su compañero para luego analizarlos. Estos datos serán cuantas vueltas han dado en que minuto o la frecuencia cardiaca por ejemplo. Deben tener en cuenta las posibilidades de cada uno, y que se trata de un trabajo en conjunto. Esto significa, que igual hay alumnos que dan más vueltas que otros. Sin embargo, lo importante es que, durante esos 6 minutos, ninguno se pare y siga corriendo para conseguir el objetivo común.</p>							
Recursos							
<p><u>Metodología:</u> Enseñanza recíproca.  <u>Instalación:</u> Pistas exteriores.  <u>Material:</u> Hoja de ruta que llevarán por parejas. Mientras uno corre, el otro cuenta las vueltas para así observar su progresión y saber cuántas vueltas da.</p>							
Competencias							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
Objetivos							
Objetivos de etapa							
a	b	c	d	i	j	k	m
Objetivos generales							
<p>1. Conocer las capacidades físicas básicas, saber aplicarlas e identificarlas, conocer los beneficios de su desarrollo y entreno para mejorarlas y aumentar el rendimiento del individuo en la práctica deportiva.</p> <p>5. Poseer autonomía y capacidad de superación, en las actividades que conlleva una practica individual y repetitiva para su mejora.</p> <p>10. Utilizar las nuevas tecnologías como recurso para la búsqueda de información del alumnado sobre intereses personales en el ámbito de la educación física.</p>							

## Contenidos

Dosificación del esfuerzo. Mejora del nivel de las capacidades físicas.

Valoración del esfuerzo para superar las dificultades y desarrollar las capacidades físicas propias. Respeto a la diversidad de capacidades físicas de los demás.

El deporte y las nuevas tecnologías.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.</p>	<p>6.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.</p> <p>6.2. Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.</p> <p>6.3. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.</p> <p>6.4. Identifica su nivel comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas con los valores correspondientes a su edad.</p>
<p>7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p>	<p>7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños de la clase.</p> <p>7.2. Toma conciencia de las exigencias y valora el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.</p>
<p>12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p>	<p>12.1. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.</p> <p>12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.</p>

Nombre: Acrosport			Numero de Unidad Didáctica: 5				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	5	16 Nov. 2021 - 30 Nov. 2021	1			
<b>Descripción</b>							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar con nuestros alumnos las figuras del acrosport acompañadas de una coreografía. El primer y el segundo día, les entregaremos una ficha con varias figuras. Ellos deben seleccionar las 3 que prefieran por nivel y realizarlas. Cuando realicen las 3 figuras podrán pasar al siguiente nivel. El primer día, tendrán del nivel 1 al 3, donde el nivel uno serán figuras de acrosport por parejas, el nivel 2 por tríos y el nivel 3 por cuartetos. El segundo día, empezarán por el nivel 4 que serán por quintetos, el nivel 5 que serán sextetos y el nivel 6 y último nivel que serán de 7 o más personas. Los alumnos escogerán las figuras que quieren realizar acorde a sus capacidades. El profesor revisará la ejecución. Los dos siguientes días, el tercero y el cuarto, en grupos de 5 alumnos, deben realizar una coreografía con música donde integren figuras de acrosport. La coreografía debe durar lo que dure aproximadamente la canción, seleccionando canciones entre 3 y 4 minutos. El quinto día, presentarán la coreografía al profesor y al resto de sus compañeros.</p>							
<b>Recursos</b>							
<p><u>Metodología:</u> Estilo socializador.  <u>Instalación:</u> Polideportivo interior.  <u>Material:</u> Colchonetas y fichas con las figuras de acrosport.</p>							
<b>Competencias</b>							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
<b>Objetivos</b>							
<b>Objetivos de etapa</b>							
a	b	c	d	i	j	k	m
<b>Objetivos generales</b>							
<p>3. Apoyar y ayudar a los compañeros con más dificultades en el área de la educación física, respetando sus diferencias.</p> <p>4. Conocer el cuerpo humano, tanto como herramienta para la realización de actividad física, como herramienta de expresión al mundo exterior.</p> <p>7. Reconocer los espacios y las acciones que pueden comprometer la integridad física del individuo, siendo propensas a generar una lesión o un daño físico.</p>							

## Contenidos

Desarrollo de habilidades motrices (desplazamiento, salto, manipulación de objetos, giro...). Realización correcta de los gestos y mantenimiento del equilibrio. Adaptación del movimiento a distintos entornos.

Desarrollo de las habilidades corporales artístico-expresivas en forma individual o en grupo. La danza.

Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva. Primeros auxilios.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio- temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio- temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.</p> <p>1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.</p>
<p>2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.</p>	<p>2.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.</p> <p>2.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.</p>
<p>11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.</p>	<p>11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.</p>

Nombre: Jugando como ellos			Numero de Unidad Didáctica: 6				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	5	3 Dic. 2021 - 27 Dic. 2021	1			
Descripción							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar con nuestros alumnos algunos de los deportes para personas con discapacidad. Veremos en cada sesión un deporte distinto, para que los alumnos vean cómo se sienten las personas con discapacidad. Para ello, el primer día jugaremos al goalball. El segundo día realizaremos carreras con guías, poniéndonos por parejas y uno de ellos llevará antifaces. El tercer día jugaremos al baloncesto en silla de ruedas. El cuarto día jugaremos al ping pong en silla de ruedas. Y el quinto y último día jugaremos al voleibol sentados. Con estos deportes, se pretende que los alumnos tengan un mayor conocimiento del deporte para personas con discapacidad. Se aprovechará el día de las personas con discapacidad, el 3 de diciembre, para iniciar esta unidad didáctica, la cual finalizaremos a la llegada de las vacaciones de navidad.</p>							
Recursos							
<p><u>Metodología:</u> Modelo comprensivo.  <u>Instalación:</u> Polideportivo interior.  <u>Material:</u> Silla de ruedas, mesas de ping pong, pelota y portería de goalball, canastas de baloncesto, conos, setas, red de voleibol ajustable y cuerda de unión en atletismo para guías.</p>							
Competencias							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
Objetivos							
Objetivos de etapa							
a	b	c	d	i	j	k	m
Objetivos generales							
<p>3. Apoyar y ayudar a los compañeros con más dificultades en el área de la educación física, respetando sus diferencias.</p> <p>4. Conocer el cuerpo humano, tanto como herramienta para la realización de actividad física, como herramienta de expresión al mundo exterior.</p> <p>7. Reconocer los espacios y las acciones que pueden comprometer la integridad física del individuo, siendo propensas a generar una lesión o un daño físico.</p> <p>12. Desarrollar unos hábitos de higiene personal, alimentación responsable y cuidado del cuerpo antes, durante y tras la práctica deportiva.</p>							

## Contenidos

Valoración del esfuerzo para superar las dificultades y desarrollar las capacidades físicas propias. Respeto a la diversidad de capacidades físicas de los demás.

Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva. Primeros auxilios.

Los valores de la competición. El juego limpio. El respeto a las reglas. El afán de superación.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p>	<p>7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños de la clase.</p> <p>7.2. Toma conciencia de las exigencias y valora el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.</p>
<p>11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.</p>	<p>11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.</p>
<p>13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>	<p>13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.</p> <p>13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.</p> <p>13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.</p> <p>13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p>

Nombre: Visitando Hogwarts			Numero de Unidad Didáctica: 7				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	7	11 Ene. 2022 - 1 Feb. 2022	2			
<b>Descripción</b>							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar la gamificación con nuestros alumnos. Para ello, vamos a realizar una inmersión en el mundo de Harry Potter. Queremos simular que nos encontramos en el colegio de magia y hechicería de Hogwarts. Para ello, los alumnos, deben superar varias pruebas y actividades, hasta acabar jugando al juego oficial del mundo de Harry Potter, el quidditch. Este, será una adaptación al juego ya realizado en el primer trimestre del tchoukball. Por ello, tiene una importancia fundamental trabajar también este deporte en el primer trimestre. Se realiza esta adaptación para minimizar los riesgos lesivos con alumnos de 4º de primaria, donde queremos que el contacto entre ellos, sea menor para así evitar incidentes. La unidad didáctica constará de una progresión de siete sesiones donde los alumnos deberán desempeñar tareas muy diferentes entre sí para acabar jugando en la última sesión al quidditch.</p>							
<b>Recursos</b>							
<p><u>Metodología:</u> Gamificación.  <u>Instalación:</u> Polideportivo y pistas exteriores.  <u>Material:</u> Tablero de baloncesto, aros, petos, conos, balones de tchoukball, picas.</p>							
<b>Competencias</b>							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
<b>Objetivos</b>							
<b>Objetivos de etapa</b>							
a	b	c	d	i	j	k	m
<b>Objetivos generales</b>							
<p>6. Reconocer los conflictos en la práctica deportiva, resolviéndolos mediante el dialogo y presentando una actitud crítica ante ellos.</p> <p>8. Reconocer el objetivo principal en la práctica deportiva de una determinada actividad, y focalizarse en alcanzar ese objetivo para obtener un resultado satisfactorio.</p> <p>9. Aplicar las reglas y normas en un juego o deporte, mediante un contexto reglado, respetando y cumpliendo las normas a la hora de practicar actividad física, incluso cuando no haya un responsable, juez o árbitro delante.</p>							

## Contenidos

Iniciación a las tácticas de defensa y ataque en los juegos.

Valores del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.

