



TRABAJO FIN DE GRADO

*Programación didáctica de Educación
Física*

Grado en Educación Primaria y CAFYDE

Alumno: Diego Heras Alba

Tutor: Javier Pinilla Arbex

Curso: 5º

Fecha: 31/05/2023

ÍNDICE

RESUMEN / ABSTRACT Y PALABRAS CLAVE / KEYWORDS.....	1
1.- INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO.....	3
2.- CONTEXTUALIZACIÓN (ASPECTOS BÁSICOS).....	8
2.1.- Características del centro y del entorno escolar	8
2.2.- Tipo de alumnado en el centro.....	10
2.3.- Tipo de familias en referencia a los alumnos.....	11
2.4.- Planes y proyectos de centro.....	12
3.- MARCO TEÓRICO-NORMATIVO	15
4.- COMPETENCIAS.....	18
4.1.- Competencias clave.....	19
5.- OBJETIVOS.....	24
5.1.- Objetivos de etapa para la actual programación didáctica	24
5.2.- Objetivos propios de la programación didáctica.....	26
6.- CONTENIDOS.....	29
6.1.- Contenidos propios de la programación.....	29
6.1.- UNIDAD DIDÁCTICA 1: ¿NOS CONOCEMOS?.....	30
6.2.- UNIDAD DIDÁCTICA 2: SALUD FÍSICA Y MENTAL	31
6.3.- UNIDAD DIDÁCTICA 3: VERDURAS Y FRUTAS TODAS JUNTAS	32
6.4.- UNIDAD DIDÁCTICA 4: HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	33
6.5.- UNIDAD DIDÁCTICA 5: ¡APRENDE A RESPETAR!: EDUCACIÓN VIAL .	34
6.6.- UNIDAD DIDÁCTICA 6: VOLEIBOL EN INGLÉS (INTERDISCIPLINAR)...	35
6.7.- UNIDAD DIDÁCTICA 7: LOS JUEGOS OLÍMPICOS	36
6.8.- UNIDAD DIDÁCTICA 8: AL AGUA PATOS (Anexo II).....	37
6.9.- UNIDAD DIDÁCTICA 9: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	38
6.10.- UNIDAD DIDÁCTICA 10: BALONCESTO	39
6.11.- UNIDAD DIDÁCTICA 11: SEMANA DEL TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (INCLUSIVO).....	40
6.12.- UNIDAD DIDÁCTICA 12: CELEBRAMOS EL CUMPLEAÑOS DE MADRID	41
6.13.- UNIDAD DIDÁCTICA 13: JUEGOS EN EQUIPO.....	42
6.14.- UNIDAD DIDÁCTICA 14: YINCANA MATEMÁTICA (TRANSVERSAL)...	43
6.15.- UNIDAD DIDÁCTICA 15: NOS ORIENTAMOS.....	44
6.1.- Temporalización (aspectos básicos y organizativos)	45
7.- METODOLOGÍA.....	48

7.1.- Aspectos metodológicos generales	48
7.2.- Recursos metodológicos específicos	50
8.- RECURSOS	54
8.1.- Recursos humanos	54
8.2.- Recursos materiales	56
8.3.- Recursos espaciales.....	57
9.- EVALUACIÓN.....	59
9.1.- ¿Qué evaluamos?	59
9.2.- ¿Quién evalúa?	62
9.3.- ¿Cómo se evalúa?.....	63
9.4.- ¿Cuándo se evalúa?	67
9.5.- Otros aspectos evaluativos de importancia.....	68
10.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	70
11.- RELACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN CON OTROS PLANES DEL CENTRO EDUCATIVO	76
11.1.- Contribución de la programación al plan de lucha contra la obesidad den centro educativo	76
11.2.- Contribución de la programación al plan de lectura y comunicación oral	79
12.- CONCLUSIONES.....	80
13.- BIBLIOGRAFÍA / WEBGRAFÍA	81
Bibliografía	81
Webgrafía.....	84
14.- ANEXO.....	85
14.1.- Anexo I: Vista periférica Colegio Nazaret-Oporto.....	85
14.2.- Anexo II: Piscinas San Miguel y ruta colegio Nazaret-Oporto hacia las Piscinas San Miguel.....	86
14.3.- Anexo III: Vista aérea del Parque San Isidro y del Parque Emperatriz María de Austria.	87
14.4.- Anexo IV: Pictogramas natación y pictogramas rutina clase de educación física.....	88
14.5.- Anexo V: Cronograma del calendario académico 2022/2023 en relación a la realización de las unidades didácticas.....	89
14.6.- Anexo VI: Instalaciones deportivas Colegio Nazaret-Oporto.....	90
14.7.- Anexo VII: Autoevaluación UD “Al agua patos” con “Google Formularios”.	92
14.8.- Anexo VIII: Pictogramas UD “Al agua patos”.....	94

14.9.- Anexo IX: Situación de aprendizaje (SA) referente a la Unidad Didáctica (UD) número 8: “Al agua patos”.....	96
14.9.1.- Introducción.....	96
14.9.2.- Contextualización	97
14.9.3.- Elementos curriculares de la Situación de Aprendizaje (SA)	98
14.9.4.- Metodología.....	103
14.9.5.- Sesiones y actividades de enseñanza/aprendizaje	104
14.9.6.- Evaluación.....	112
14.9.7.- Medidas de atención a la diversidad	118
14.9.8.- Conclusión	120

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 1. Relación de las competencias clave y los criterios de evaluación.....</i>	<i>23</i>
<i>Figura 2. Organización U.D. durante el curso académico 2022/2023 (por trimestres).....</i>	<i>45</i>
<i>Figura 3. Calendario académico de la Comunidad de Madrid 2022/2023 (I).....</i>	<i>47</i>
<i>Figura 4. Calendario académico de la Comunidad de Madrid 2022/2023 (II).....</i>	<i>47</i>
<i>Figura 5. Recursos materiales disponibles por unidad didáctica.....</i>	<i>56</i>
<i>Figura 6. Recursos espaciales disponibles por propiedad.....</i>	<i>57</i>
<i>Figura 7. Relación entre las competencias específicas, criterios de evaluación y descriptores operativos según el Real Decreto 61/2022, del 13 de julio.....</i>	<i>59</i>
<i>Figura 8. Plantilla evaluación inicial – evaluación final.....</i>	<i>65</i>
<i>Figura 9. Coevaluación unidad didáctica baloncesto (contenidos básicos).....</i>	<i>66</i>
<i>Figura 10. Porcentaje de la evaluación en base a la competencia específica evaluada. Instrumentos utilizados.....</i>	<i>68</i>
<i>Figura 11. Rueda de Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).....</i>	<i>73</i>
<i>Figura 12. Conclusiones sobre el diseño universal en educación física. Pinilla (2020).....</i>	<i>75</i>
<i>Figura 13. Piezas de frutas en el recreo (por día).....</i>	<i>78</i>
<i>Figura 14. Relación de objetivos propios de la programación y objetivos de etapa.....</i>	<i>99</i>
<i>Figura 15. Relación competencias específicas y competencias clave.....</i>	<i>100</i>
<i>Figura 16. Contenidos trabajados en la Situación de Aprendizaje (SA).....</i>	<i>101</i>
<i>Figura 17. Relación de criterios de evaluación con los descriptores operativos.....</i>	<i>102</i>
<i>Figura 18. Relación de criterios de evaluación y sus respectivos descriptores operativos con las competencias específicas y los objetivos.....</i>	<i>112</i>
<i>Figura 19. Relación de criterios de evaluación y los descriptores operativos con los instrumentos de evaluación y el porcentaje de calificación.....</i>	<i>115</i>
<i>Figura 20. Rúbrica de evaluación referente a la segunda competencia específica.....</i>	<i>117</i>
<i>Figura 21. Acciones inclusivas en relación a la educación inclusiva (DUA).....</i>	<i>118</i>

RESUMEN / ABSTRACT Y PALABRAS CLAVE / KEYWORDS

Resumen

En este documento se elabora un Programación Didáctica de educación física para el curso académico 2022/2023 para los alumnos de 6º de Educación Primaria. En esta concreción curricular podemos observar 15 unidades didácticas en las que se trabajarán todos los contenidos y objetivos de etapa en la asignatura de educación física, adaptándola a las necesidades de los alumnos y de las propias necesidades del centro educativo y de la educación nacional.

Además, se tratará de abordar la problemática mundial de la obesidad, uno de los mayores problemas de salud en nuestra sociedad actualmente, trabajando de forma transversal los contenidos de otras áreas curriculares, tratando de que el aprendizaje por parte de los alumnos sea lo más significativo e integral posible.

Esta programación se basa en la ley educativa española, en concreto en la Ley Orgánica 3/2020, del 29 de diciembre y del Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo y, apoyándonos en el currículo de la Comunidad Autónoma dónde se va a llevar a cabo, con el Decreto 61/2022, del 13 de julio, que utilizaremos como base para la elaboración de esta concreción didáctica.

Palabras clave: Programación Didáctica, Educación Física, Educación Primaria (6º), LOE, Actividad Física y Salud.

Abstract

In this document a didactic programming of physical education for the academic year 2022/2023 is elaborated for the students of 6th grade of Primary Education. In this curricular specification we can see 15 didactic units in which all the contents and objectives of the stage in the subject of physical education will be worked on, adapting it to the needs of the pupils and the needs of the educational centre and national education.

In addition, we will try to address the global problem of obesity, one of the biggest health problems in our society today, working across the contents of other curricular areas, trying to make learning by students as meaningful and comprehensive as possible.

This programme is based on Spanish educational law, specifically on Organic Law 3/2020, of 29 December and Royal Decree 157/2022, of 1 March and, based on the curriculum of the Autonomous Community where it will be carried out, with Decree 61/2022, of 13 July, which we will use as a basis for the development of this didactic specification.

Keywords: Didactic Programming, Physical Education, Primary Education (6º), LOE, Physical Activity and Health.

1.- INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

En este Trabajo de Fin de Grado (TFG) vamos a construir una programación didáctica en referencia a la asignatura de educación física, en la que nos basaremos en la ley de referencia del sistema educativo español, la Ley Orgánica 3/2020, del 30 de diciembre, mediante la que surgen el resto de decretos derivados del mismo.

En base a la ley, se elaborará una programación compuesta por 15 unidades didácticas, que se encuadrarán en base a dicha ley y a las necesidades e intereses de nuestros alumnos dentro del aula. Esta tendrá unas fechas marcadas en el calendario académico del curso 2022/2023 en la Comunidad Autónoma de Madrid, aunque las fechas pueden ser modificadas en base a las acciones del propio centro e, incluso, en base a las necesidades del grupo, por lo que esta programación puede verse sometida a cambios en base a la necesidad de los diferentes factores contextualizados dentro del centro educativo.

Lo que se realizará en este documento será organizar un año completo en la asignatura de educación física para la consecución de los objetivos, los contenidos y las competencias en esta área, de tal forma que se consiga un aprendizaje y desarrollo integral por parte de los alumnos con los que la llevaremos a cabo.