Los valores de la competición. El juego limpio. El respeto a las reglas. El afán de superación.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p> <p>3.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.</p>
<p>9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.</p>	<p>9.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.</p> <p>9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</p> <p>9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.</p>
<p>13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>	<p>13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.</p> <p>13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.</p> <p>13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p>

Nombre: Salta conmigo, digo salta			Numero de Unidad Didáctica: 8				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	5	4 Feb. 2022 - 18 Feb. 2022	2			
Descripción							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar el salto con nuestros alumnos. Pero esta vez será con una comba. La dinámica de esta unidad didáctica será muy parecida a la anterior. El primer y el segundo día, entrenarán tanto resistencia como velocidad. En velocidad, deben dar el máximo de saltos posibles en 20 segundos y en resistencia deben aguantar el máximo tiempo posible sin parar de saltar. El tercer y el cuarto día, realizarán una fusión, en la que deberán de mezclar 3 saludos distintos a los trabajados en los días previos. Los 3 saltos distintos serán a su libre elección. Estos pueden ser por ejemplo, a la pata coja, cruzando los brazos o uniendo los bordes y hacerlo como en el juego del reloj. Es importante, que puedan realizar al menos 5 saltos de cada ejercicio de fusión seleccionado. Lo seleccionarán acorde a su dificultad y gusto. El primer y el tercer día será para practicar. El segundo y el cuarto será de evaluación. Sin embargo, en esta unidad didáctica, mientras el profesor evalúa, lo alumnos pueden seguir practicando hasta que les toque realizar la prueba. Tendrán tres intentos cada alumno para conseguir la puntuación máxima de cada prueba.</p>							
Recursos							
<p><u>Metodología:</u> Enseñanza programada.  <u>Instalación:</u> Preferiblemente el polideportivo para evitar así los factores externos medioambientales. Sino en cualquiera de los patios exteriores.  <u>Material:</u> Comba y conos para señalar la zona de seguridad.</p>							
Competencias							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
Objetivos							
Objetivos de etapa							
a	b	c	d	i	j	k	m
Objetivos generales							
<p>1. Conocer las capacidades físicas básicas, saber aplicarlas e identificarlas, conocer los beneficios de su desarrollo y entreno para mejorarlas y aumentar el rendimiento del individuo en la práctica deportiva.</p> <p>2. Desarrollar y mejorar en las habilidades motrices básicas, adaptándolas a las exigencias del contexto deportivo.</p> <p>5. Poseer autonomía y capacidad de superación, en las actividades que conlleva una practica individual y repetitiva para su mejora.</p>							



Nombre: Escalando el Everest			Numero de Unidad Didáctica: 9				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	6	22 Feb. 2022 - 11 Mar. 2022	2			
Descripción							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar la actividad física en el medio natural. Para ello, simularemos a los alumnos como si quisiésemos escalar el Everest. Para ello, deberemos pasar por 6 pruebas distintas hasta llegar a la cima. Cada prueba será una sesión. En la primera sesión realizaremos escalada en boulder. En la segunda sesión, realizaremos espeleología. En la tercera sesión, haremos rapel. En la cuarta sesión veremos la vía ferrata y trabajaremos el puente tibetano. En la quinta sesión haremos una sesión sobre la técnica de yumareo con crol y puño. Por último, en la sexta sesión haremos escalada deportiva. En todas las sesiones les aportaremos a los alumnos el material necesario, a parte de servirles como apoyo y guía durante las mismas. Deben tener en cuenta que en este tipo de actividades la seguridad es primordial, y que deben dominar los materiales para asegurar correctamente a sus compañeros y evitar lesiones.</p>							
Recursos							
<p><u>Metodología:</u> Descubrimiento guiado.  <u>Instalación:</u> Polideportivo, rocódromo, bosque con inclinación.  <u>Material:</u> Cuerdas escalada, cordinos, cabos de anclaje, mosquetones, arneses, cascos, ochos, cintas expres, grigris y disipadores.</p>							
Competencias							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
Objetivos							
Objetivos de etapa							
a	b	c	d	i	j	k	m
Objetivos generales							
<p>3. Apoyar y ayudar a los compañeros con más dificultades en el área de la educación física, respetando sus diferencias.</p> <p>7. Reconocer los espacios y las acciones que pueden comprometer la integridad física del individuo, siendo propensas a generar una lesión o un daño físico.</p> <p>12. Desarrollar unos hábitos de higiene personal, alimentación responsable y cuidado del cuerpo antes, durante y tras la práctica deportiva.</p> <p>13. Cuidar y conocer la importancia del medio natural y su conservación durante el desarrollo de actividades físicas.</p>							

## Contenidos

Desarrollo de habilidades motrices (desplazamiento, salto, manipulación de objetos, giro...). Realización correcta de los gestos y mantenimiento del equilibrio. Adaptación del movimiento a distintos entornos.

Valores del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.

Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva. Primeros auxilios.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio- temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio- temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.</p> <p>1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.</p>
<p>10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.</p>	<p>10.1. Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.</p> <p>10.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.</p>
<p>11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.</p>	<p>11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.</p>

Nombre: Alea iacta est			Numero de Unidad Didáctica: 10				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	3	15 Mar. 2022 - 22 Mar. 2022	2			
Descripción							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar distintos aspectos desde la perspectiva de los romanos. Aprovecharemos que el 21 de marzo es el día de Roma, para introducirles en el mundo de los romanos, una de las primeras generaciones de la historia en introducir espectáculos deportivos en la sociedad. De esta forma trabajamos también de forma transversal. Para ello, dividiremos la unidad didáctica en 3 sesiones. En la primera sesión, simularemos las cuadrigas de caballos en el hipódromo romano. Para ello, uniremos a los alumnos con aros y estos, tendrán un jinete que les deberá de llevar por el recorrido. En la segunda sesión, simularemos el acueducto, donde con dos cuerdas, deben transportar distintos balones de un compañero hasta el otro. Les entregaremos cuerdas largas de comba para ello. Si no mantienen la tensión y abren o cierran mucho las cuerdas, los balones se les caerán. Y en la tercera sesión, hablaremos de los gladiadores y les enseñaremos unas técnicas básicas de karate de defensa personal. Solo serán técnicas de defensa y reducción del individuo, nunca de ataque.</p>							
Recursos							
<p><u>Metodología:</u> Modificación del mando directo.  <u>Instalación:</u> Polideportivo.  <u>Material:</u> Colchonetas, aros, bancos, cuerdas y distintos balones.</p>							
Competencias							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
Objetivos							
Objetivos de etapa							
a	b	c	d	i	j	k	m
Objetivos generales							
<p>2. Desarrollar y mejorar en las habilidades motrices básicas, adaptándolas a las exigencias del contexto deportivo.</p> <p>8. Reconocer el objetivo principal en la práctica deportiva de una determinada actividad, y focalizarse en alcanzar ese objetivo para obtener un resultado satisfactorio.</p> <p>14. Aplicar los conocimientos de otras áreas en la asignatura de educación física y viceversa, siendo conscientes del aprendizaje transversal.</p>							

## Contenidos

Desarrollo de habilidades motrices (desplazamiento, salto, manipulación de objetos, giro...). Realización correcta de los gestos y mantenimiento del equilibrio. Adaptación del movimiento a distintos entornos.

Relación de la Educación Física con otras áreas del currículo.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio- temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio- temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.3. Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etcétera) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico- deportivas y artístico-expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p> <p>1.4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos y ajustando su realización a los parámetros espacio- temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p>
<p>4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.</p>	<p>4.1. Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.</p> <p>4.2. Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.</p> <p>4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.</p>

Nombre: Frisbee			Numero de Unidad Didáctica: 11				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	5	25 Mar. 2022 - 8 Abr. 2022	2			
<b>Descripción</b>							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar con nuestros alumnos el deporte del frisbee. Vamos a trabajar este deporte, ya que se trata de un deporte de equipo con reglas simples que trabaja varias habilidades motrices simultáneamente. Es fundamental el saber desmarcarse correctamente y una comunicación óptima. Además, las transiciones de ataque a defensa se realizan de forma automática. Es un deporte, al que los alumnos no están acostumbrados, ni a practicar ni a consumir televisivamente. Otro punto a favor es que proporciona otro tipo de agarre ya que el móvil no es una pelota esférica como en la mayoría de los deportes de equipo, sino que esta vez se trata de un disco. Esto hará que se tengan que adaptar y amoldar a esta circunstancia, desconocida para la mayoría de ellos.</p>							
<b>Recursos</b>							
<p><u>Metodología:</u> Modelo comprensivo.  <u>Instalación:</u> Campo de futbol exterior.  <u>Material:</u> Disco de frisbee, petos, conos, setas.</p>							
<b>Competencias</b>							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
<b>Objetivos</b>							
<b>Objetivos de etapa</b>							
a	b	c	d	i	j	k	m
<b>Objetivos generales</b>							
<p>6. Reconocer los conflictos en la práctica deportiva, resolviéndolos mediante el dialogo y presentando una actitud crítica ante ellos.</p> <p>9. Aplicar las reglas y normas en un juego o deporte, mediante un contexto reglado, respetando y cumpliendo las normas a la hora de practicar actividad física, incluso cuando no haya un responsable, juez o árbitro delante.</p> <p>11. Aprender juegos y deportes alternativos, conociendo las diferencias respecto a los deportes que están acostumbrados a ver, jugar y consumir, para después poder practicarlos en su ocio y tiempo libre.</p> <p>12. Desarrollar unos hábitos de higiene personal, alimentación responsable y cuidado del cuerpo antes, durante y tras la práctica deportiva.</p>							

## Contenidos

Iniciación a las tácticas de defensa y ataque en los juegos.

Conocimiento de distintos juegos y actividades físico-deportivas.

Valores del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p> <p>3.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.</p>
<p>8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.</p>	<p>8.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.</p> <p>8.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.</p>
<p>9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.</p>	<p>9.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.</p> <p>9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</p> <p>9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.</p>

Nombre: Hormigas cooperativas			Numero de Unidad Didáctica: 12				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	3	19 Mar. 2022 - 26 Abr. 2022	3			
<b>Descripción</b>							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar el trabajo cooperativo y en equipo. Para ello, les propondremos a nuestros alumnos distintos retos que deben de cumplir. Una vez hayan superado un reto podrán pasar al segundo. Hasta que no lo hayan logrado, no podrán pasar al siguiente reto. Los retos tendrán que ver con aspectos que involucran a toda la clase y con distintas colchonetas. Un ejemplo de un reto sería llevar una colchoneta, de un área del campo de fútbol sala, al otro área sin poder usar las manos y sin que la colchoneta toque el suelo fuera de las áreas. El docente irá incrementando el nivel según las capacidades del alumnado. Se debe realizar una reflexión cada vez que se supere una prueba para que los alumnos interioricen la actividad y comprendan la importancia de la comunicación y el trabajo en equipo. Hasta que los alumnos no superan una prueba no se pasa a la siguiente. Sin embargo, el profesor puede dar consejos a los alumnos si ve que la prueba no va a poder ser superada por los alumnos. Los alumnos deben ser también conscientes del peso de cada colchoneta y las lesiones que pueden suponer una mala gestión de la carga por su parte. En este aspecto, el docente estará muy atento.</p>							
<b>Recursos</b>							
<p><u>Metodología:</u> Resolución de problemas.  <u>Instalación:</u> Polideportivo.  <u>Material:</u> Colchonetas pesadas y ligeras.</p>							
<b>Competencias</b>							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
<b>Objetivos</b>							
<b>Objetivos de etapa</b>							
a	b	c	d	i	j	k	m
<b>Objetivos generales</b>							
<p>3. Apoyar y ayudar a los compañeros con más dificultades en el área de la educación física, respetando sus diferencias.</p> <p>7. Reconocer los espacios y las acciones que pueden comprometer la integridad física del individuo, siendo propensas a generar una lesión o un daño físico.</p> <p>8. Reconocer el objetivo principal en la práctica deportiva de una determinada actividad, y focalizarse en alcanzar ese objetivo para obtener un resultado satisfactorio.</p>							

## Contenidos

Desarrollo de habilidades motrices (desplazamiento, salto, manipulación de objetos, giro...). Realización correcta de los gestos y mantenimiento del equilibrio. Adaptación del movimiento a distintos entornos.

Valoración del esfuerzo para superar las dificultades y desarrollar las capacidades físicas propias. Respeto a la diversidad de capacidades físicas de los demás.

Valores del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.

Prevención de riesgos y seguridad en el ejercicio físico y en la práctica deportiva. Primeros auxilios.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio- temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.	1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.
7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.	7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños de la clase.  7.2. Toma conciencia de las exigencias y valora el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.	9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.  9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.
11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.	11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.

Nombre: Academia Jedi			Numero de Unidad Didáctica: 13				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	5	29 Abr. 2022 - 13 May. 2022	3			
Descripción							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar el equilibrio con nuestros alumnos. Pero esta vez será con la pica. Aprovechando el famoso dicho “May the 4th be with you” (4 mayo) referido a la saga de la guerra de las galaxias, guiaremos toda la U.D hacia este contexto simulando que la pica son espadas láser. El primer y el segundo día, la pica debe ser colocada en la palma de la mano, con esta extendida y conseguir aguantar en equilibrio un mínimo de 15 segundos y un máximo de 1 minuto. Deben también conseguir realizarlo con la yema de los dedos también. Pueden seleccionar si prefieren con 2 o 3 dedos. El tercer y el cuarto día, realizarán una fusión, en la que deberán mantener la pica en equilibrio mientras hacen 3 movimientos a su libre elección. Estos pueden ser por ejemplo, sentarse, hacerlo a la pata coja o de rodillas, siempre y cuando, la pica no se les caiga durante la realización del movimiento. El primer y el tercer día será para practicar. El segundo y el cuarto será de evaluación. Sin embargo, en esta unidad didáctica, mientras el profesor evalúa, lo alumnos pueden seguir practicando hasta que les toque realizar la prueba. Tendrán tres intentos cada alumno para conseguir la puntuación máxima de cada prueba.</p>							
Recursos							
<p><u>Metodología:</u> Enseñanza programada.  <u>Instalación:</u> Preferiblemente el polideportivo para evitar así los factores externos medioambientales. Sino en cualquiera de los patios exteriores.  <u>Material:</u> Pica y conos para señalar la zona de seguridad</p>							
Competencias							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
Objetivos							
Objetivos de etapa							
a	b	c	d	i	j	k	m
Objetivos generales							
<p>2. Desarrollar y mejorar en las habilidades motrices básicas, adaptándolas a las exigencias del contexto deportivo.</p> <p>4. Conocer el cuerpo humano, tanto como herramienta para la realización de actividad física, como herramienta de expresión al mundo exterior.</p> <p>5. Poseer autonomía y capacidad de superación, en las actividades que conlleva una practica individual y repetitiva para su mejora.</p>							

## Contenidos

Desarrollo de habilidades motrices (desplazamiento, salto, manipulación de objetos, giro...). Realización correcta de los gestos y mantenimiento del equilibrio. Adaptación del movimiento a distintos entornos.

Dosificación del esfuerzo. Mejora del nivel de las capacidades físicas.

Valoración del esfuerzo para superar las dificultades y desarrollar las capacidades físicas propias. Respeto a la diversidad de capacidades físicas de los demás.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio- temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio- temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.3. Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etcétera) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p> <p>1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.</p>
<p>6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.</p>	<p>6.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.</p> <p>6.3. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.</p>
<p>7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p>	<p>7.1. Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños de la clase.</p> <p>7.2. Toma conciencia de las exigencias y valora el esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.</p>

Nombre: Juguete reciclado			Numero de Unidad Didáctica: 14		
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre	
Educación Física	4º	6	17 May. 2022 - 27 May. 2022	3	
<b>Descripción</b>					
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar la importancia del reciclaje y la preservación del medio ambiente en nuestra sociedad. Para ello, vamos a crear varios juguetes reciclados que tienen que ver con la actividad física. Luego, los pondremos a prueba y jugarán con ellos. Se desarrollará en estas fechas, aprovechando que el día mundial del reciclaje es el 17 de mayo y se encuentra justo a la mitad de nuestra unidad didáctica. El principal juguete que vamos a crear van a ser unas palas. Para ello, vamos a coger un cartón con buena consistencia y lo van a recortar con la forma de su mano, como si fuese una raqueta. Después, al trozo de cartón le vamos a añadir unas gomas para que se pueda meter la mano. De esta forma, nuestros alumnos tendrán sus propias palas y podrán jugar a distintos deportes. Podemos dividir las pistas de pádel, y con un balón de playa, jugar partidos cortos por tiempo. El segundo juguete reciclado que deben realizar es un coche. Este, debe poder moverse empujándolo suavemente. Realizaremos una competición para ver desde el punto de salida, con un suave empuje, que coche es el que llega más lejos. A parte, los alumnos deben buscar en internet otro juguete reciclado que tenga que ver con la actividad física y que podríamos realizar en el aula y mostrárselo a sus compañeros.</p>					
<b>Recursos</b>					
<p><u>Metodología:</u> Estilo creativo.  <u>Instalación:</u> Pistas de papel y polideportivo.  <u>Material:</u> Carton, gomas y balón de playa de tamaño parecido al de futbol.</p>					
<b>Competencias</b>					
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE CEC
<b>Objetivos</b>					
<b>Objetivos de etapa</b>					
a	b	c	d	i	j k m
<b>Objetivos generales</b>					
<p>10. Utilizar las nuevas tecnologías como recurso para la búsqueda de información del alumnado sobre intereses personales en el ámbito de la educación física.</p> <p>13. Cuidar y conocer la importancia del medio natural y su conservación durante el desarrollo de actividades físicas.</p> <p>14. Aplicar los conocimientos de otras áreas en la asignatura de educación física y viceversa, siendo conscientes del aprendizaje transversal.</p>					

## Contenidos

Relación de la Educación Física con otras áreas del currículo.

Valores del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.

El deporte y las nuevas tecnologías.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.</p>	<p>4.1. Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.</p> <p>4.2. Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.</p> <p>4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.</p>
<p>10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.</p>	<p>10.1. Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.</p> <p>10.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.</p>
<p>12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa, y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área.</p>	<p>12.1. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.</p> <p>12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.</p> <p>12.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.</p>

Nombre: Deportes alternativos			Numero de Unidad Didáctica: 15				
Asignatura	Curso	Sesiones	Temporalización	Trimestre			
Educación Física	4º	6	31 May. 2022 - 17 Jun. 2022	3			
<b>Descripción</b>							
<p>En esta unidad didáctica vamos a trabajar varios juegos populares y deportes desconocidos. Cada día, propondremos un nuevo juego a nuestros alumnos. En esta propuesta, presentamos como algunos de los posibles juegos y deportes que puede seleccionar el profesor para estas 6 sesiones. Estos deportes serían el “botebol”, el “throwball”, el “bodyball”, el “spikeball”, el “dachtball”, el “béisbol pie” y el “colpbol” entre otros. Queremos que los alumnos conozcan una serie de juegos y deportes que pueden realizar durante el verano y que no tienen que ser precisamente los ya más conocidos como son el fútbol o el baloncesto. Con esta unidad didáctica pretendemos enseñar a los alumnos otros deportes alternativos que pueden practicar con sus amigos en su tiempo libre, y aprovechando que viene el verano, pienso que es una gran oportunidad para enseñarle este tipo de deportes tan lúdicos y poco conocidos. Les enseñaremos también a los alumnos donde fue inventado y el año en el que se inventó, ya que muchos de los deportes mencionados anteriormente, son deportes que llevan muy poco tiempo entre nosotros, pero que pueden coger una fama e importancia rápida en poco tiempo como es el caso del “spikeball”.</p>							
<b>Recursos</b>							
<p><u>Metodología:</u> Modelo comprensivo.  <u>Instalación:</u> Polideportivo y pistas exteriores  <u>Materiales:</u> Balones según el deporte, porterías y redes según el deporte.</p>							
<b>Competencias</b>							
CL	CMCT	CD	AAP	CSC	SIEE	CEC	
<b>Objetivos</b>							
<b>Objetivos de etapa</b>							
a	b	c	d	i	j	k	m
<b>Objetivos generales</b>							
<p>6. Reconocer los conflictos en la práctica deportiva, resolviéndolos mediante el dialogo y presentando una actitud crítica ante ellos.</p> <p>9. Aplicar las reglas y normas en un juego o deporte, mediante un contexto reglado, respetando y cumpliendo las normas a la hora de practicar actividad física, incluso cuando no haya un responsable, juez o árbitro delante.</p> <p>11. Aprender juegos y deportes alternativos, conociendo las diferencias respecto a los deportes que están acostumbrados a ver, jugar y consumir, para después poder practicarlos en su ocio y tiempo libre.</p>							

## Contenidos

Conocimiento de distintos juegos y actividades físico-deportivas.

Valores del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.

Los valores de la competición. El juego limpio. El respeto a las reglas. El afán de superación.

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.</p>	<p>8.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.</p> <p>8.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.</p>
<p>9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.</p>	<p>9.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.</p> <p>9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</p> <p>9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.</p>
<p>13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo</p>	<p>13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.</p> <p>13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.</p> <p>13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p>

## 7 METODOLOGÍA

---

### 7.1 Principios generales

Para establecer los principios metodológicos, nos hemos basado en la Ley Orgánica 8/2013, 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE). Los principios que se han seguido son los siguientes:

— Principio de Inclusión: Las unidades didácticas se deben diseñar siempre desde una perspectiva inclusiva, para que todos los alumnos puedan realizar todas las actividades. Se ofrecerán variantes inclusivas dentro de las sesiones desarrolladas, para que todos nuestros alumnos se sientan partícipes de los logros de la clase, y participen en cada una de las actividades que vamos a realizar.

— Principio de Cooperación: Los alumnos deben ayudarse y apoyarse entre sí. El trabajo en equipo es fundamental para alcanzar los objetivos didácticos, pues de esta forma fomentaremos la relación entre ellos y la competencia social. Es imprescindible el trabajo de los valores en todas las unidades didácticas; el trabajo cooperativo es algo que favorece el desarrollo de dichos valores dentro del aula. Por ello, se trabaja este principio en todas las unidades didácticas.