Es de gran importancia decir que, dicha programación didáctica, irá dirigida a los alumnos de 6º de Educación Primaria, de tal forma que todas las actividades, contenidos y objetivos (entre otros) estarán comprendidos en el marco normativo que hemos señalado con anterioridad.

Por otro lado, debemos tener en cuenta el Real Decreto 157/2022 del 1 de marzo, en el que nos basaremos para la etapa que nos corresponde en la elaboración de este documento, la Educación Primaria. Gracias a este decreto, podremos tener la idea básica de los aspectos más generales e importantes de esta etapa educativa como, por ejemplo: principios generales, principios pedagógicos, objetivos, contenidos, competencias, alumnos con necesidades educativas especiales y evaluación, entre otros.

Todos estos aspectos nos servirán para la correcta actuación docente dentro del aula y el buen desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, de tal forma que, siguiendo estos aspectos y teniendo en cuenta lo que nos dice el marco en la ley en referencia a la asignatura de educación física, podremos lograr los objetivos y competencias finales a los que debemos llegar.

También es de gran importancia destacar que, dentro de la propia normativa que afecta a todo el país, esta se divide en Comunidades Autónomas en las que llevarán su propia normativa dentro del marco nacional. Por ello, debemos destacar la normativa referente a la Comunidad Autónoma de Madrid, en la que nos basaremos en el Decreto 61/2022, del 13 de julio.

Este Decreto establece el currículo básico en cuanto a Educación Primaria en dicha Comunidad Autónoma, ya que será donde llevaremos a cabo dicha programación didáctica, por lo que habrá que regirse a través de este marco normativo.

Centrándonos ya dentro de la propia programación didáctica, he de decir que las diferentes unidades didácticas están realizadas en base a los Decretos nombrados anteriormente, aunque, dentro de la normativa que nos rige, se

propondrán actividades lúdicas de tal forma que los alumnos adquieran una adherencia significativa al deporte en general, ya que es uno de los objetivos que persigue esta propuesta.

En relación a esto, he de decir que lo principal y lo que me mueve a realizar esta programación es conseguir tratar uno de los temas más importantes en nuestra sociedad y que está a la orden del día, que consiste en usar el deporte y la adhesión al mismo (como hemos mencionado anteriormente) junto con la correcta alimentación para combatir la obesidad, ya que es uno de los principales problemas de nuestra sociedad en la actualidad.

Por otro lado, Alvarado, et al. (2014) los jóvenes pueden mejorar diferentes condiciones, entre las que destacan la destreza y la coordinación, además de obtener numerosos beneficios mediante la práctica deportiva estableciendo un estilo de vida saludable.

Además, estos mismos autores añaden que no solo sirve con hacer actividad física y deporte para erradicar el problema de la obesidad y tener una buena salud, sino que también hay que combinarlo con una dieta saludable, adquiriendo por tanto buenos hábitos en cuanto a nutrición se refiere teniendo muy en cuenta el gasto calórico y las calorías ingeridas a lo largo del día. Estos dos factores se han de combinar para evitar problemas de salud como el desarrollado en este documento: el sobrepeso y la obesidad.

Además, otros autores identifican otros problemas a la larga en referencia a la obesidad: “Los niños con obesidad y con sobrepeso tienen un elevado riesgo de ser obesos en la edad adulta. Pero, además, los niños con sobrepeso y con obesidad ya tienen más probabilidades de padecer a edades más tempranas

enfermedades no transmisibles como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares” (López-Sobaler, et al., 2021, p.28).

Es por tanto que, como docentes, tenemos en nuestras manos la posibilidad de tratar este asunto de riesgo de enfermedad a través de la educación en el aula con nuestros alumnos, incluyendo planes de acciones conjuntos junto con el centro para intentar solucionar un problema que cada vez está más en auge en nuestro país, España.

Por ello, me preocuparé durante la programación en conseguir que los alumnos vayan adquiriendo hábitos saludables en referencia a la alimentación y el deporte, y una aceptación por su físico, para intentar que los alumnos sean conscientes de esto y puedan implantarlo en su día a día tras la realización de las diferentes unidades didácticas junto con el plan de centro que va dirigido al tratamiento de la problemática de la obesidad, ya que se hará una acción conjunta con la asignatura de educación física.

Para la consecución de estos objetivos, durante la programación se desarrollarán actividades de carácter cooperativo y competitivas, de tal forma que los alumnos identifiquen el deporte como algo agradable y divertido y lo puedan adquirir en su día a día, dando la libertad a cada uno de ellos de escoger el deporte o el ámbito dentro de este que más les guste o motive.

Para poder entender esta problemática, podemos basarnos en unos de los organismos a nivel mundial que más trata de concienciar a las personas del problema, la Organización Mundial de la Salud (2017).

Es importante entender que, según la OMS: “España es un país que también está evolucionando hacia esta tendencia negativa en relación a la obesidad, y

que, para ver el cambio de tendencia, afirma que la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes (de 5 a 19 años) ha aumentado de forma espectacular, del 4% en 1975 a más del 18% en 2016. Este aumento ha sido similar en ambos sexos: un 18% de niñas y un 19% de niños con sobrepeso en 2016” (2021).

Con estos datos, podemos observar que la tendencia se produce a la par en ambos sexos, de tal forma que la problemática simplemente se debe a otros aspectos como por ejemplo puede ser la subida de los precios (lo que hace que nos alimentemos peor), los malos hábitos alimenticios y el no tener hábitos deportivos y de actividad física adecuados.

Por ello, a través de esta programación, se intentará concienciar a los alumnos de los hábitos mencionados con anterioridad para que sean capaces de llevarlos a la práctica en su día a día, de tal forma que sean capaces de visualizar la importancia que la obesidad tiene en cada uno como individuo y en conjunto como sociedad para, intentar desde la base educativa en las primeras etapas de desarrollo, cambiar la tendencia y tratar de mejorar los datos en la Comunidad Autónoma de Madrid y, por tanto, en nuestro país, España.

2.- CONTEXTUALIZACIÓN (ASPECTOS BÁSICOS)

En este punto, vamos a desarrollar todos los aspectos necesarios que se han de saber para la realización de forma correcta y real de esta programación didáctica en un centro, en este caso, de la Comunidad de Madrid.

Para ello, se escogerá un centro del distrito de Carabanchel, en la zona céntrica de dicha Comunidad Autónoma, el Colegio Nazaret-Oporto (Anexo I). Para la realización de esta programación, se tendrán en cuenta los aspectos más básicos y reales en cuanto a nivel adquisitivo, los recursos materiales, las instalaciones (Anexo VI) o los factores socioculturales que podamos encontrar en dicho centro.

2.1.- Características del centro y del entorno escolar

Para poder analizar posteriormente el resto de componentes escolares en referencia a los diferentes agentes educativos que nos vamos a encontrar en este centro escolar, debemos en primer lugar analizar el propio centro en profundidad para, posteriormente, analizar y entender los siguientes apartados.

En primer lugar, hemos de decir que el Colegio Nazaret-Oporto (Anexo I) se trata de un centro privado-concertado en las etapas educativas de Educación Infantil, Educación Primaria y la E.S.O, de tal forma que las familias que se encuentran en dicho centro educativo van a ser familias de clase media con un poder adquisitivo medio.

Al tratarse de un centro en concertado, las familias deben pagar una cuota trimestral para que sus hijos puedan ser introducidos en el centro y formarse allí, aunque las cuotas no son de un alto valor, por lo que poder llevar a sus hijos a

este centro pueden hacerlo la mayoría de las personas que se alojan en el entorno del centro escolar.

En este colegio, nos encontramos con que el ambiente es muy bueno y positivo, ya que la relación de los agentes educativos con las familias y alumnos es muy bueno y cercano, lo que facilita el proceso de enseñanza-aprendizaje (relación profesor-alumno) y la comunicación (relación profesor / directiva – familia /alumno).

El centro está dividido, en la etapa de Educación Primaria (en todos sus cursos) en tres líneas (A, B y C), de tal forma que todas las clases de Educación Infantil y Educación Primaria están juntas en el mismo edificio. Además, el centro cuenta con numerosos espacios para poder llevar a cabo las sesiones de educación física o si se requieren para otras asignaturas, como son las siguientes:

- *Un campo multiusos (fútbol sala y baloncesto)

- *Un patio interior (un poco más pequeño que el campo multiusos)

- *Un gimnasio interior con espalderas, potro y colchonetas

- *Un tatami

Además, el centro cuenta con un cuarto grande con diferente tipo de material para poder llevar a cabo las actividades propias del área de educación física o, si se requiriera, para otras áreas, además de las actividades extraescolares que ofrece el centro.

También cabe destacar que, para otro tipo de actividades en medio natural o que requieran espacios aún más amplios, el centro está situado a 10 y 15 minutos

andando respectivamente de dos parques inmensos: Parque de San Isidro y Parque de la Emperatriz María de Austria (Anexo III).

2.2.- Tipo de alumnado en el centro

El alumnado con el que nos vamos a encontrar en dicho centro se trata de un tipo de alumno de barrio, que provienen de familias de clase media y, en algunos casos, de familias de clase media-alta, pudiendo encontrar también (en algún caso) alumnos que provienen de familias de clase media-baja.

Esto hace que haya una diversidad notable en el centro, ya que hay mucha variedad entre las clases sociales de los alumnos y también un choque cultural grande ya que hay alumnos de otras nacionalidades, como por ejemplo ecuatorianos, peruanos, argentinos, colombianos y alguno de etnia gitana.

Pero a pesar de todo ello, la convivencia en el centro es muy buena y positiva, ya que, a pesar de estas diferencias, los alumnos entienden su rol dentro de los diferentes grupos y se respetan los unos a los otros.

En concreto, nuestra clase de 6º de Educación Primaria, cuenta con 24 alumnos, de los que podemos diferenciar 19 alumnos españoles, 2 alumnos peruanos, 2 alumnos ecuatorianos y 1 alumno de etnia gitana. Además, de esos 24 alumnos, nos encontramos a 4 alumnos con sobrepeso y 2 alumnos con obesidad, además de 2 alumnos con Trastorno del Espectro Autista y 3 alumnos con Trastorno de déficit de atención con hiperactividad, que trataremos en el apartado de *Medidas de atención a la diversidad*.

Todo ello se tendrá en cuenta para la realización de la programación didáctica, de tal forma que esté todo abordado y todo tenga una planificación concreta, aunque todas las semanas tendremos que tener en cuenta factores importantes

que surgen en el día a día según la etapa personal de cada alumno como puede ser la autoestima de cada uno de estos, tanto para el lado positivo como para el negativo.

2.3.- Tipo de familias en referencia a los alumnos

Como bien hemos comentado anteriormente, la mayoría de las familias son de una clase media, aunque como el precio de las cuotas trimestrales es asequible para más estratos sociales, también podemos ver de forma más puntual a familias de clase media-alta y media-baja, aunque el 90% de las familias que encontramos en el centro sean de clase media.

Los principales trabajos en los que desarrollan su actividad laboral estos padres y madres de familia son en el sector de la hostelería, en pequeños negocios de barrio, como funcionarios del estado o en trabajos correspondientes a no funcionarios en los que llevan toda la vida y tienen una cierta seguridad y estabilidad económica.

Las familias se muestran muy voluntarias y atentas para la realización de actividades propuestas por el centro o el tutor, ya que la participación habitual es del 90 % de las familias durante el curso escolar, por lo que es muy fácil poder programar actividades ya que su implicación es muy buena.

Por último, en cuanto a la comunicación profesor-familias, es muy positiva, ya que gracias a la aplicación “educamos” el tutor se puede poner en contacto con los padres día a día en cualquier aspecto que este requiera, además de que, a la inversa, las familias también se pueden poner en contacto con el tutor, pero solo para cosas excepcionales. Además, se propone a los padres de cada alumno una tutoría cada trimestre, por lo que se intenta tener una comunicación

buena y fluida con ellos durante el curso, para mantenerles informados sobre sus hijos durante el curso escolar.

2.4.- Planes y proyectos de centro

Los planes y proyectos del centro son muy amplios y variables, por lo que vamos a indagar en ellos, de tal forma que podamos entender, posteriormente, de una mejor manera dicha programación.

En primer lugar y, en la línea correspondiente en contra la obesidad, el centro está muy concienciado con la erradicación de la misma, ya que el director del centro y los docentes que más tiempo llevan en el mismo se han percatado de que es una problemática que está aumentando en el tiempo y que, cada vez hay más alumnos con sobrepeso y obesidad.

Por ello, el centro escolar tiene un proyecto entre manos (que se desarrollará más adelante en la programación) llamado *“Con una pieza de fruta, mi cuerpo y mi salud más disfrutan”* dirigido a toda la etapa de Educación Primaria, de tal forma que los alumnos se conciencien con los hechos y entiendan la importancia de comer saludable, en concreto, entre 3 y 5 piezas de frutas al día.

Por otro lado, tenemos que hablar de los valores que tiene el centro, ya que es muy importante para entender qué es más relevante para mismo y en qué educan a sus alumnos. Los valores a los que más importancia se les ha dado desde el centro, en base a la ley y obtenidos del Decreto 61/2022, del 13 de julio, son los siguientes:

- 1.- La **igualdad**, mediante la que el centro se compromete a dar las mismas oportunidades a sus alumnos en todos los aspectos educativos (incluyendo la inclusión). Además, también se tiene en cuenta la lucha por

la igualdad entre hombre y mujer, de tal forma que se realizará formación sobre la misma a sus alumnos.

2.- La **libertad** de cada uno de los alumnos, de tal forma que el centro dejará siempre la elección de cada uno de los alumnos y su opinión se tendrá muy en cuenta, intentándolos formar de forma integral con el objetivo de que puedan tomar, desde el conocimiento y su libertad, las mejores decisiones para su vida.

3.- El **respeto a los derechos humanos**, teniendo en cuenta el centro que es muy importante que los alumnos conozcan y apliquen los derechos que tienen como personas dentro de la sociedad en la que nos encontramos.

4.- El **rechazo a cualquier forma de violencia, terrorismo o xenofobia**, fomentado de forma transversal a través de la igualdad y dando las herramientas concretas a los alumnos para la resolución de problemas (siempre desde el diálogo y fomentando también la empatía).

Además, hablando de los valores que promueve este centro educativo, tenemos que tener en cuenta las líneas pedagógicas del mismo, desde el cuál entenderemos mucho mejor el encuadre de dicha programación didáctica. Las más relevantes que podemos encontrar son las siguientes:

1.- **Contextualización:** Es una de las líneas pedagógicas más importantes dentro del centro, ya que lo que se pretende es que, todas las demás líneas pedagógicas se trabajen de forma contextualizada en base al entorno al que se encuentra el centro educativo y que hemos descrito anteriormente en este documento.

2.- **Transmisión de los valores:** En base a los valores anteriormente descritos, es de vital importancia entender que hay desarrollado todo un plan de acción de cómo se han de transmitir estos valores en base al contexto en el que se encuentra el centro y la tipología de alumnado que podemos encontrar dentro del aula.

3.- **Interculturalidad:** Lo que se pretende por parte del centro educativo es que los alumnos adquieran respeto por el resto de cultura y, entiendan, que dependiendo del país o la zona desde la que venga cada uno esta va a ser diferentes y que, por tanto, debemos entenderla y respetarla.

4.- **Convivencia:** La importancia de la convivencia (al igual que la multiculturalidad) se basará en el respeto, de tal forma que todos sean capaces de reconocer los actos de los demás y, aunque no piensen igual o no los compartan, se respeten, de tal forma que se cree una convivencia idónea dentro del centro que, posteriormente, será extrapolada a la sociedad.

5.- **Esfuerzo:** Desarrollo del esfuerzo común (que podemos encontrar en la LOE) que lo que pretende es conseguir que todos los miembros educativos sean capaces de esforzarse conjuntamente para el desarrollo y formación integral de cada uno de sus integrantes.

Todas estas líneas pedagógicas tienen que entenderse de forma conjunta, de tal forma que, el desarrollo de todas en conjunto hará que los alumnos consigan tener esa formación integral que tanto se pretende por parte del centro educativo y de sus integrantes, además de estar sometidas a una evaluación constante a lo largo de los cursos académicos, pudiendo añadir nuevas líneas en el futuro.

3.- MARCO TEÓRICO-NORMATIVO

En este apartado de concreción teórico-normativa y, tras haber analizado en el apartado de *introducción y justificación del tema escogido* la problemática de la obesidad, nos vamos a centrar en la propia ley para cerrar la concreción curricular de este documento.

En primer lugar, empezando por lo que nos dice la ley en referencia a la importancia del deporte y de los hábitos saludables que, tienen como principal motivo la solución de problemas como el que evidenciamos con nuestra programación, acerca de la obesidad, esta nos es muy concreta en lo que debemos de conseguir con nuestros alumnos en la etapa educativa en la que se va a llevar a cabo esta programación.

En el apartado de los contenidos de este mismo Decreto 61/2022, de 13 de julio en la Comunidad de Madrid, en el primer bloque “vida activa y saludable” y en el segundo bloque “organización y gestión de la actividad física” también encontramos conocimientos, destrezas y actitudes que los alumnos deberán adquirir y que se relacionan directamente con la vida saludable y, por tanto, rechazando cualquier problema sanitario como es la obesidad.

Además, aparte de los bloques de contenidos descritos en el párrafo anterior, es de gran importancia destacar lo que nos dice la ley en base a los objetivos de etapa en referencia a los hábitos saludables y la práctica deportiva. El Decreto 61/2022, del 13 de julio, marca como objetivo principal de etapa “valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social”.

Como podemos observar, desde los bloques de contenidos y los objetivos de etapa para el tercer ciclo de Educación Primaria ya se le da mucha importancia a la adquisición de hábitos saludables en cuanto a la alimentación y a la realización de una práctica deportiva habitual, lo que hace que se rechace cualquier problema de salud, entre ellos, la obesidad.

Por otro lado, tras haber revisado los apartados propios (contenidos y objetivos de etapa) que se desarrollan en el decreto pertinente y que, apoyan de forma clara a la actividad física, la salud y la buena alimentación, debemos analizar que dice la ley en referencia al área de educación física, ya que es el medio que se utilizará para la consecución de los objetivos planteados en esta planificación.

Para comenzar con su definición, debemos ver como la define la LOMLOE, la ley que modifica a su antecesor, la LOMCE, que define a la educación física de la siguiente manera:

“La Educación Física en la etapa de Educación Primaria prepara al alumnado para afrontar una serie de retos fundamentales que pasan por la adopción de un estilo de vida activo, el conocimiento de la propia corporalidad, el acercamiento a manifestaciones culturales de carácter motor, la integración de actitudes eco socialmente responsables o el desarrollo de todos los procesos de toma de decisiones que intervienen en la resolución de situaciones motrices. Estos elementos contribuyen a que el alumnado sea motrizmente competente, facilitando así su desarrollo integral, puesto que la motricidad constituye un elemento esencial e indisoluble del propio aprendizaje” (Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo, p. 24.439).

Como podemos observar, la primera pauta que ya de por sí marca la ley es la adquisición de un estilo de vida saludable, de tal forma que es uno de los principales retos a conseguir por parte del profesorado en el aula con sus alumnos, a través de las pautas que marca este Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo.

Además, esta ley (LOMLOE), a través del Real Decreto que hemos mencionado en el párrafo anterior, introduce una serie de competencias específicas que responden a tres preguntas: qué, cómo y para qué. En la primera competencia específica, en referencia a la vida saludable, esta ley nos propone lo siguiente:

“Adoptar un estilo de vida activo y saludable (qué), practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz (cómo), para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar (para qué).”

Gracias a que cada una de las competencias específicas responde a las tres cuestiones mencionadas anteriormente, conseguimos entender qué es lo que se pretende conseguir, cómo tiene que ser la actuación docente en el área de educación física para conseguir la consecución por parte del alumnado y para qué le servirá a cada uno de ellos desde su adquisición en adelante.

4.- COMPETENCIAS

Las competencias que se van a trabajar durante esta programación didáctica son las que podemos recoger de la ley, en concreto del Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo. Estas competencias se irán adquiriendo por parte de los alumnos durante el curso académico y la realización de las diferentes unidades didácticas dentro del área de educación física.

Si bien nos centramos en autores que han ido trabajando con el concepto de competencia en educación, tenemos que ver el desarrollo de dicho concepto a lo largo del tiempo: “El discurso de las competencias ha ido ganando terreno de forma progresiva en todos los ámbitos y niveles de la educación formal, desde la educación superior hasta la educación infantil, convirtiéndose en muchos países en un enfoque dominante” (Coll, 2007, p.34).

Además, este autor en referencia al concepto de competencia añade que se trata de un concepto novedoso y original, dando importancia a otros aspectos importantes fuera de los propios contenidos curriculares:

El interés fundamental del concepto de competencia reside –a mi juicio– en el hecho de que proporciona una mirada original y muy sugerente para abordar un aspecto a la vez nuclear y extremadamente complejo de la educación escolar: la identificación, selección, caracterización y organización de los aprendizajes escolares; es decir, las decisiones relativas a lo que debe esforzarse en aprender el alumnado y, por tanto, a lo que debe intentar enseñar el profesorado en los centros educativos. (Coll, 2007, p.35).

Estas competencias tienen que ir vinculadas con la sociedad y lo que se busca en la actualidad, en concreto en el siglo XXI, por lo que tienen que estar adecuadas a lo que se busca hoy en día para nuestros alumnos.

4.1.- Competencias clave

Las competencias clave que vamos a desarrollar, como antes hemos mencionado, las encontramos en el Real Decreto mencionado anteriormente, en referencia a la LOMLOE.