— Principio de transversalidad: Durante las unidades didácticas se pretende que el alumno aprenda de forma transversal, aplicando lo aprendido en la asignatura de Educación Física en otras asignaturas y viceversa. Si el alumno aprende de forma transversal podrá aplicar lo aprendido en su vida diaria, al igual que en otras áreas del currículo. Este principio se fomenta especialmente en las unidades didácticas 2, 4 y 10, donde se trabajan las áreas de geografía e historia entre otras.

— Principio lúdico: Los alumnos se deben divertir y disfrutar durante el desarrollo de las unidades didácticas; esto hará que su motivación y su compromiso con la tarea a desarrollar aumente. El juego tiene un papel fundamental en el desarrollo de las sesiones, donde los alumnos aprenden jugando y mejoran su destreza motriz; esto permite que su aprendizaje sea intrínseco y divertido. Por todo ello, se fomenta este principio durante el desarrollo de todas las unidades didácticas.

---

## 7.2 Metodologías aplicadas

Las metodologías que se aplican en la programación didáctica cumplen un papel fundamental dentro de la misma, ya que nos muestran qué recursos metodológicos va a usar el docente en el aula para que las unidades didácticas se lleven a cabo con éxito. Con la metodología, el docente organiza y lleva a cabo la clase según su deseo. Una metodología adecuada facilita el proceso de enseñanza - aprendizaje para el alumno, por ello es tan importante.

Existen muchos tipos de metodologías que se pueden llevar a cabo en el aula. Sin embargo, en este apartado del trabajo solo se mencionarán las que se usarán en el desarrollo de las unidades didácticas. Durante el desarrollo de las unidades didácticas, el docente irá intercambiando entre metodologías para así adaptarse y motivar al alumnado. Si usamos solo una metodología en todo el curso, el curso se hará monótono y los alumnos perderán interés. Por ello en esta programación didáctica se pretenden usar múltiples metodologías, para hacer que el aprendizaje sea motivador y significativo para el alumnado. Estas metodologías se han seleccionado desde la propuesta de Miguel Angel Delgado (Delgado, 1991). En la propuesta, se presentan un total de 14 estilos de estilos de enseñanza, agrupados en 6 familias según el objetivo del docente. En este apartado del trabajo, mencionaremos solo las metodologías que se van a aplicar durante el desarrollo de la programación didáctica, añadiendo posteriormente dos metodologías que no son mencionadas por Miguel Angel Delgado.

La primera metodología de la que hablaremos será la **modificación del mando directo**. Pertenece a la familia de estilos de enseñanza tradicionales y se caracteriza por una metodología en la que el docente tiene un control total sobre la clase, donde él ejecuta una acción y los alumnos la deben repetir. El alumno se sitúa como receptor de la tarea pero no se implica de forma cognitiva. Esta metodología se llevará a cabo en la unidad didáctica 10. En esta unidad didáctica los alumnos realizarán carreras unidos por aros y verán aspectos de los deportes de combate. Para garantizar la integridad física de los alumnos y reducir el riesgo, se propone usar esta metodología.

La segunda metodología de la que hablaremos será la **enseñanza recíproca**, perteneciente a la familia de los estilos que posibilitan la participación. En esta metodología, el alumno asume ciertas funciones docentes como la observación, la corrección o evaluación de sus compañeros, implicándose en su aprendizaje. El docente por su parte debe diseñar la sesión y las hojas de observación. Esta metodología se llevará a cabo en múltiples ocasiones durante el curso, en determinadas sesiones donde los alumnos se deban evaluar entre sí. Sucederá normalmente al final de las unidades didácticas. Sin embargo, hay en concreto una donde predomina específicamente esta metodología, es la UD 4, donde los alumnos, por parejas, deben apoyarse y evaluarse mutuamente durante todo el desarrollo de la unidad didáctica.

La tercera metodología que trabajaremos en el aula será la **enseñanza programada**. Esta pertenece a la familia de los estilos de enseñanza que fomentan la individualización, por lo que no debemos abusar de este tipo de metodologías en el aula. En ella el alumno trabaja de forma individual en las actividades que ha diseñado el docente. Es muy importante que haya un refuerzo positivo por parte del docente una vez que el alumno alcanza el objetivo. El alumno por su parte, debe tener una autoinstrucción y una participación activa durante todo el desarrollo de la unidad didáctica. Esta metodología fomenta la autonomía del alumno y su responsabilidad. Se llevará a cabo en las unidades didácticas 8 y 13, donde los alumnos deben trabajar de forma autónoma e individual, tanto con la pica como con la cuerda, para alcanzar los objetivos establecidos por el docente.

Otras dos metodologías que trabajaremos serán el **descubrimiento guiado** y la **resolución de problemas**. Ambas pertenecen a la familia de estilos que implican cognitivamente al alumnado. El descubrimiento guiado se caracteriza por una enseñanza organizada por el docente, donde la implicación cognitiva no es plena ya que va guiada y controlada por el docente. En cambio, la resolución de problemas permite unas alternativas de solución mayores, donde el proceso es más abierto y el profesor tiene un papel menos protagonista.

El docente, en la resolución de problemas seleccionará el problema y animará a los alumnos, mientras que en el descubrimiento guiado tendrá previstas unas soluciones y guiará al alumnado para que alcancen la respuesta esperada. En la unidad didáctica 9 se aplicará la metodología de descubrimiento guiado, ya que realizarán actividades referidas al medio natural, donde es importante la implicación del docente como guía. En cambio, en la unidad didáctica 12 se aplicará la metodología de resolución de problemas, ya que los alumnos deben superar varios retos cognitivos y motrices.

La quinta metodología de la que hablaremos a continuación es el **estilo socializador**, perteneciente a la familia de los estilos de enseñanza que favorecen la socialización. Con ella el docente pretende que los alumnos se desarrollen en el ámbito de la cooperación, y que vean la importancia del trabajo en equipo. El profesor debe orientar al grupo y dar información en caso de que este la necesite; el alumno por su parte debe trabajar en equipo y adoptar un papel correspondiente a sus capacidades. Esta metodología se trabajará ampliamente, durante todos los deportes o actividades en equipo, pero muy especialmente en la unidad didáctica 5, donde deberán realizar unas figuras de “acrosport”; para ello deben comunicarse, socializar entre los integrantes del grupo, y conocer su posición dentro de la figura, de modo que esta pueda salir de forma correcta.

La sexta metodología que integraremos dentro de la programación didáctica es la del **estilo creativo**, perteneciente a la familia de los estilos de enseñanza que promueven la creatividad. En ella el profesor debe pedir a los alumnos una tarea que sea motivadora y que fomente su parte creativa. Los alumnos deben diseñar y crear una respuesta a la tarea solicitada por el profesor. Si bien la creatividad del alumno es un aspecto que se solicita y se trabaja durante toda la programación didáctica, en las unidades didácticas 2 y 14 se trabaja específicamente. En la UD 14, se les pide a los alumnos que sean creativos y diseñen una pala para trabajar en clase, o bien un coche de carreras, todo esto con material reciclado; ellos deberán seleccionar qué materiales quieren utilizar y cómo lo quieren diseñar para que el material sea efectivo, de forma que respectivamente se pueda jugar a la pala con una pelota de peso reducido, o bien que el coche se mueva en una pendiente.

Si salimos del ámbito preferente de la Educación Física nos encontramos con otras metodologías que también pueden aplicarse o adaptarse. Entre ellas encontramos la **gamificación**, que consiste en usar juegos o elementos motivadores para el alumnado llevados al ámbito educativo. El docente debe diseñar la gamificación y servir de guía con el alumnado, motivándolos en todo momento y realizando una experiencia inmersiva. Los alumnos por su parte deben desarrollar nuevos aprendizajes y resolver las tareas que el profesor les exponga. Esta metodología se aplica en la unidad didáctica 7, donde se usa la temática de Harry Potter para situar a los alumnos en el colegio de Hogwarts. Estos deberán superar varias actividades relacionadas con la temática seleccionada, para finalizar jugando al deporte oficial de este mundo mágico, el “Quidditch”.

La última metodología en que mencionaremos, pero que utilizaremos ampliamente a lo largo de la programación didáctica, es el **modelo comprensivo**. Este modelo se basa en usar juegos modificados basados en deportes, aplicados a las necesidades del centro y de los alumnos. El docente debe seleccionar el deporte que quiere trabajar y modificarlo con su criterio, creando posibles variantes. Con esta metodología, los alumnos se adaptan y vivencian situaciones de juego real, aparte de favorecer su desarrollo motor y adaptación a deportes reales. Esta metodología será usada en todos los deportes de equipo, por lo que resulta predominante en la programación didáctica. Se aplicará en las unidades didácticas 3, 6, 11 y 15. En ellas los alumnos jugarán a varios deportes de equipo, la mayoría desconocidos por ellos, ya que no son muy populares en nuestra sociedad. Por lo tanto se pretende también que se inicien en juegos y deportes a los que no están acostumbrados, para mejorar su respuesta motriz ante situaciones nuevas.

En conclusión, como hemos venido exponiendo, se usan múltiples metodologías durante el desarrollo de la programación didáctica. Esto facilitará una evaluación multidisciplinar, donde se tienen muchos aspectos en cuenta. También aportará una mayor motivación para el alumnado, ya que evitaremos la monotonía y fomentaremos su participación en varias áreas. Los beneficios de lo anterior se concretarán en que su educación sea más completa, y en que tengan más oportunidades de alcanzar los objetivos.

---

### 7.3 Recursos empleados a nivel material y personal

Durante el desarrollo de las unidades didácticas, vamos a necesitar disponer de varios recursos materiales y humanos para el correcto desarrollo de las sesiones. Este material es específico para la asignatura de Educación Física.

Estos materiales suelen depender del centro, ya que es este el que los proporciona. El docente debe conocer los materiales existentes de otros años y los que debe pedir nuevos para el próximo curso, dependiendo del presupuesto del centro. Se puede observar que los recursos materiales están condicionados por los recursos y presupuestos del centro educativo. Por otra parte, el centro, deberá de disponer de las instalaciones y cuartos necesarios para almacenar todo este material.

Para el desarrollo de la programación didáctica se han seleccionado múltiples materiales, dependiendo de las necesidades de la sesión. Algunos de estos materiales son: balones, conos, aros, picas, cuerdas, arneses, colchonetas, equipos de música, espalderas, porterías, etc. Los materiales seleccionados para cada unidad didáctica se especifican en el apartado de “recursos”. Las unidades didácticas han sido desarrolladas y planificadas según las instalaciones y materiales proporcionados por el centro. Estos materiales al igual que las sesiones, deberán de ser adaptados según el contexto del centro donde nos encontremos.