Como bien nos comenta la ley, estas competencias que vamos a desarrollar a continuación deben de ser adquiridas por parte de los alumnos al final de la enseñanza básica ya que, como bien nos comenta, el alumno a la hora de terminar dicha enseñanza debe tener este “perfil de salida” para llevar a la práctica las competencias adquiridas.

Las competencias clave que marca la ley son un total de 8, las cuales son de real importancia en nuestra sociedad a día de hoy. A continuación, vamos a desarrollar cómo vamos a trabajar cada una de estas competencias durante esta programación didáctica:

1.- Competencia en comunicación lingüística (CCL): Para la adquisición de esta competencia en concreto, se facilitará al alumnado un tema en concreto en referencia a la unidad didáctica en la que nos encontremos, de tal forma que por grupos tengan que exponer uno de los deportes que estemos viendo durante dicha unidad didáctica al resto de la clase, explicando las reglas, cómo se juega y los aspectos más relevantes del mismo.

Lo que se pretende con esto es conseguir que los alumnos lleven la explicación de uno de los deportes y que sean los protagonistas de la clase, desarrollando esta competencia. El docente, lo que deberá hacer durante las exposiciones es formar los grupos, control de la clase y evaluar la actividad.

2.- Competencia plurilingüe (CP): Para la consecución de esta competencia, lo que haremos será realizar una sesión a la semana de forma transversal con la lengua inglesa, de tal forma que trabajemos durante el curso esta competencia todas las semanas. De esta forma, conseguiremos que los alumnos se desenvuelvan y se desarrollen de forma correcta en esta competencia y que, posteriormente, fuera del centro educativo les sea de mayor facilidad comunicarse con otras personas a través del inglés, consiguiendo adentrarse en otras culturas a través del lenguaje.

3.- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM): En cuanto a esta competencia, denominada como STEM (Science, Technology, Engineering and Math), hace posible que los alumnos sean capaces de resolver problemas cotidianos a través de las propias ciencias. En cuanto a lo que nos comprende dentro de esta programación didáctica, dicha competencia servirá a los alumnos para calcular el Índice de Masa Corporal (IMC) y el gasto energético, mediante el cual será capaz de ver si consume más calorías de las que gasta o viceversa.

Con esto conseguiremos que los alumnos sean capaces de relacionar contenidos a través de las ciencias y que sean capaces de crear o desarrollar hipótesis a través de la resolución de problemas, dentro del área de educación física.

4.- Competencia digital (CD): Esta competencia es muy importante en el siglo XXI, ya que su desarrollo sigue aumentando a día de hoy y la tendencia es que lo siga haciendo. Los alumnos deberán ser capaces de utilizar de forma correcta las TIC para los diferentes usos que cada herramienta permite llevar a cabo.

Para su consecución en el área de educación física, los alumnos en diversas unidades didácticas deberán realizar diferentes tipos de autoevaluación a través de las TIC, con aplicaciones como Kahoot, Google Classroom o Class Dojo, entre otros. El objetivo principal es conocer diferentes herramientas y aprender su uso, para poder utilizarlas en el día a día de los alumnos e integrarlas a su mochila de recursos.

5.- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA):

Lo que se pretende con la consecución de dicha competencia es el desarrollo íntegro de cada alumno en base a adquirir los conocimientos no solo básicos, sino ser capaces de adquirir otro tipo de aprendizajes en base a sus inquietudes y que se puedan relacionar de forma transversal con el resto de contenido básicos de etapa.

De esta forma, los alumnos son capaces de adquirir una formación más integral que complementa al resto de conocimientos adquiridos y que

hacen que el alumnado llegue a ser aún más competentes en el área que se desarrolle.

6.- Competencia ciudadana (CC): La consecución de esta competencia proporcionará al alumno una mejor convivencia consigo mismo y con el resto de individuos en sociedad, de tal forma que sean capaces de saber diferenciar lo que está bien de lo que está mal.

Para el desarrollo completo de esta competencia, será fundamental el desarrollo de valores, de tal forma que los alumnos adquieran los principales valores en los que deberían formarse para llegar a conseguir una mejor convivencia en sociedad y que, se adquirirán de forma muy positiva a través del deporte.

7.- Competencia emprendedora (CE): Como bien hemos comentado, es de real importancia que los alumnos sean capaces de tener pensamiento crítico y, como consecuencia, generen respuestas a dichos pensamientos en base a sus propios conocimientos. De esta forma se consigue que los alumnos sean capaces de desarrollar otras capacidades como la creatividad o el llevar a cabo una acción en base a su planificación.

8.- Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC): En referencia a esta competencia, se desarrollará en la programación didáctica gracias a una batería de juegos populares y tradicionales generados por el profesor, que serán llevados a cabo durante el curso académico y que, los alumnos en base a sus intereses, irán ampliando a lo largo de las diferentes unidades didácticas.

Tanto la competencia plurilingüe (CP) como la competencia digital (CD) no se vinculan con los descriptores operativos, pero, hemos de incluirlas como competencias trabajadas en la programación ya que estarán presentes en la misma, realizando una unidad didáctica referente al voleibol en inglés (CP) y realizando numerosas actividades de autoevaluación durante el curso (CD), por lo que es importante mencionarlas en este apartado.

A continuación, a modo de conclusión de este apartado, vamos a colocar una tabla en referencia a la relación entre las competencias clave y sus criterios de evaluación correspondientes para la consecución de los mismos:

Figura 1. Relación de las competencias clave y los criterios de evaluación.

COMPETENCIAS CLAVE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Competencia en comunicación lingüística (CCL)	1.1, 1.3, 1.4
	3.1, 3.2, 3.3, 3.4
	4.3, 4.4
Competencia plurilingüe (CP)	2.1, 2.2, 2.3
	3.2, 3.3, 3.4
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)	3.1, 3.3, 3.4
	4.1
	5.1
Competencia digital (CD)	1.1, 1.2, 1.4
	4.2
	5.1
Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)	1.1, 1.2, 1.3, 1.4
	2.1, 2.2, 2.3
	3.2, 3.3, 3.4
	4.2, 4.3
	5.1
Competencia ciudadana (CC)	3.1, 3.2, 3.3, 3.4
	4.2, 4.3
	5.1
Competencia emprendedora (CE)	1.1, 1.3
	2.1, 2.2, 2.3
	3.3, 3.4
	4.1, 4.3
Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC)	5.1
	4.1, 4.2, 4.3, 4.4
	5.1

5.- OBJETIVOS

Los objetivos son lo que los alumnos deben de adquirir tras la realización correcta del proceso de enseñanza-aprendizaje y que deben adquirir al final de la etapa de Educación Primaria. El Real Decreto 61/2022, del 13 de julio nos proporciona 14 objetivos, seleccionando los correspondientes al área de Educación Física para nuestra programación.

5.1.- Objetivos de etapa para la actual programación didáctica

Los objetivos de etapa que por tanto vamos a trabajar durante la programación en el área de educación física son los siguientes:

a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar poniéndose en el lugar del otro, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como su participación en una sociedad democrática.

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

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

d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres

y mujeres, y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.

e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua española y desarrollar hábitos de lectura.

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

g) Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.

h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.

i) Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.

j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.

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

l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.

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

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

5.2.- Objetivos propios de la programación didáctica

En este apartado, tras haber definido los objetivos de etapa que se llevarán a cabo durante la programación, vamos a definir los objetivos que se pretenden conseguir a través del desarrollo de esta, es decir, los objetivos propios de la programación didáctica. Lo que se pretende lograr durante el curso escolar, por tanto, es lo siguiente:

1.- Conocer el problema de la obesidad a nivel nacional e internacional, de tal forma que el alumno sea consciente de los daños a la salud que esta enfermedad puede causar a lo largo de los años.

2.- Desarrollar hábitos saludables durante las clases de educación física, consiguiendo que los alumnos se impliquen en su práctica deportiva y su alimentación.

- 3.- *Crear un hábito de prevención de lesiones a través de la adquisición de conocimientos básicos en calentamiento antes de realizar la actividad física y estiramiento al finalizar la misma.*
- 4.- *Desarrollar un conocimiento amplio y de respeto e involucración en diferentes juegos cooperativos y por equipos que se van a ir realizando a lo largo del curso escolar.*
- 5.- *Adquirir autonomía por parte del alumnado en las diferentes actividades que se van a llevar a cabo, desarrollando una capacidad de resolución de problemas y pensamiento crítico por parte de los mismo.*
- 6.- *Desarrollar las habilidades motrices básicas de la actividad física y el deporte.*
- 7.- *Desarrollar las habilidades motrices específicas tras la adquisición de las habilidades motrices básicas.*
- 8.- *Respetar las normas de la clase y de las actividades en cuestión, favoreciendo el “fairplay” o juego limpio y el respeto por el resto de compañeros dentro de la clase de educación física.*
- 9.- *Conocer de forma autónoma el propio cuerpo y la importancia de su cuidado, además de la salud mental que acompaña a la actividad física.*
- 10.- *Comprender los valores que se intentan transmitir a través de la práctica deportiva, adquirirlos y ser capaces de ponerlos en práctica en la sociedad en la que vivimos.*
- 11.- *Cuidar el medio ambiente que nos rodea, las diferentes especies tanto en el entorno escolar como fuera de este.*

12.- Conocer los riesgos que tiene la práctica deportiva en general y de las actividades específicas, adquiriendo una actitud de prevención en consecuencia.

13.- Conocer las características de los deportes colectivos, y ser capaces de seguir sus normas y características técnico-tácticas.

14.- Conocer las características de los deportes de colaboración-oposición, y ser capaces de seguir sus normas y características técnico-tácticas.

15.- Desarrollar y aprender de forma eficiente las características técnicas y tácticas básicas de los deportes que se van a ir viendo durante el curso.

16.- Adquirir una actitud de esfuerzo en el deporte, siendo capaces de dar la mejor versión de uno mismo durante la duración de la actividad en cuestión.

17.- Favorecer la inclusión en el aula de todos los alumnos, independientemente de sus características físicas y/o intelectuales.

18.- Desarrollar la coordinación motriz a través de la práctica deportiva.

6.- CONTENIDOS

En este apartado, se van a desarrollar los contenidos propios de esta programación didáctica, teniendo en cuenta el Decreto 61/2022, del 13 de julio, por los que se establecen los contenidos por bloques que se trataran mediante las 15 unidades didácticas.

6.1.- Contenidos propios de la programación

Vamos a desarrollar las 15 unidades didácticas para el curso 2022-2023 en el Colegio Nazaret-Oporto (Anexo I) en la Comunidad de Madrid, para los alumnos 6º de Educación Primaria en la asignatura de educación física.

Para ello, se tienen en cuenta las características del propio centro, la PGA del mismo y las necesidades concretas del alumnado de nuestro curso, pudiéndonos adaptar, por tanto, en todo lo necesario que se requiera desde una acción docente coordinada y efectiva.

Las unidades didácticas, como podemos ver a continuación, estarán desarrolladas en una tabla individual por unidad, de tal forma que recojamos todos los contenidos básicos y a trabajar durante el curso:

6.1.- UNIDAD DIDÁCTICA 1: ¿NOS CONOCEMOS?			
TRIMESTRE	1	N.º SESIONES	4
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Todo comienzo tiene una presentación, pero ya no solo entre las diferentes personas que participamos en la asignatura de educación física del curso 2022-2023, sino también de las actividades que se van a realizar durante el curso. Pero... ¿sabemos lo básico y fundamental dentro de nuestro pequeño rincón relacionado con el deporte? ¡Empezamos!		
COMPETENCIAS CLAVE			
CCL, CPSAA, CE, CCEC			
OBJETIVOS	-Establecer una rutina de calentamiento para el alumnado para realizar antes de cualquier tipo de actividad básica que se vaya a realizar. -Entender la importancia del calentamiento y el estiramiento al comenzar y finalizar la actividad física como prevención para cualquier tipo de lesión. -Conocer diferentes juegos cooperativos para conocer al resto de los compañeros y entrar en calor antes de realizar cualquier tipo de actividad física que implique un mayor esfuerzo físico.		
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	
A, D, E, H, J, K, M		1,2,3,4,10,17,18	
CONTENIDOS	BLOQUE A: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE -Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación higiénico postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.		
	BLOQUE B: ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA -Toma de medidas (previas y durante) de prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general, conciencia y responsabilidad en función de los requerimientos de la tarea y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad de uno mismo y de los demás. Correcta utilización de materiales. -Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Posición lateral de seguridad. Primeros auxilios básicos: mantener la calma, conductas PAS (proteger, avisar, socorrer).		
	BLOQUE E: MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ -Aportaciones de la cultura motriz, los juegos, a la herencia cultural de cada país y al conjunto global del planeta. Los deportes como seña de identidad cultural. Juegos populares de diferentes etnias y culturas: Coger tu cola (Nigeria), Bokwele (Zaire), El conejo a la pata coja (Tailandia), Tirar seis (México)...		
	INTERDISCIPLINARIEDAD		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CIENCIAS SOCIALES, CIENCIAS DE LA NATURALEZA Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA	
		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN
1		1.1, 1.3	50%
3		3.1	25%
4		4.1	25%

6.2.- UNIDAD DIDÁCTICA 2: SALUD FÍSICA Y MENTAL			
TRIMESTRE	1	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Qué importancia tiene el cuidado de la salud a todos los niveles, tanto física como mental. Por ello, empezamos esta nueva unidad didáctica, en las que los alumnos podrán experimentar actividades como el pilates o el mindfulness para el cuidado personal.		
COMPETENCIAS CLAVE			
CCL, STEM, CD			
OBJETIVOS	-Establecer una rutina de cuidado diario / semanal en referencia a la salud física y mental por parte del alumnado. -Favorecer al disfrute de la actividad física individual y guiada por parte del docente.		
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	
A, E, H, I, J, K, M		1,3,5,9,17	
CONTENIDOS	BLOQUE A: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE -Salud mental: Consolidación y ajuste realista del concepto de uno mismo, teniendo en cuenta la igualdad. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.		
	BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES -Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).		
	BLOQUE D: REGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES -Gestión emocional que pueda desencadenar actitudes, conductas y estados que dificultan el desarrollo personal y escolar: ansiedad, estrés, ira, tristeza y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión: Introspección, motivación, capacidad de expresión, (asertividad), como medio para superar las diferencias individuales en una práctica, lúdica o deportiva de todos y para todos.		
INTERDISCIPLINARIEDAD		LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA Y CIENCIAS DE LA NATURALEZA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN
1		1.1, 1.2	33%
2		2.3	33%
3		3.1	34%

6.3.- UNIDAD DIDÁCTICA 3: VERDURAS Y FRUTAS TODAS JUNTAS				
TRIMESTRE		1	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		Debemos entender que no solo con la actividad física basta. Esta es una de las unidades didácticas más importantes del curso ya que, a partir de aquí, podremos a los alumnos en alerta y consciencia de comer saludable y hacer actividad física para combatir la obesidad al ser uno de los principales problemas de salud actuales.		
COMPETENCIAS CLAVE				
CCL, STEM, CD, CC				
OBJETIVOS	-Entender la importancia de realizar una dieta equilibrada y saludable. - Acompañar una buena dieta junto al ejercicio físico diario durante todas las semanas. -Comprender la problemática actual en referencia a la obesidad en nuestra sociedad.			
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS		
A, E, H, I, K, M, N		1,2,4,9,17		
CONTENIDOS	BLOQUE A: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE -Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación higiénico postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo. -Vida saludable: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales para practicar en igualdad, actividades físico-deportivas según la competencia motriz.			
INTERDISCIPLINARIEDAD		CIENCIAS DE LA NATURALEZA Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
1		1.1, 1.2	50%	
2		2.3	25%	
4		4.1	25%	

6.4.- UNIDAD DIDÁCTICA 4: HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS				
TRIMESTRE		1	N.º SESIONES	6
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		La importancia de las habilidades motrices básicas en nuestra vida se ve reflejado en habilidades motrices básicas más específicas al realizar otro tipo de actividades deportivas. Por ello, en esta unidad didáctica, vamos a trabajar la base de las habilidades motrices.		
COMPETENCIAS CLAVE				
CCL, CPSAA				
OBJETIVOS	-Desarrollar durante la unidad didáctica las habilidades motrices básicas de cada alumno (evolución). -Aprender las técnicas de cada una de las habilidades trabajadas para conseguir economizar al máximo dichas habilidades motrices.			
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS		
E, G, K, M		1,3,6,17,18		
CONTENIDOS	BLOQUE B: ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA -Planificación y regulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y evaluación del resultado.			
	BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES -Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones complejas crecientes; organización espacial del propio cuerpo y de sus compañeros (percepción de distancias y trayectorias, orientación en el espacio), temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la intercepción de trayectorias de móviles). -Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).			
INTERDISCIPLINARIEDAD		MATEMÁTICAS Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
2		2.1	25%	
3		3.1, 3.4	75%	

6.5.- UNIDAD DIDÁCTICA 5: ¡APRENDE A RESPETAR!: EDUCACIÓN VIAL				
TRIMESTRE		1	N.º SESIONES	7
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		La importancia de la educación vial en el día a día es un aspecto que hay que resaltar para la correcta educación desde edades tempranas a los alumnos por su seguridad y el respeto del medio ambiente. Intentaremos ser conscientes de lo que implica e intentar mejorar la sociedad en lo que a este aspecto se refiere.		
COMPETENCIAS CLAVE				
CCL, STEM, CD, CC				
OBJETIVOS	-Comprender la importancia de la educación vial en el día a día. -Saber identificar que acciones son correctas y cuáles no, en cuanto a educación vial se refiere. -Aprender los símbolos y señales básicas que se identifican en esta área.			
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS		
A, C, E, H, I, K, M, N		1,5,8,11,12,17		
CONTENIDOS	BLOQUE F: INTERACCIÓN EFICIENTE Y CUIDADOSA CON EL ENTORNO -Normas de uso: la educación vial desde la actividad física y deportiva. Movilidad segura y saludable Convivencia armoniosa y pacífica entre los distintos medios de locomoción y el peatón. Puesta en práctica de las normas básicas de circulación. -Transporte activo seguro y no contaminante: bicicletas, patines, patinetes. Normas de uso responsable y seguro del material y el entorno, conocimientos de mecánica básica, (pinchazos, ajuste de sillín...) -Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividad física en diferentes contextos e instalaciones en el medio natural u urbano. Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida del material y desperdicios utilizados).			
INTERDISCIPLINARIEDAD		CIENCIAS SOCIALES Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
1		1.3	25%	
5		5.1	75%	

6.6.- UNIDAD DIDÁCTICA 6: VOLEIBOL EN INGLÉS (INTERDISCIPLINAR)			
TRIMESTRE	1	N.º SESIONES	8
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Comenzamos con los deportes colectivos, jugando al voleibol, un deporte que hace crear una mayor unión entre el grupo y que, además, nos ofrece numerosos retos competitivos dónde el alumno puede sentir que se va superando a sí mismo.		
COMPETENCIAS CLAVE			
CCL, CP, CPSAA			
OBJETIVOS	-Conocer y desarrollar los gestos técnicos básicos del voleibol. -Conocer y desarrollar la táctica correspondiente al voleibol. -Desarrollar el valor de jugar en equipo y el compañerismo. -Aplicar los conocimientos técnico-tácticos específicos de este deporte a situaciones reales de juego. -Aprender y saber aplicar en este deporte el vocabulario y lenguaje adecuado de la primera lengua extranjera, el inglés.		
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	
B, C, E, F, K, M		1,3,7,8,13,15,17	
CONTENIDOS	BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES -Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica y táctica en actividades físico-deportivas: aspectos principales. Iniciación a la práctica deportiva, gestos técnicos básicos. -Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Adaptación del movimiento a diferentes entornos y situaciones de colaboración y oposición.		
	BLOQUE D: REGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES -Concepto de fairplay o <>. Aceptación y entendimiento de las normas de juego, de la derrota como parte del mismo, respeto a todos los agentes del ámbito deportivo. -Acciones que muestren una amenaza a la práctica deportiva. Hábitos no adecuados, conductas violentas, manipulación del juego. -Identificación, abordaje y rechazo de conductas discriminatorias y contrarias a la convivencia en situaciones motrices.		
INTERDISCIPLINARIEDAD		PRIMERA LENGUA EXTRANJERA (INGLÉS)	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN
2		2.1, 2.2, 2.3	60%
3		3.2, 3.3, 3.4	40%

6.7.- UNIDAD DIDÁCTICA 7: LOS JUEGOS OLÍMPICOS			
TRIMESTRE	2	N.º SESIONES	8
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	El culmen del deporte. El deporte en su máxima expresión. El deporte de élite, pero también de respeto, compañerismo y lleno de valores. Así les será presentada la unidad didáctica a los alumnos, que podrán experimentar durante la duración de la misma las sensaciones y sentimientos de un deportista de máximo nivel que alcanza esta meta en la vida: participar en unos Juegos Olímpicos.		
COMPETENCIAS CLAVE			
CCL, STEM, CD, CPSAA, CC			
OBJETIVOS	-Aprender los diferentes deportes que se llevan a cabo durante unos juegos olímpicos. -Entender los valores deportivos que se transmiten en unas olimpiadas a todos sus integrantes. -Conocer los Juegos Paralímpicos (que se verán en la unidad didáctica 11 con el día del Trastorno del Espectro Autista). -Esforzarse para llegar a dar su mejor versión durante la competición.		
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	
A, B, C, E, G, H, I, K, M		1,2,3,6,8,10,16,17	
CONTENIDOS	BLOQUE A: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE -Vida saludable: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales para practicar en igualdad, actividades físico-deportivas según la competencia motriz.		
	BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES -Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).		
	BLOQUE E: MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ -Deporte e igualdad en el deporte amateur y profesional. Deportes asociados a hombres y mujeres.		
	-Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. Categorías, deportes, diversidad funcional y su capacidad para desarrollar cualquier disciplina deportiva. -La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.		
INTERDISCIPLINARIEDAD		LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA, CIENCIAS SOCIALES Y MATEMÁTICAS	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN
2		2.3	50%
3		3.1, 3.2, 3.3, 3.4	35%
4		4.2, 4.3	15%