Los recursos humanos serán todas las personas que participen de alguna forma en el desarrollo de las unidades didácticas. Se diferencian entre personal docente y no docente. Dentro del personal docente, encontraremos la figura del profesor de Educación Física. En el personal no docente, destacaremos la figura del alumnado, que dependerá de la ratio de alumnos por clase del centro.

Estos serán los principales recursos humanos que encontraremos durante la gran mayoría de unidades didácticas. Sin embargo, debemos también mencionar la posibilidad de añadir otros docentes o estudiantes de prácticas como recursos humanos, al igual que las familias de los alumnos en algunas ocasiones, como por ejemplo en la UD 14, donde les podrán ayudar y apoyar.

---

## 7.4 El papel de las TIC

Las tecnologías forman un papel fundamental en la actual sociedad, y en los centros escolares no podía ser distinto. Por ello, se han incorporado las TIC en esta programación didáctica.

La intención es que el alumnado haga un uso óptimo y responsable de las TIC, aplicándolas al campo de la actividad física y el deporte para sacarle el mayor rendimiento posible. Podemos ver con facilidad que en la actualidad, se está instaurando cada vez más la tecnología dentro de la actividad física. Nuestros alumnos, mediante “smartwatches” y otros dispositivos, estarán muy frecuentemente en contacto con la tecnología mientras realizan actividad física. Es fundamental que los alumnos sepan sacarle el máximo partido de forma responsable.

En el centro educativo, la tecnología se usa a diario para mantener una comunicación activa con las familias del centro, informando sobre el progreso del alumnado. Cada vez son más los centros que usan este tipo de plataformas para comunicarse con las familias, y mantenerlas al día sin la necesidad de concertar una tutoría. Los tiempos están cambiando y los centros educativos deben adaptarse a estos cambios. Estamos en la era de la tecnología, por lo que muchos centros deben renovarse en este aspecto. Muchas aulas ya tienen pizarras electrónicas, “tablets” y altavoces de última generación. Sin embargo, todavía no hemos visto tan presente este cambio en el área de la Educación Física.

Por tanto, en la programación didáctica se intenta fomentar el uso de la tecnología en las sesiones de Educación Física. Queremos que nuestros alumnos entren en contacto con las TIC compaginándolas con la actividad física diaria. Para ello, en varias unidades didácticas fomentaremos el uso de las TIC. Las unidades didácticas donde más vamos a trabajar con las TIC y la actividad física son la 1, 4 y 14. En estas unidades didácticas trabajarán principalmente con la búsqueda de información y la recogida de datos para su posterior análisis. En el caso de que dispongan de un “smartwatch”, se usará también en la UD 4 para tomar varias mediciones de su cuerpo mediante la tecnología.

## 8. EVALUACIÓN

La evaluación constituye una parte fundamental dentro de la programación didáctica. No solo de cara al desempeño de los alumnos, sino también al del docente; es fundamental para observar los aciertos y errores cometidos para mejorar de cara al futuro. Por ello, la evaluación debe ser justa y crítica, para aportar la correcta información tanto a los alumnos, como a las familias, y a los docentes. Con la evaluación, el docente pretende analizar el proceso educativo llevado a cabo, con fin de poder mejorarlo en un futuro cercano.

Durante la programación didáctica, se usan múltiples herramientas de evaluación. Esto favorece una evaluación multidisciplinar donde a los alumnos se les tiene en cuenta en en varios aspectos; de este modo se propicia que el docente tenga una visión más amplia del alumno, y que su evaluación pueda ser más precisa en el computo final.

El alumno, también tomará parte en el proceso, evaluando tanto a sus compañeros, como al docente, y a sí mismo. Es fundamental que el alumno evalúe para que se vea en la situación en la que se encuentra el docente, fomentando un sentido crítico y responsable a la hora de tomar decisiones. Por otra parte, la autoevaluación del alumnado es muy importante; no solo para el docente que observa el punto de vista del alumno, sino también para el alumno, que debe ser consciente de sus acciones para calificarlas, haciendo autocrítica y responsabilizándose de las mismas.

El docente, también realizará una autoevaluación, tanto de él mismo como docente, como de las sesiones desarrolladas. Es importante que el docente haga autocrítica en ambos aspectos y sea capaz de diferenciarlos bien. El profesor debe observar si se han cumplido los objetivos planteados que se pretendían alcanzar, y los aspectos que debe cambiar para obtener mejoras.

Por tanto, la evaluación cumple un papel fundamental en el proceso de enseñanza - aprendizaje, y por ello debe estar siempre muy presente durante toda la programación didáctica.

---

## 8.1 Aspectos de Evaluación

El docente debe conocer qué y a quién va a evaluar. La evaluación ha de estar focalizada en los aspectos que deben tenerse en cuenta, sin dispersiones, acorde con los objetivos; la convergencia con los mismos es esencial, por lo que nunca pueden perderse de vista. En todas las unidades didácticas se deben evaluar estos aspectos para poder mejorar las sesiones: El docente va a evaluar el programa, al profesor y a los alumnos. A continuación se desarrollan estos tres aspectos de la evaluación:

— Programa: Al evaluar el programa, el docente debe tener en cuenta si con este se cumplen los objetivos previstos. La temporalización de las unidades didácticas y la adecuación de las tareas es un aspecto fundamental dentro del programa. Se debe también observar si los recursos eran de utilidad, calidad y cantidad; si la metodología aplicada era correcta; si los contenidos eran adecuados a los alumnos y a los objetivos. Todo esto se tendrá en cuenta al evaluar el programa.

— Profesor: Al evaluar la intervención del profesor, el docente debe hacer autocrítica. Debe observar si la dirección durante la sesión ha sido correcta, si los medios didácticos han sido seleccionados correctamente, y si su relación con los alumnos se ha producido de forma oportuna.

— Alumno: Al evaluar al alumno, se tendrán en cuenta varios aspectos. Del mismo se deben evaluar tres ámbitos. El cognitivo, el motriz y el socioafectivo. En el ámbito cognitivo observaremos si el alumno tiene un conocimiento de su propio cuerpo y si domina los fundamentos de las actividades que realizaremos. En el ámbito motriz observaremos si desarrolla sus capacidades física y motrices, a la vez que tiene un control de la acción que esta desarrollando, siendo eficaz en su ejecución. Por último, observaremos el ámbito socioafectivo, donde nos centraremos en si el alumno desarrolla unos valores correctos, tiene una actitud ejemplar, y está dispuesto a cooperar y relacionarse con sus compañeros.

---

## 8.2 Momentos de Evaluación

El docente debe conocer cuándo va a evaluar. De esta forma, la evaluación será más precisa y de mayor calidad. Cada unidad didáctica tiene su propio peso dentro del proceso de evaluación. Sin embargo, en todas las unidades didácticas, se evalúa en los mismos momentos. Estos son la evaluación inicial, formativa, y final. A continuación se desarrollan estos tres momentos de evaluación:

— Evaluación inicial: Esta evaluación se realizará al inicio de cada unidad didáctica nueva que requiera un proceso de evaluación. La evaluación inicial nos sirve para conocer el punto de partida del alumno. De esta forma, el docente será capaz de adaptar con mayor facilidad la unidad didáctica y programarla correctamente.

— Evaluación formativa: Esta evaluación se realizará durante el proceso educativo en el transcurso de la unidad didáctica. Se evaluará al alumno, al profesor y la tarea que se está realizando, sirviéndonos esto para analizar el momento, y modificar inmediatamente el proceso educativo, adecuando la tarea a las necesidades de la actividad.

— Evaluación final: Esta evaluación se realiza al final de cada sesión y unidad didáctica. Con ello pretendemos conocer si se han cumplido los objetivos establecidos al inicio. Los resultados obtenidos nos deben servir como punto de mejora y punto de partida para la próxima sesión o unidad didáctica.

---

### 8.3 Agentes de Evaluación

Es muy importante diferenciar quién evalúa, para poder observar las distintas percepciones de una misma acción. Nosotros como docentes, debemos evaluar constantemente, tanto para mejorar nosotros, como para que nuestros alumnos mejoren. Pero también debemos hacer partícipes a nuestros alumnos en el proceso de evaluación, donde se evaluarán a sí mismos y a sus compañeros. De esta forma podemos ver el punto de vista de los alumnos y las diferencias con nosotros como docentes.

— Profesor: En la heteroevaluación, el profesor debe ser crítico para que el alumno conozca su progreso y las mejoras que está realizando. El profesor debe realizar una evaluación individualizada, observando varios aspectos del alumnado. Se recomienda usar el feedback continuamente, para motivar al alumnado y que este sepa cómo está ejecutando la acción.

— Alumno a sí mismo: La autoevaluación para los alumnos es un proceso fundamental. El alumno tendrá una mayor autonomía, pudiendo reflexionar sobre su propia práctica y viendo los aspectos que deberá mejorar en el futuro. Es importante que el alumno se tome en serio este proceso de evaluación y sea crítico consigo mismo para poder seguir progresando.

— Alumnos entre sí: La coevaluación se produce cuando los alumnos se evalúan entre sí. Este proceso favorece el trabajo colaborativo y hace que el alumno tenga un mayor compromiso con la práctica, ya que sabe que al igual que él evalúa a sus compañeros, los compañeros también le van a evaluar a él. Por otra parte, el alumno se sitúa en el papel del docente y se da cuenta de lo que conlleva evaluar a otras personas. Es importante que el alumno se tome esta evaluación en serio y sea crítico en ella, ganando autonomía y responsabilidad.

---

## 8.4 Herramientas de Evaluación

El docente debe dominar múltiples herramientas de evaluación. De esta forma se podrá adaptar al alumnado y a la vez obtener una evaluación mucho más específica en múltiples ámbitos, consiguiendo así aumentar su calidad. A continuación, se presentan las herramientas de evaluación que usará el docente durante la programación didáctica y desarrollo de las 15 unidades didácticas.

— Observación directa e indirecta: El profesor debe estar observando en todo momento a sus alumnos. El docente obtendrá mucha información mediante la observación activa, que a medida que va adquiriéndose experiencia generará mayor destreza discriminativa. Sin necesidad de tomar anotaciones, el docente mediante la observación puede corregir a sus alumnos y darles feedback.

— Registro anecdótico: Esta herramienta consiste en anotar los comportamientos destacados que aparecen en el proceso de enseñanza - aprendizaje. Esto puede ser algo muy positivo para que el docente recuerde una acción o un hecho que sucedió en el aula y pueda premiar o castigar al alumno en consecuencia.

— Lista de control: Esta herramienta consiste en redactar una serie de frases positivas o negativas, y anotar durante la clase si el alumno está cumpliendo lo escrito en las frases o no. Suele ir acompañado de una tabla donde el docente pone “Si” o “No”, dependiendo de lo que realice el alumno.

— Escalas de observación: Esta herramienta consiste en redactar una serie de frases positivas o negativas. Usaremos las escalas de observación cuantitativas, numéricas, gráficas y descriptivas o rúbrica. Cada una tiene sus propias características y se adaptarán a los gustos y objetivos del docente.

— Baremos: Esta herramienta consiste en realizar pruebas o test a nuestros alumnos. La mayoría de estas pruebas son pruebas físicas estipuladas. Encontramos por ejemplo el test de Cooper para la resistencia o el del lanzamiento de balón medicinal para la fuerza, entre otros.

---

## 8.5 Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

Los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje han sido escogidos del Real Decreto 126/2014. Estos serán utilizados a lo largo de toda la programación didáctica.

Los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje permitirán al docente determinar qué se va a evaluar dependiendo de los objetivos que deba alcanzar el alumno durante el desarrollo del curso.

En este caso, para el curso de cuarto de primaria, se han seleccionado todos los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje. Estos están íntimamente relacionados con los contenidos que se van a trabajar en el desarrollo de las unidades didácticas. Se han seleccionado todos, ya que la programación didáctica en educación física nos permite abarcar un abanico muy amplio. Hemos desarrollado las unidades didácticas de forma que incluyan todos los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje, para que así el alumno adquiriera todas las competencias sin excepción, evitando dejar cabos sueltos.

Los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje se han distribuido durante el desarrollo de las quince unidades didácticas dependiendo de lo que desee trabajar el docente en cada sesión. Sin embargo, hay algunos criterios y estándares que se repiten en varias unidades didácticas ya que se da mucha importancia a la educación en valores, por lo que se pretende reforzar este aspecto durante varias unidades didácticas para favorecer su desarrollo durante el curso académico.

## 8.6 Criterios de calificación

Los criterios de calificación se distribuirán a lo largo de los tres trimestres. Estos trimestres sufrirán una subdivisión por unidades didácticas en cada trimestre, usando un sistema de porcentaje. Este porcentaje se adjunta según la cantidad de sesiones de la UD y los estándares de aprendizaje que se van a evaluar. El primer y el tercer trimestre ponderan un 35% de valor frente al 30% del segundo, ya que se prioriza ligeramente cómo el alumno inicia y finaliza el curso, observando su progreso durante el mismo.

PRIMER TRIMESTRE					
UD 1	UD 2	UD 3	UD 4	UD 5	UD 6
3 %	6 %	9 %	5 %	6 %	6 %
35 %					

SEGUNDO TRIMESTRE				
UD 7	UD 8	UD 9	UD 10	UD 11
9 %	5 %	7 %	4 %	5 %
30 %				

PRIMER TRIMESTRE			
UD 12	UD 13	UD 14	UD 15
8 %	9 %	8 %	10 %
35 %			

CURSO TOTAL		
PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
35 %	30 %	35 %
100 %		

## **9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

La atención a la diversidad dentro del centro educativo juega un papel fundamental si el centro pretende ser inclusivo y atender las necesidades de todos los alumnos. Por ello, desde el centro se dispone de un Plan de Atención a la Diversidad (PAD) aparte de que en la asignatura de Educación Física se diseñarán las unidades didácticas en base al Diseño Universal del Aprendizaje (DUA). Es preciso mencionar que el centro pretende en todo momento ofrecer una educación inclusiva e individualizada a sus alumnos, así como que dispone de los recursos para trabajar de forma inclusiva con todo tipo de alumnado. A continuación, se exponen el Plan de Atención a la Diversidad y el Diseño Universal del Aprendizaje, dos pilares fundamentales dentro de la atención a la diversidad en el centro.

El Plan de Atención a la Diversidad (PAD) se aplicará en los alumnos que lo requieran dependiendo de sus características personales. El PAD consta de unas medidas de adaptación curricular para que los alumnos puedan recibir una educación individualizada inclusiva de calidad; también ofrece medidas de apoyo y refuerzo a los alumnos que lo requieran.

El Diseño Universal del Aprendizaje (DUA) tiene como objetivo la inclusión en el aula. Pretende minimizar las barreras físicas, sensoriales, cognitivas y culturales favoreciendo la igualdad de oportunidades. El DUA propone tres principios fundamentales que son: El reconocimiento o representación, la motivación, y la acción y expresión. Además el Diseño Universal del Aprendizaje presenta una gran flexibilidad, adaptándose correctamente al currículo, y siendo compatible con cualquier otra metodología. Remarcar que también le dan una gran importancia a las TIC, siendo fundamental para que el diseño tenga eficacia.

La inclusión hoy en día es imprescindible en nuestros centros y en la sociedad en la que vivimos. Por ello debemos concienciar y educar a las generaciones futuras en la inclusión, desde el conocimiento de cada situación. Para construir un mundo y una sociedad mejor hemos de fomentar que aprendan a convivir, acepten las diferencias, y se apoyen mutuamente.

---

## 9.1 Medidas generales

El centro implanta varias medidas generales para alcanzar una educación inclusiva y diversa. Dispone de un Equipo de Orientación Educativa y de un Equipo de Pedagogos profesionales. Ambos ayudarán a todos los agentes que intervengan en el centro y lo necesiten, centrándose principalmente en los alumnos que más ayuda requieran.

El Departamento de Orientación estará focalizado en orientar tanto a los alumnos, como a los docentes, e incluso a las familias del centro que lo requieran o lo soliciten. La orientación, presidida por lo académico, puede no obstante requerir cambios necesarios más allá del comportamiento estrictamente escolar, extendiéndose en ocasiones a reajustes en otras esferas, como la familiar, social o laboral entre otras.

Dentro de cada aula, se dispone de Planes de Acción Tutorial. El tutor de cada clase, debe coordinarse con el resto del profesorado para adquirir la mayor información de sus alumnos posible y viceversa. De esta forma, se puede llevar un mayor control sobre el alumnado y cuantificar su progresión.

El centro pretende ofrecer una educación inclusiva e individualizada, centrada en cada alumno y sus necesidades. Debemos tener en cuenta que cada persona es diferente, por lo que cada alumno tendrá unas necesidades distintas. La educación que reciban por parte del centro debe ser adaptada e individualizada a las características de cada alumno, para que la calidad educativa sea mayor y el progreso del alumno sea también superior.

---

## 9.2 Medidas concretas

En el centro nos encontraremos con “Alumnos Con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo” (ACNEAE). Estos alumnos al igual que sus docentes, deben recibir por parte de los pedagogos y del equipo orientativo del centro, las pautas necesarias para trabajar con de forma correcta, a parte de recibir refuerzo y apoyo en los casos en los que el alumnado los necesite.

Entre los alumnos con ACNEAE nos encontraríamos con los siguientes diagnósticos: Dotados con altas capacidades intelectuales; con dificultades específicas de aprendizaje; “Alumnos Con Necesidades Educativas Especiales” (ACNEE); TDAH; y los de incorporación tardía al sistema educativo. Para estos alumnos habría una adaptación curricular, para los que se adaptarían los contenidos, objetivos y criterios de evaluación.

En el centro encontramos varios “Alumnos Con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo” (ACNEAE), a los cuales se les proporcionará una educación individualizada igual que al resto de los alumnos, pero adaptada a sus necesidades desde un punto de vista inclusivo en todo momento. Sin embargo, en el centro no encontramos “Alumnos Con Necesidades Educativas Especiales” (ACNEE), aunque se dispone de las medidas y recursos para trabajar con ellos de forma inclusiva.

## **10. CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE OTROS PLANES**

---

### 10.1 Contribución de la Programación al Desarrollo de la Lengua Inglesa

Para contribuir al desarrollo de la Lengua Inglesa, habrá una comunicación directa y constante con los docentes de esta materia. La intención es que haya una correcta colaboración y coordinación entre ambos docentes para trabajar de forma transversal, abordando aspectos parecidos al mismo tiempo en ambas asignaturas. Hay que tener en cuenta que en la actualidad, tanto el inglés como la actividad física juegan un papel fundamental en nuestra sociedad, y en el futuro que les espera a nuestros alumnos.

Para ello, es imprescindible que ambos docentes al principio del curso se comuniquen para tratar los contenidos que se van a trabajar en las asignaturas. Es importante que relacionen sus asignaturas, y que los alumnos sean conscientes de la conexión que existe entre lo que están trabajando en ambas materias.

En la asignatura de Inglés por ejemplo, se pueden trabajar con facilidad los hábitos saludables de vida, o la anatomía del cuerpo humano. En la asignatura de Educación Física, se pueden aplicar sin problema las canciones en inglés para actividades de expresión corporal o coreografías, como en “acrosport” en la UD 5. Por otra parte, trabajaremos varios deportes inventados y practicados mayoritariamente en países de habla inglesa, como el “frisbee” en la UD 11. También se harán referencia a dichos ingleses, como ocurre en la unidad didáctica 13, donde se hace referencia al famoso dicho “May the 4th be with you” refiriéndose a la saga de la guerra de las galaxias.

La intención, como ya hemos apuntado, es que los alumnos aprendan a compaginar el inglés y la actividad física en su vida diaria, entendiendo la importancia que tienen ambos aspectos de cara a su futuro laboral y personal.

---

## 10.2 Contribución de la Programación al Desarrollo de la Convivencia y la Ciudadanía

Es fundamental contribuir al desarrollo de la convivencia y la ciudadanía dentro del centro y para los alumnos; especialmente en una programación didáctica basada en gran parte en los valores que adquieren los alumnos gracias a sus acciones y a la práctica deportiva.

Educación Física es una asignatura donde los alumnos se enfrentan en múltiples ocasiones a situaciones de conflicto. Estas situaciones deben ser subsanadas mediante el diálogo entre los alumnos. Por ello, durante toda la programación didáctica y el transcurso de las sesiones, se fomenta el desarrollo de la convivencia y la ciudadanía.

Además, en muchas ocasiones, los alumnos van a tener que trabajar de forma conjunta y cooperativa para alcanzar los objetivos. En este tipo de actividades, el respeto hacia los compañeros, y el propio compañerismo son imprescindibles para alcanzar las metas de la asignatura.

Las normas y las reglas son otro aspecto que se sigue a rajatabla en la asignatura de Educación Física, ya que muchas actividades o deportes requieren de un seguimiento de reglas específico, imprescindibles porque de otro modo no se lograría un correcto funcionamiento. Esto les ayudará en su futuro como ciudadanos, donde también deberán seguir una serie de normas básicas de convivencia con la sociedad.