6.8.- UNIDAD DIDÁCTICA 8: AL AGUA PATOS (Anexo II)			
TRIMESTRE	2	N.º SESIONES	7
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Qué importante es, al igual que nos desplazamos con total facilidad por el medio terrestre en nuestro día a día, saber hacerlo de forma correcta en el medio acuático. En esta unidad didáctica lo que se pretende es terminar de formar a los alumnos en el medio acuático antes de finalizar la etapa de Educación Primaria.		
COMPETENCIAS CLAVE			
CCL, CPSAA			
OBJETIVOS	-Aprender la técnica básica en los diferentes estilos: crol, espalda, braza y buceo. -Aprender a ser lo más eficientes posibles en el desplazamiento en medio acuático. -Trabajar la coordinación motriz de forma global, junto con la agilidad y la capacidad respiratoria a través de diferentes juegos y actividades. -Adquirir los conceptos básicos de cuidado e higiene personal en el medio acuático. -Aprender los aspectos de seguridad básicos en referencia al medio acuático (piscina como entorno).		
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	
A, E, H, K, M		1,7,12,17,18	
CONTENIDOS	BLOQUE B: ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA -Toma de medidas (previas y durante) de prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general, conciencia y responsabilidad en función de los requerimientos de la tarea y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad de uno mismo y de los demás. Correcta utilización de materiales. BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES -Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).		
INTERDISCIPLINARIEDAD		LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA Y CIENCIAS DE LA NATURALEZA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
1	1.3	20%	
2	2.2	40%	
5	5.1	40%	

6.9.- UNIDAD DIDÁCTICA 9: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL					
TRIMESTRE		2	N.º SESIONES	6	
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		La importancia de conocer el entorno y de poder disfrutar de realizar actividad física en el medio natural de forma autónoma es algo que se ha de inculcar a los niños desde edades muy tempranas, por lo que lo que intentaremos en esta unidad didáctica es que los alumnos experimenten una sensación única al realizar actividad física fuera del centro, en el entorno natural.			
COMPETENCIAS CLAVE					
CCL, STEM, CD, CC, CE					
OBJETIVOS	-Conocer las diferentes posibilidades que ofrece el medio natural para la realización de actividad física variada. -Conocer los riesgos de realizar actividad física en el entorno natural (variables, climatología, etc.). -Aprender de forma correcta la realización de actividades en medio natural, siguiendo unos pasos predeterminados. -Valorar la importancia que tiene el cuidado del medio ambiente.				
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS			OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS		
A, E, H, I, K, L, M, N			1,5,11,12,17		
CONTENIDOS	BLOQUE B: ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA -Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos y agonísticos. -Actitudes consumistas en torno al equipamiento. Análisis de la adquisición de material para la práctica físico-deportiva.				
	BLOQUE F: INTERACCIÓN EFICIENTE Y CUIDADOSA CON EL MEDIO AMBIENTE -Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación. Preparación y evaluación de los posibles riesgos que pueden darse en la actividad física en el medio natural y conocimiento de una correcta gestión de los mismos. Previsión de riesgos y actuaciones en caso de accidente (evaluación de riesgos y maniobras básicas de primeros auxilios, técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). -Consumo adecuado: Búsqueda, construcción, reparación y reutilización de elementos y materiales para la práctica motriz. -Práctica de actividades físicas con cierto grado de autonomía en el medio natural y urbano: senderismo, escalada, piragüismo, barranquismo, parques de aventura, bicicleta. -Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividad física en diferentes contextos e instalaciones en el medio natural u urbano. Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida del material y desperdicios utilizados).				
	INTERDISCIPLINARIEDAD			CIENCIAS DE LA NATURALEZA Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA	
	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
	1		1.3	25%	
3		3.1, 3.3	25%		
5		5.1	50%		

6.10.- UNIDAD DIDÁCTICA 10: BALONCESTO			
TRIMESTRE	2	N.º SESIONES	8
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Comenzamos con los deportes de colaboración-oposición dentro de este curso académico. Para ello, hemos escogido el baloncesto, un deporte que, además de ser divertido y entretenido para el alumnado, transmite numerosos valores que pueden hacerles, aparte de mejores deportistas, mejores personas, desarrollándose el alumnado física y personalmente.		
COMPETENCIAS CLAVE			
CCL, CPSAA			
OBJETIVOS	-Conocer y desarrollar los gestos técnicos básicos del baloncesto. -Conocer y desarrollar la táctica correspondiente al baloncesto. -Trabajar en equipo para conseguir los objetivos propios del deporte. -Aplicar los conocimientos técnico-tácticos específicos de este deporte a situaciones reales de juego.		
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	
B, C, E, G, K, M		1,3,7,8,14,15,17	
CONTENIDOS	BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES -Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. -Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica y táctica en actividades físico-deportivas: aspectos principales. Iniciación a la práctica deportiva, gestos técnicos básicos. -Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Adaptación del movimiento a diferentes entornos y situaciones de colaboración y oposición.		
	BLOQUE D: REGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES -Concepto de fairplay o <>. Aceptación y entendimiento de las normas de juego, de la derrota como parte del mismo, respeto a todos los agentes del ámbito deportivo. -Acciones que muestren una amenaza a la práctica deportiva. Hábitos no adecuados, conductas violentas, manipulación del juego. -Identificación, abordaje y rechazo de conductas discriminatorias y contrarias a la convivencia en situaciones motrices.		
INTERDISCIPLINARIEDAD		MATEMÁTICAS Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA	
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN
2		2.1, 2.2, 2.3	60%
3		3.2, 3.3, 3.4	40%

6.11.- UNIDAD DIDÁCTICA 11: SEMANA DEL TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (INCLUSIVO)				
TRIMESTRE		3	N.º SESIONES	7
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		Tras la llegada de semana santa y, comenzando este último trimestre, aprovechamos que el 2 de abril fue el Día Internacional del Trastorno del Espectro Autista para llevar a cabo unas sesiones conjuntas en referencia al Deporte Paralímpico de forma inclusiva en el aula.		
COMPETENCIAS CLAVE				
CCL, STEM, CD, CPSAA, CC				
OBJETIVOS	-Conocer las dificultades de las personas que tienen Trastorno del Espectro Autista.			
	-Conocer los diferentes deportes Paralímpicos y saber cómo son sus reglas de juego.			
-Entender la convivencia en el centro educativo y en la sociedad desde el punto de vista inclusivo.				
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS		
A, B, C, D, E, H, I, K, M		1,3,5,6,8,10,16,17		
CONTENIDOS	BLOQUE A: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE			
	-Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación higiénico postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.			
	-Salud mental: Consolidación y ajuste realista del concepto de uno mismo teniendo en cuenta la igualdad. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.			
	BLOQUE B: ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA			
-Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.				
-Planificación y regulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y evaluación del resultado.				
-Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Posición lateral de seguridad. Primeros auxilios básicos: mantener la calma, conductas PAS (proteger, avisar, socorrer).				
BLOQUE E: MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ				
-Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. Categorías, deportes, diversidad funcional y su capacidad para desarrollar cualquier disciplina deportiva.				
-La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.				
INTERDISCIPLINARIEDAD		CIENCIAS DE LA NATURALEZA, CIENCIAS SOCIALES Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
1		1.4	30%	
2		2.3	30%	
3		3.1, 3.2, 3.3, 3.4	30%	
4		4.2, 4.3	10%	

6.12.- UNIDAD DIDÁCTICA 12: CELEBRAMOS EL CUMPLEAÑOS DE MADRID				
TRIMESTRE		3	N.º SESIONES	4
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		Para celebrar el día de la Comunidad de Madrid, tras volver del puente pertinente, tendremos unas sesiones en las que se enseñará a los alumnos bailes tradicionales como el chotis o juegos populares de nuestra Comunidad Autónoma.		
COMPETENCIAS CLAVE				
CCL, STEM, CD, CPSAA, CC, CCEC				
OBJETIVOS	-Conocer el chotis y los diferentes bailes culturales de la Comunidad de Madrid. -Conocer los diferentes juegos populares que tienen sus raíces en la Comunidad de Madrid -Disfrutar de las actividades y respetar al resto de compañeros en la realización de las mismas.			
	OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	
B, E, H, I, J, K, M		1,4,8,10,17,18		
CONTENIDOS	BLOQUE D: REGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES -Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.			
	BLOQUE E: MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ -Aportaciones de la cultura motriz, los juegos, a la herencia cultural de cada país y al conjunto global del planeta. Los deportes como seña de identidad cultural. Juegos populares de diferentes etnias y culturas: Coger tu cola (Nigeria), Bokwele (Zaire), El conejo a la pata coja (Tailandia), Tirar seis (México)... -Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas. El significado de diferentes movimientos, posturas. Lenguaje corporal. -Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Danzas y bailes del mundo: Minoesika, Big Jhon, Promoroaca, Polka,...			
INTERDISCIPLINARIEDAD		CIENCIAS SOCIALES, MÚSICA Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
3		3.1, 3.2, 3.3	50%	
4		4.1, 4.2, 4.4	50%	

6.13.- UNIDAD DIDÁCTICA 13: JUEGOS EN EQUIPO				
TRIMESTRE		3	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		Llega el final de curso y hemos disfrutado de muchas experiencias todos juntos. Ahora, vamos a realizar unas sesiones de juegos en equipo, de tal forma que podamos competir con el resto de los compañeros (tira la soga, carrera de sacos, etc.)		
COMPETENCIAS CLAVE				
CCL, CPSAA, CE				
OBJETIVOS	-Conocer y ampliar la gama de juegos para realizar fuera del centro escolar. -Desarrollar el trabajo en equipo y el compañerismo. -Aplicar las habilidades motrices básicas desarrolladas en el primer trimestre del curso.			
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS		
B, C, E, H, K, M		1,8,17,18		
CONTENIDOS	BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES -Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).			
	BLOQUE D: REGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES -Concepto de fairplay o <>. Aceptación y entendimiento de las normas de juego, de la derrota como parte del mismo, respeto a todos los agentes del ámbito deportivo.			
	BLOQUE E: MANIFESTACIONES DE LA CULTURA MOTRIZ -Aportaciones de la cultura motriz, los juegos, a la herencia cultural de cada país y al conjunto global del planeta. Los deportes como seña de identidad cultural. Juegos populares de diferentes etnias y culturas: Coger tu cola (Nigeria), Bokwele (Zaire), El conejo a la pata coja (Tailandia), Tirar seis (México)...			
	-Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas. El significado de diferentes movimientos, posturas. Lenguaje corporal.			
INTERDISCIPLINARIEDAD		CIENCIAS SOCIALES Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
1		1.2	20%	
2		2.1	20%	
3		3.1	20%	
4		4.1	40%	