Por consiguiente la asignatura de educación física contribuye al desarrollo de la convivencia y la ciudadanía dentro del centro educativo. En todo el transcurso de la asignatura se trabajan estos aspectos, para que el alumno pueda relacionarse y vivir en sociedad.

---

### 10.3 Contribución de la Programación al Desarrollo de las TIC y la Competencia Digital

Las nuevas tecnologías están muy presentes actualmente en nuestra sociedad. Es uno de los factores principales que han hecho que nuestra sociedad haya realizado un cambio tan drástico en los últimos tiempos, favoreciendo la globalización y la comunicación entre personas. Por ello es que en la actualidad, dominar unos principios básicos de tecnología son imprescindibles para poder vivir en sociedad y relacionarse correctamente.

Este es el motivo por el cual, desde los colegios, se pretende favorecer un desarrollo en las TIC y en las Competencias digitales en todas las asignaturas del currículo. Educación física no es menos, teniendo en cuenta la importancia cada vez mayor que están tomando las TIC en el mundo de la actividad física y la salud. Lo podemos ver en el deporte de alto rendimiento, con cámaras de repetición para los árbitros como en el baloncesto, o como el VAR en el fútbol. Pero esta inclusión informática, no solo afecta al deporte de alto rendimiento, sino también al deporte base y amateur que practican nuestros alumnos.

Muchos de nuestros alumnos ya poseen medidores de rendimientos de la actividad física mediante relojes inteligentes o aplicaciones deportivas. Hacer un correcto uso de la tecnología es imprescindible para sacarle el máximo rendimiento posible y fomentar su desarrollo personal. Esto es lo que queremos fomentar en el aula, diseñando actividades donde deban hacer uso de las tecnologías, para el análisis y apoyo de la actividad física realizada. Dichos instrumentos les van a permitir recoger y comparar datos para posteriormente analizarlos y mejorar en la práctica deportiva. Lo vamos a trabajar principalmente en las unidades didácticas 1, 4 y 14.

Además debemos tener en cuenta que el uso de las TIC en el aula suele incrementar la motivación del alumnado, facilitando un aprendizaje intrínseco y su compromiso por la tarea. Por todo ello debemos incluir el desarrollo de las TIC en nuestra programación didáctica.

## 11. CONCLUSIONES

Este es uno de los últimos apartados del TFG de Educación Primaria. Son las conclusiones de una programación didáctica en la que he pretendido estructurar aprendizajes y conclusiones parciales de cinco años de carrera. Son las conclusiones, no solo de una programación didáctica, sino de cinco años de carrera y la posibilidad de acceder al mercado laboral como docente.

Este trabajo está basado en una programación didáctica completa para un supuesto centro educativo en la asignatura de Educación Física en el cuarto curso de Primaria.

Esta programación pretende aportar a la persona mejoras, tanto en el aspecto físico, como en el social, y en el emocional, trabajando desde un punto de vista inclusivo y motivador.

Su confección me ha brindado la oportunidad de recapitular, ordenar, y relacionar. Programar exige prever, organizar el calendario, adecuar y dotar de sentido a cada decisión. Es una herramienta de control de calidad sobre lo que hacemos, que requiere revisiones y consultas permanentes.

Con este trabajo he sido muy consciente de la complejidad del buen hacer docente, gracias a realizar una programación didáctica en un centro educativo. Un docente no sólo debe dominar su materia sino tener en cuenta muchos aspectos (normativos, contextuales, materiales, organizativos, etc.), para que el alumno salga bien formado y competente. Vertebrar todos ellos en una programación didáctica otorga calidad y sentido a nuestro desempeño diario.

Para finalizar, con este TFG he presentado y mostrado buena parte de lo que he aprendido durante la carrera, aplicándolo en un supuesto colegio. Ahora, ya solo me queda llevarlo a la práctica en un futuro cercano, donde pueda ejercer como docente en un colegio real.

## 12. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

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

Delgado-Noguera, M.A. (1991). Los estilos de enseñanza en la Educación Física: propuesta para una reforma de la enseñanza. *Granada: Universidad de Granada*

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

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

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

Real Academia Española (2014). Diccionario de la lengua española (23.a ed.).  
<https://dle.rae.es>

### **13. ANEXOS**

Unidad didáctica

#### Contextualización y descripción de la unidad didáctica.

La unidad didáctica que he seleccionado para desarrollar es la UD 11 “Frisbee”. Esta unidad didáctica esta compuesta por cinco sesiones que se desarrollarán entre el 25 de marzo de 2022 y el 8 de abril de 2022. Al ser la unidad didáctica onceava, se tiene en cuenta el progreso motriz y actitudinal que ha tenido el alumno durante el desarrollo del curso.

En esta UD se trabajará el deporte del “frisbee”, fomentando el trabajo en equipo y la educación en valores por parte del alumnado.

#### Objetivos didácticos:

6. Reconocer los conflictos en la práctica deportiva, resolviéndolos mediante el diálogo y presentando una actitud crítica ante ellos.

9. Aplicar las reglas y normas en un juego o deporte, mediante un contexto reglado, respetando y cumpliendo las normas a la hora de practicar actividad física, incluso cuando no haya un responsable, juez o árbitro delante.

11. Aprender juegos y deportes alternativos, conociendo las diferencias respecto a los deportes que están acostumbrados a ver, jugar y consumir, para después poder practicarlos en su ocio y tiempo libre.

12. Desarrollar unos hábitos de higiene personal, alimentación responsable y cuidado del cuerpo antes, durante y tras la práctica deportiva.

### Objetivos de etapa:

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

k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

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

### Contenidos:

- Iniciación a las tácticas de defensa y ataque en los juegos.
- Conocimiento de distintos juegos y actividades físico-deportivas.
- Valores del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.

## Competencias:

### Comunicación lingüística:

Esta competencia es demandante durante todo el desarrollo de la unidad didáctica ya que los alumnos se deben comunicar entre sí y con el profesor de una forma correcta. Al ser un deporte de equipo, los alumnos deben trabajar de forma cooperativa y alcanzando los objetivos de forma conjunta.

### Aprender a Aprender:

Esta competencia se desarrolla durante todas las sesiones ya que los alumnos deben reflexionar sobre su propio aprendizaje y un deporte nuevo para ellos. Por ello, es necesario una adaptación de sus capacidades deportivas para alcanzar los objetivos de este deporte.

### Competencias Sociales y cívicas:

También está presente durante todas las sesiones ya que la educación en valores es fundamental durante toda la programación didáctica. El respeto hacia los compañeros y hacia el docente es imprescindible. Además, el trabajo en equipo fomenta esta competencia.

### Conciencia y expresiones culturales:

Esta competencia se trabaja en todas las sesiones, ya que se trata de un deporte inventado en Estados Unidos. Remarcaremos sus reglas e historia pudiendo también hablar de las diferencias entre las culturas deportivas de otros países.

## Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables

Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje
<p>3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p>	<p>3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p> <p>3.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.</p>
<p>8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.</p>	<p>8.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.</p> <p>8.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.</p>
<p>9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando las opiniones de los demás.</p>	<p>9.2. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.</p> <p>9.3. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</p> <p>9.4. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.</p>

### Metodología y recursos materiales:

La metodología que se ha aplicado en esta unidad didáctica es la del modelo comprensivo basado en usar juegos modificados basados en deportes, aplicados a las necesidades del centro y de los alumnos. Pretendemos que los alumnos se adapten y vivencien situaciones de juego real, aparte de favorecer su desarrollo motriz y adaptación a deportes reales. Deben resolver satisfactoriamente las actividades y conflictos que vayan surgiendo de forma espontánea durante el desarrollo de esta UD. Al final de cada sesión se realiza una pequeña reflexión por parte del docente donde da feedback a los alumnos.

### Medidas de atención a la diversidad

En este curso, no encontramos alumnos con necesidades educativas especiales. Sin embargo, durante toda la unidad didáctica el docente reforzará positivamente a los alumnos cuando realicen alguna acción correctamente. De esta forma, mejoraremos su autoestima y motivación durante el desarrollo de la unidad didáctica. Aunque sea un deporte competitivo, en el aula dejaremos la competición de lado, premiando los aspectos de respeto, valores y “fair play” entre los alumnos.

### Evaluación

La unidad didáctica planteada está situada al final del **segundo cuatrimestre**. Como se expone en el punto 8.6 criterios de clasificación, esta unidad didáctica tiene un peso de un 16% dentro del segundo cuatrimestre y un 5% en el total de la asignatura.

La evaluación se llevará a cabo durante el desarrollo de las sesiones mediante distintas herramientas y elementos de evaluación.

## Descripción de las sesiones

<b>Sesión número:</b>	1	<b>Fecha:</b>	25/03/2022
<b>Objetivos principales de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mejorar el manejo del “frisbee”</li> <li>— Practicar el lanzamiento del “fresbee”.</li> </ul>			
<b>Material:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- “Fresbees”, conos y petos.</li> </ul>			
<b>Calentamiento:</b>			
Descripción de la tarea		Objetivos y tiempo	
<p>— Los alumnos se sitúan en semicírculo. El profesor realiza una pequeña introducción del deporte del “fresbee”, explicando sus normas y su historia. Se contextualiza el deporte que vamos a trabajar durante 5 sesiones y se explica a los alumnos cómo se va a realizar y cómo va a ser el proceso de evaluación</p>		<p>— Tiempo: 10 min</p> <p>— Conocer qué es el “fresbee”, sus reglas y su historia.</p>	
<b>Parte principal</b>			
Descripción de la tarea		Objetivos y tiempo	
<p>— Dividimos la clase por grupos. Los alumnos se situarán delante de las porterías. En las porterías colgaremos una serie de aros de distinto tamaño y altura. A cada aro le damos una puntuación. Cuanto menor es el diámetro del aro, mayor es la puntuación. El profesor irá aumentando la distancia progresivamente entre el alumno y el aro a medida que los alumnos alcancen los objetivos de la actividad.</p>		<p>— Tiempo: 35 min</p> <p>— Mejorar la precisión de lanzamiento del “fresbee”.</p> <p>— Introducir el “frisbee” por el aro.</p>	
<b>Vuelta a la calma</b>			
<p>— Tiempo: 5 min</p> <p>— Tras dejar todo el material en su sitio correspondiente, el profesor realiza un feedback sobre la sesión y su desarrollo, destacando los aspectos positivos y remarcando los que deben mejorar.</p>			

<b>Sesión número:</b>	2	<b>Fecha:</b>	29/03/2022
<b>Objetivos principales de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mejorar la precisión en el lanzamiento del “frisbee” en movimiento.</li> <li>— Mejorar la velocidad en el lanzamiento del “frisbee”</li> </ul>			
<b>Instalaciones:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Campo de fútbol de césped.</li> </ul>			
<b>Material:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- “Frisbees”, conos y petos.</li> </ul>			
<b>Calentamiento:</b>			
Descripción de la tarea		Tiempo y Objetivos	
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dividimos la clase en dos grupos. Unos con “frisbees” y otros sin ello. Los alumnos se mueven libremente por el espacio. Un alumno con “frisbee”, debe decir el nombre de un alumno que no tenga “frisbee” y pasárselo como el desee cuando el alumno sin “frisbee” esté atento y mirándole. Cada vez deben de intentar un pase distinto, como por ejemplo entre las piernas, por detrás de la espalda, etc.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tiempo: 15 min</li> <li>— Activación del cuerpo para no sufrir lesiones y practicar la técnica de lanzamiento.</li> </ul>	
<b>Parte principal</b>			
Descripción de la tarea		Tiempo y Objetivos	
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Dividimos la clase en 4 grupos. Los alumnos se situarán delante de unos 20 conos que se colocarán en cada una de las dos porterías. Los alumnos deben salir desde el medio del campo corriendo con el “frisbee” y lanzar hacia los conos. Cada vez que toquen un cono, recogerán el cono y el “frisbee” y lo llevarán a la fila de su equipo. Gana el equipo que más conos tenga al final en su fila.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tiempo 30 min</li> <li>— Trabajar la precisión en el lanzamiento del “frisbee” en movimiento</li> <li>— Impactar el “frisbee” en el cono.</li> </ul>	
<b>Vuelta a la calma</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tiempo: 5 min</li> <li>— Tras dejar todo el material en su sitio correspondiente, el profesor realiza un feedback sobre la sesión y su desarrollo, destacando los aspectos positivos y remarcando los que deben mejorar.</li> </ul>			

<b>Sesión número:</b>	3	<b>Fecha:</b>	01/04/2022
<b>Objetivos principales de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Mejorar los pases en el “frisbee”.</li> <li>— Trabajar las recepciones del “frisbee”.</li> </ul>			
<b>Instalaciones:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Campo de fútbol de césped.</li> </ul>			
<b>Material:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- “Fresbees”, conos y petos.</li> </ul>			
<b>Calentamiento:</b>			
Descripción de la tarea		Tiempo y Objetivos	
<p>— La primera actividad que realizaremos será el juego de “Pillar con pases”. En este juego sólo habrá un “frisbee”. El entrenador dirá una pareja que se la empezará quedando y tendrán que pillar al resto de jugadores, sólo con pases. En caso de que se consiga, el alumno que hayan tocado se unirá a los alumnos que se la quedan. Así hasta que todos se la queden menos uno. Los alumnos que se la quedan no pueden lanzar el “frisbee” contra los que se escapan, deben de pillarlos tocándolos con el “frisbee”. El jugador con “frisbee” no se puede mover del sitio. El juego finalizará cuando todos los jugadores se la queden o cuando el entrenador desee.</p>		<p>— Tiempo: 15 min</p> <p>— Activación del cuerpo para no sufrir lesiones y empezar a trabajar los pases de velocidad sin oposición.</p>	
<b>Parte principal</b>			
Descripción de la tarea		Tiempo y Objetivos	
<p>— Dividimos la clase por grupos. Los alumnos se situarán a la distancia que determine el profesor. Se darán pases entre esa distancia con ambos brazos. Si consiguen dar 3 pases seguidos con cada mano sin que se les caiga el “frisbee”, en total 6, ampliarán la distancia. Posteriormente, cuando la distancia entre ellos sea muy amplia y sigan dando los pases correctamente, realizarán los pases en movimiento.</p>		<p>— Tiempo 30 min</p> <p>— Mejorar los pases en el “frisbee”.</p> <p>— Llegar a la máxima distancia de pase posible.</p>	
<b>Vuelta a la calma</b>			
<p>— Tiempo: 5 min</p> <p>— Tras dejar todo el material en su sitio correspondiente, el profesor realiza un feedback sobre la sesión y su desarrollo, destacando los aspectos positivos y remarcando los que deben mejorar.</p>			

<b>Sesión número:</b>	4	<b>Fecha:</b>	05/04/2022
<b>Objetivos principales de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Experimentar las situaciones de adversario - oposición en el “fresbee”.</li> <li>— Diferenciar las situaciones de juego y los roles en el campo.</li> </ul>			
<b>Instalaciones:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Campo de fútbol de césped.</li> </ul>			
<b>Material:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- “Fresbees”, conos y petos.</li> </ul>			
<b>Calentamiento:</b>			
Descripción de la tarea		Tiempo y Objetivos	
<p>— La primera actividad que realizaremos será “El juego de los 10 pases”. Dividiremos la clase en cuatro equipos. Cada uno de estos equipos tendrá que conseguir hacer 10 pases entre los componentes de su grupo sin que el “frisbee” toque el suelo. El equipo que defiende tendrá que intentar evitarlo cortando la línea de pase. El equipo que consiga hacer 10 pases más veces será el ganador del juego.</p>		<p>— Tiempo: 10 min</p> <p>— Activación del cuerpo para no sufrir lesiones y mejorar el pase y la recepción con defensa.</p>	
<b>Parte principal</b>			
Descripción de la tarea		Tiempo y Objetivos	
<p>— La actividad principal que realizaremos será una actividad en la que los alumnos pasan por varias situaciones de juego. Se situarán en 3 posiciones en el campo. Un pasador, que tiene de frente a 5 metros a un defensor mirándole, y un atacante que le da la espalda al defensor. Cuando el pasador diga “ya”, el atacante debe correr hacia delante para recibir el pase, y el defensor se debe de dar la vuelta para intentar interceptar el pase. Los alumnos realizan la siguiente rotación: De pasador a defensor, de defensor a atacante y de atacante a defensor.</p>		<p>— Tiempo 35 min</p> <p>— Experimentar situaciones reales de juego donde el atacante debe recibir un pase y evitar al defensor para conseguir un punto.</p>	
<b>Vuelta a la calma</b>			
<p>— Tiempo: 5 min</p> <p>— Tras dejar todo el material en su sitio correspondiente, el profesor realiza un feedback sobre la sesión y su desarrollo, destacando los aspectos positivos y remarcando los que deben mejorar.</p>			

<b>Sesión número:</b>	5	<b>Fecha:</b>	08/04/2022
<b>Objetivos principales de la sesión:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>— Tener un contacto con el juego real del “fresbee”.</li> <li>— Vivenciar como es jugar un partido de “fresbee”.</li> </ul>			
<b>Instalaciones:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Campo de fútbol de césped.</li> </ul>			
<b>Material:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- “Fresbees”, conos y petos.</li> </ul>			
<b>Calentamiento:</b>			
Descripción de la tarea		Tiempo y Objetivos	
<p>— Los alumnos van a correr libremente por el espacio. Cuando el profesor diga un número, los alumnos se deben agrupar por el número que haya dicho el profesor. Por ejemplo, si el profesor dice tres, los alumnos se deben agrupar por trios. Pierden los alumnos que no se agrupan. Lo realizaremos hasta que al final tengamos un total de 4 grupos con la misma cantidad de integrantes para formar los equipos para la parte principal de la sesión.</p>		<p>— Tiempo: 5 min</p> <p>— Activación del cuerpo para no sufrir lesiones</p> <p>— Agrupar a los alumnos en los 4 equipos del ejercicio posterior.</p>	
<b>Parte principal</b>			
Descripción de la tarea		Tiempo y Objetivos	
<p>La actividad principal que realizaremos será un torneo de “fresbee” entre los alumnos de la clase. El profesor formará 4 equipos conformados de forma aleatoria con el ejercicio del calentamiento. Estos 4 equipos competirán todos contra todos en una mini liga, a 3 partidos en el formato de torneo triangular. Cada partido tiene una duración de 10 minutos. En el caso de que haya empate, ganará el equipo que más puntos en total haya conseguido.</p>		<p>— Tiempo 35 min</p> <p>— Vivenciar cómo es jugar un partido de “fresbee”.</p>	
<b>Vuelta a la calma</b>			
<p>— Tiempo: 10 min</p> <p>— Tras dejar todo el material en su sitio correspondiente, el profesor realiza un feedback sobre sus sensaciones y punto de vista de la Unidad Didáctica en general. Los alumnos que quieran también dan un feedback personal de su opinión sobre la Unidad Didáctica.</p>			

## Herramientas de evaluación

Escala de observación numérica para el profesor

ITEMS	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10
El alumno lanza el “frisbee” con ambas manos de forma satisfactoria.					
El alumno recepciona el “frisbee” con las dos manos en posición correcta					
El alumno respeta a sus compañeros y se comunica con ellos de forma correcta.					
El alumno conoce las reglas del deporte y las cumple sin intentar hacer trampas.					
El alumno se esfuerza durante el desarrollo de las sesiones.					
El alumno realiza una buena transición entre ataque y defensa.					
El alumno se desmarca correctamente del receptor para recibir el “frisbee”.					

Lista de control

Items	Si	No	A veces
Me dirijo a mis compañeros con respeto			
Paso el “frisbee” a todos los compañeros del equipo y no solo a mis amigos.			
Apoyo a un compañero cuando algo le sale mal o le cuesta, e intento ayudarlo.			
Conozco las reglas e historia del “frisbee” y sé explicarlas a otra persona.			
Lanzo y recepciono el fresbee con la técnica correcta.			

Rúbrica de coevaluación al final de la unidad didáctica.

ITEMS	1	2	3
<b>Se dirige en un ambiente de cercanía y respeto.</b>	Nunca se dirige con respeto e incluso a veces insulta a los compañeros.	A veces se dirige con respeto, pero otras veces grita a los compañeros.	Siempre se dirige con respeto y tranquilidad usando el dialogo
<b>Ayuda y coopera para el objetivo común.</b>	Nunca ayuda a sus compañeros o trabaja por el equipo.	A veces ayuda aunque hay otras que se niega a hacerlo	Ayuda al equipo en lo necesario.
<b>Juega en equipo y confía en sus compañeros.</b>	No pasa el "frisbee" y lo intenta hacer él solo todo.	A veces pasa el "frisbee" pero suele ser solo a sus amigos.	Juega en equipo pasando el "frisbee" a todos sus compañeros.
<b>Se comporta de forma correcta en el campo</b>	Se pica y hace burla a los rivales cuando consiguen un punto.	A veces se pica con el equipo rival.	Respeto a los rivales y celebra los puntos con su equipo.