6.14.- UNIDAD DIDÁCTICA 14: YINCANA MATEMÁTICA (TRANSVERSAL)				
TRIMESTRE		3	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE		Aprovechamos el avance de los alumnos en el área de matemáticas para llevar una serie de pruebas distribuidas en 6 días en el que se deberá obtener puntos con actividades deportivas, pero, las pistas para realizar las diferentes pruebas, serán contenidos específicos de matemáticas, con sus operaciones pertinentes.		
COMPETENCIAS CLAVE				
CCL, CPSAA, CE				
OBJETIVOS	-Saberse orientar por el centro educativo, teniendo en cuenta las pistas encontradas. -Respetar al resto de equipos y ayudar al propio a la consecución de los logros. -Desarrollar las habilidades motrices específicas de las pruebas en cuestión. -Saber resolver de forma correcta las operaciones matemáticas correspondientes.			
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS		
A, B, C, E, G, K, M		1,5,8,11,16,17		
CONTENIDOS	BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES -Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.			
	BLOQUE D: REGULACIÓN EMOCIONAL E INTERACCIÓN SOCIAL EN SITUACIONES MOTRICES -Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.			
	BLOQUE F: INTERACCIÓN EFICIENTE Y CUIDADOSA CON EL ENTORNO Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividad física en diferentes contextos e instalaciones en el medio natural u urbano. Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida del material y desperdicios utilizados).			
	INTERDISCIPLINARIEDAD			
		MATEMÁTICAS Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN	
3		3.1, 3.3, 3.4	30%	
4		4.1	40%	
5		5.1	30%	

6.15.- UNIDAD DIDÁCTICA 15: NOS ORIENTAMOS			
TRIMESTRE	3	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Finalmente, aprovechamos las últimas sesiones para hacer orientación, tanto en el propio centro educativo como en el Parque San Isidro (Anexo III), al lado del centro, de forma que los alumnos de forma autónoma aprendan a utilizar los mapas, brújulas, etc.		
COMPETENCIAS CLAVE			
CCL, STEM, CD, CC, CE			
OBJETIVOS	-Aprender a orientarse en lugares cerrados y en medio natural. -Utilizar de forma correcta los mapas y las brújulas proporcionadas para estas sesiones. -Desenvolverse de forma autónoma consiguiendo los logros propuestos.		
OBJETIVOS DE ETAPA TRABAJADOS		OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	
E, H, I, K, L, M, N		1,5,11,12,17	
CONTENIDOS	BLOQUE A: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE -Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación higiénico postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.		
	BLOQUE B: ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA -Actitudes consumistas en torno al equipamiento. Análisis de la adquisición de material para la práctica físico-deportiva.		
	BLOQUE F: INTERACCIÓN EFICIENTE Y CUIDADOSA CON EL ENTORNO -Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación. Preparación y evaluación de los posibles riesgos que pueden darse en la actividad física en el medio natural y conocimiento de una correcta gestión de los mismos. Previsión de riesgos y actuaciones en caso de accidente (evaluación de riesgos y maniobras básicas de primeros auxilios, técnica PAS (proteger, avisar, socorrer). -Consumo adecuado: Búsqueda, construcción, reparación y reutilización de elementos y materiales para la práctica motriz. -Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividad física en diferentes contextos e instalaciones en el medio natural u urbano. Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida del material y desperdicios utilizados).		
	INTERDISCIPLINARIEDAD		
	CIENCIAS DE LA NATURALEZA Y LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE CALIFICACIÓN
1		1.3	25%
3		3.1, 3.3	25%
5		5.1	50%

6.1.- Temporalización (aspectos básicos y organizativos)

En primer lugar, para encuadrar las 15 unidades didácticas desarrolladas, hemos de decir que la programación está basada en el calendario escolar de la Comunidad de Madrid para el curso 2022/2023. El curso comienza el 7 de septiembre de 2022 y finaliza, como último día el 22 de junio de 2023.

Por ello, las unidades didácticas están distribuidas en tres trimestres durante dicho curso escolar, que van a ser de la siguiente forma:

Figura 2. Organización U.D. durante el curso académico 2022/2023 (por trimestres).

2022/2023	EDUCACIÓN FÍSICA (6º EDUCACIÓN PRIMARIA)														
FECHAS	7 de Septiembre al 22 de Diciembre					9 de Enero al 30 de Marzo					17 de Abril al 22 de Junio				
TRIMESTRE	Primero (1º)					Segundo (2º)					Tercero (3º)				
U. D	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
SESIONES	4	5	5	6	7	8	8	7	7	8	7	4	5	5	5

Como podemos observar, durante el curso, hay un total de 90 días lectivos de la asignatura de educación física con los alumnos de 6º de Educación Primaria (quitando días festivos que nos puedan afectar), de tal forma que las clases estarán organizadas de la siguiente forma:

- Martes y jueves de todas las semanas hay clase de la asignatura de educación física.
- Uno de cada dos viernes hay clase de educación física, ya que nos vamos rotando con la otra clase de 6º de Educación Primaria y con la parte de pastoral, ya que al curso que no le toca educación física tiene sesiones referentes a la parte de religión.

Por otro lado, tenemos que tener en cuenta una serie de factores por los que las clases y fechas correspondientes se podrían ver modificadas, por lo que tenemos que entender que la programación del calendario académico de la misma se puede ver modificado en base a las necesidades surgidas durante el curso:

- **Climatología:** Tenemos que tener en cuenta que, en alguna unidad didáctica en la que es necesario realizar en el exterior, como por ejemplo la de baloncesto (10), la de voleibol (6), la de actividades en el medio natural (9) o la de orientación (15), pueden ser modificadas debido a lluvia o mal tiempo en el día en concreto a la realización de la actividad.

Aunque la programación está realizada de forma ordenada con las unidades didácticas que requieren una buena climatología antes y después de la época de navidades (que es cuándo peor tiempo hace), debemos tener en cuenta que cualquier día nos puede llover, por lo que deberemos modificar la planificación inicial.

- **Actividades propias del centro:** Por otro lado, nos encontramos con las actividades que se puedan llevar a cabo por parte de la directiva del centro e, incluso, de forma coordinada con el resto de profesores y que no estuvieran programadas a principio de curso o no tuvieran una fecha concreta.

Este tipo de actividades afectará de forma directa a las sesiones programadas de la asignatura de educación física, ya que puede hacer que debamos mover cualquier sesión que ocupe este espacio y reorganizarla.

Debemos tener en cuenta que, las festividades no afectarán a nuestra programación, ya que esta ya está realizada en base a los días lectivos dentro del calendario académico.

Finalmente, tenemos que tener presente el calendario académico del curso académico 2022/2023, en el cual se va a llevar a cabo esta programación didáctica y que, será de uso prioritario para la organización del docente:

Figura 3. Calendario académico de la Comunidad de Madrid 2022/2023 (I).

SEPTIEMBRE 2022						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

OCTUBRE 2022						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

NOVIEMBRE 2022						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

DICIEMBRE 2022						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

ENERO 2023						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

FEBRERO 2023						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

Figura 4. Calendario académico de la Comunidad de Madrid 2022/2023 (II).

MARZO 2023						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ABRIL 2023						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAYO 2023						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

JUNIO 2023						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

JULIO 2023						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

A efectos académicos:						
- Inicio periodo lectivo alumnado enseñanzas correspondientes						
- Día festivo/vacacional enseñanzas correspondientes						
- Otros días no lectivos enseñanzas que corresponden						
- Evaluación final ordinaria enseñanzas que corresponden						
- Reposo y actividades formativas enseñanzas que corresponden						
- Último día lectivo alumnado enseñanzas correspondientes						

En el (Anexo V) podemos observar el cronograma por días de las diferentes unidades didácticas que se van a llevar a cabo durante el curso académico 2022/2023.

7.- METODOLOGÍA

7.1.- Aspectos metodológicos generales

Para comenzar a describir los aspectos metodológicos generales vamos a hacer una breve comparación entre las metodologías más tradicionales y las más innovadoras y actuales, de tal forma que entendamos cuáles son las que realmente se adaptan de una mejor forma para realizar las sesiones de nuestra programación de educación física durante el curso 2022-2023.

En primer lugar, en cuanto a las metodologías más tradicionales, diversos autores la definen de una forma clara y concisa:

Entendemos a la metodología de corte más tradicional como aquella que se centra en una secuenciación lineal en cuanto a las estrategias didácticas y que siempre comienza en una explicación o transmisión del conocimiento por parte del profesor y el libro de texto" (Travé et al, 2017, p.325).

Por ello debemos comprender que la metodología tradicional trata de focalizar la atención en el profesor como única fuente de enseñanza y aprendizaje para los alumnos y que, ha de ser este el que guíe a sus pupilos hacia una enseñanza que ha de desarrollar este mismo con sus habilidades.

Además, es de importancia destacar que, la evaluación de este tipo de metodología de corte más tradicional es sumativa, ya que se consigue a través de un examen final donde los alumnos han tenido que memorizar los contenidos para desarrollarlos durante la prueba y que el profesor se percate así si estos han sido o no adquiridos.

Por otro lado, nos encontramos con las metodologías activas y más actuales, las llamadas metodologías innovadoras. Si hacemos una breve revisión de la base de esta tipología de enseñanza observamos que a principios del siglo XX (aunque no estaban aún instauradas) se comenzó a desarrollar una propuesta metodológica más centrada en la participación del alumnado en la consecución de los contenidos establecidos. Por ello, Dewey y Dewey (1962) desarrollan cinco fases de aprendizaje para una metodología más activa:

1. Consideraciones de alguna experiencia actual y real del alumno.
2. Identificación de algún problema o dificultad suscitados a partir de esa experiencia.
3. Inspección de datos disponibles, así como búsqueda de soluciones viables.
4. Formulación de la hipótesis de solución.
5. Comprobación de la hipótesis de acción.

Como podemos observar, la participación activa del alumnado se ha ido incrementando a medida que se han ido sucediendo los años, empezando a coger una gran relevancia sobre todo con la entrada del nuevo siglo (XXI).

Habiendo descrito ambos tipos de metodología, vamos a tenerlos en cuenta para la realización de esta programación. Creo que es de vital importancia tener en cuenta ambas, ya que las dos tienen sus ventajas y sus inconvenientes.

Por ello, durante la programación de educación física con los alumnos de 6º de Educación Primaria durante el curso 2022-2023, nos basaremos en una metodología tradicional como es el mando directo, pero, que, a su vez, estará rodeada durante la mayoría de las clases por diversas metodologías activas que

requieran la participación de los alumnos para que se involucren en su aprendizaje. Estas metodologías que utilizaremos durante el curso académico serán las siguientes:

1. Aprendizaje basado en retos
2. Ensayo-error
3. Gamificación
4. Aprendizaje cooperativo
5. Aprendizaje a través de las TIC

Gracias a la mezcla de este tipo de metodologías más activas y usando como base el mando directo de una metodología más integral, lo que se pretende es crear un clima de enseñanza más favorable para los alumnos, en los que haya momentos donde el docente pueda intervenir de forma directa pero que estos no se acomoden y tengan que participar de una forma más activa e involucrada para la consecución de los objetivos y contenidos para dicho curso.

7.2.- Recursos metodológicos específicos

En este apartado, vamos a explicar y definir de forma más concreta las metodologías que vamos a emplear durante el curso académico en el área de educación física. Para ello, en primer lugar, vamos a definir en qué consta el mando directo y porqué lo vamos a utilizar como base en la que se apoyen el resto de metodologías.

El mando directo es una metodología empleada desde el principio de la educación, por lo que se trata de una metodología tradicional. Este tipo de metodología es muy bueno para dos aspectos: el control de la clase y conseguir medir de una forma más íntegra las capacidades que son medibles.

En cuanto al control de la clase, bajo mi punto de vista, es importante tener como pieza clave el mando directo, ya que gracias a este conseguimos ser una figura respetada y que los alumnos admiren como docente. Si no somos capaces de controlar nuestra clase, esta será llevada a la deriva y afectará no solo a la dinámica de la misma, sino que también afectará a la consecución de los objetivos y contenidos programados.

Por otro lado, es importante entender que, hay que intentar ser objetivos a la hora de medir las capacidades y contenidos que queremos evaluar dentro del área de educación física, por lo que este tipo de metodología será de gran importancia para conseguir este aspecto.

Alrededor de este mando directo, aplicaremos, de forma habitual, las metodologías más innovadoras y actuales en todas las unidades didácticas, de forma que consigamos un aprendizaje más íntegro y satisfactorio para los alumnos con la mezcla de ambas. Las metodologías más activas que utilizaremos serán las siguientes:

1. **Aprendizaje basado en retos:** “El Aprendizaje Basado en Retos es un enfoque pedagógico que involucra activamente al estudiante en una situación problemática real, significativa y relacionada con su entorno, lo que implica definir un reto e implementar para éste una solución” (De la Mano, 2018, p.1).

Lo que pretende esta metodología es que los alumnos consigan proponer soluciones para un problema/reto que se les proponga de forma autónoma, promoviendo el desarrollo personal y el descubrimiento.

2. **Ensayo-error:** Este tipo de metodología tiene, según Sierra (2011) que basarse en la concepción del error, de tal modo que sirva como medio de mejora para llegar a un fin mejor y no entenderlo como fracaso, emprendiendo así nuevos caminos hacia el éxito identificando los errores cometidos.

Por este motivo, la metodología basada en el ensayo-error ayudará a los alumnos bajo la supervisión del docente aceptar los errores para, posteriormente, aprender de ellos y volver a intentar una resolución del mismo problema desde otra perspectiva para llegar a su solución y eficiencia motriz en el ámbito de la educación física.

3. **Gamificación:** Por otro lado, autores como Porta y Sarasa (2014), Piñeiro y Costa (2015) y Hsu et al. (2017), consideran la gamificación como una metodología positiva mediante la que el alumno puede aprender de una forma diferente. Además, Cuesta et al. (2017), comentan que se puede mejorar el aprendizaje integral y significativo por parte del alumnado ya que este tipo de metodología puede favorecer áreas como la memoria o el recuerdo.

De este modo, la gamificación ayuda a que los alumnos tengan una posibilidad de aprendizaje diferente, entretenido y que posibilita llegar a tener los mismo e incluso mejores resultados a través de una metodología atractiva y efectiva para lograr un aprendizaje integral por parte de los alumnos.

4. **Aprendizaje cooperativo:** En cuanto a este tipo de metodología: “El aprendizaje cooperativo puede ser un instrumento para mejorar la convivencia en las aulas” (García et al., 2012, p.7). Por ello, es de real

importancia el desarrollo de este tipo de metodología en el aula para favorecer competencias como el trabajo en equipo o el compañerismo. Además, debemos tener en cuenta que: “Es evidente que cambiar la forma de organizar el trabajo en el aula, pasando del aprendizaje individual al aprendizaje en grupo cooperativo, supone nuevos retos para el profesorado, en la medida en que debe prepararse para este cambio” (García et al., 2017, p.8).

Por lo tanto, este tipo de metodología será muy importante durante la programación, ya que lo que se pretende es conseguir que los alumnos se ayuden entre sí para la consecución de los contenidos y objetivos propuestos, además de la formación integral del alumnado en referencia a los principales valores y competencias.

5. **Aprendizaje a través de las TIC:** Como podemos observar en las aportaciones de diferentes autores: “El uso que se da a estos medios (TIC) requiere del soporte que ofrece el aprendizaje colaborativo, para optimizar su intervención y formar verdaderos ambientes de aprendizaje que promuevan el desarrollo integral de los estudiantes y sus múltiples capacidades” (Basilotta y Herrada, 2013, p.2).

Por ello, el uso del aprendizaje a través de las TIC y del aprendizaje cooperativo favorece al correcto desarrollo del alumnado de una forma diferente y novedosa que ayudará a la consecución de lo previamente establecido por el equipo docente para el curso académico 2022/2023 en el que se llevará a cabo esta programación.

8.- RECURSOS

En este apartado, vamos a tener en cuenta los diferentes recursos con los que contamos para la realización de las diferentes sesiones dentro de las unidades didácticas correspondientes en el curso académico 2022/2023.

8.1.- Recursos humanos

En primer lugar, en cuanto a los recursos humanos, hemos de destacar los diferentes ejes dentro del entorno educativo, que vamos a desarrollar a continuación y que, participan de forma directa o indirecta en el proceso de enseñanza-aprendizaje:

- **Los alumnos:** Como bien sabemos, los alumnos son de las edades comprendidas entre 11 y 12 años, correspondientes al curso 6º de Educación Primaria. Estos son a los que irán dirigidos de forma directa el proceso de enseñanza-aprendizaje y a los que van dirigidos, en base a sus características, las diferentes unidades didácticas, para la consecución de los contenidos, objetivos y competencias pertinentes.

Debemos tener en cuenta que, no solamente se les pretende formar en el área de educación física, sino que tenemos que tener en cuenta la transversalidad con el resto de asignaturas, la inclusión de todos los alumnos durante la duración de la asignatura y la formación en valores, respeto de las normas y por los demás y obtener un desarrollo personal integral a través de la propia asignatura.

- **Los profesores:** El equipo docente será esencial para conseguir que los alumnos puedan llegar a esos objetivos propuestos al principio de curso, ya que es el profesional que tiene las herramientas adecuadas para la

consecución de los mismos y el trato de diferentes situaciones que se puedan ir dando durante el transcurso de la asignatura en cuestión.

Es función propia del docente conocer a sus alumnos, favorecer la inclusión y la igualdad de oportunidades, además de estar en contacto habitual con el resto de compañeros en el centro educativo para conseguir ofrecer a sus alumnos un aprendizaje integral en todas las áreas, no solo en educación física.

- **El entorno:** Debemos entender el entorno en dos sentidos diferentes. En primer lugar, el entorno interno del centro educativo, donde tenemos que conseguir que los alumnos convivan en base a unos valores como el respeto y la educación, favoreciendo un aprendizaje íntegro y significativo con diferentes herramientas como las TIC, que han de seguir expandiéndose por el centro educativo, como ya lo llevan haciendo en los últimos años.

En segundo lugar, debemos comprender el entorno externo al centro educativo, es decir, de dónde los alumnos vienen, punto que está desarrollado en este mismo documento en la contextualización del centro donde se va a llevar a cabo la propuesta.

- **Las familias:** La comunicación entre las familias y los diferentes profesores y, en concreto, con los tutores correspondientes, es fundamental para seguir formando el niño fuera del centro, de tal forma que los valores, normas y contenidos estén coordinados y sean los mismos en el centro educativo que en casa.

Por ello, la implicación de las familias en el proceso de enseñanza-aprendizaje es fundamental para la consecución de objetivos y facilitará la tarea del docente, haciéndola más eficiente.

8.2.- Recursos materiales

En este aspecto, es fundamental entender que los recursos materiales son esenciales para llevar a cabo la práctica deportiva dentro del área de educación física. Por ello, vamos a explicar el material que tenemos para la realización de las diferentes sesiones en el curso académico correspondiente:

Figura 5. Recursos materiales disponibles por unidad didáctica.

UNIDAD DIDÁCTICA	MATERIALES DE LOS QUE SE DISPONE
1	Pañuelos, conos, picas, petos, pelotas de goma-espuma
2	Gomas de pilates, pelotas de goma-espuma, picas
3	Pañuelos, conos, picas, petos, pelotas de goma-espuma
4	Metro, balón medicinal, cronómetro
5	Señales en cartulina, cuerdas, TIC
6	Pelotas de voleibol, redes, petos, picas, conos
7	Pelotas, pelotas de goma espuma, metro, picas, conos, petos, balón medicinal
8	-----
9	Brújulas, mapas de la zona en cuestión
10	Balones de baloncesto, petos, picas, conos, aros
11	Pelotas, pelotas de goma espuma, metro, picas, conos, petos, balón medicinal
12	Pañuelos, conos, picas, petos, pelotas de goma-espuma
13	Pañuelos, conos, picas, petos, pelotas de goma-espuma
14	Mapa colegio, material propio elaborado (pistas) transversal con matemáticas

15	Brújulas, mapas de la zona en cuestión
----	--

Como podemos observar, la unidad didáctica número 8 correspondiente a la natación, el material se nos da en una lista un mes antes del inicio de la misma, ya que es material de la instalación con la que el centro educativo tiene convenio para poder llevar a cabo la práctica de este deporte en cuestión y, por tanto, los materiales son los que podemos encontrar en la misma piscina (Anexo II).

Finalmente, habrá materiales que habrá que pedir a los alumnos, como en la unidad didáctica 9 en referencia a actividades físicas en el medio natural, ya que al hacer senderismo deberemos pedir al alumnado el calzado y la ropa adecuada para llevar a cabo la actividad, además de otro tipo de material como puede ser cantimploras, gorras, gafas de sol, crema solar, etc.

8.3.- Recursos espaciales

Finalmente, en cuanto a los recursos espaciales de los que se dispone, vamos a dividirlos en dos en función de si pertenecen y están dentro del centro educativo o no pertenecen a este y está, por tanto, fuera del terreno del propio colegio:

Figura 6. Recursos espaciales disponibles por propiedad.

RECURSOS ESPACIALES	
PROPIEDAD DEL CENTRO	Pista multiusos abierta (campo de fútbol sala, campo de baloncesto, campo de balonmano, campo de voleibol, etc.), gimnasio interior (espalderas, colchonetas, etc.), tatami y dos patios interiores
NO PROPIEDAD DEL CENTRO	Piscina (Anexo II) por convenio, espacios abiertos: Parque San Isidro, Parque Emperatriz María de Austria (Anexo III) y zonas cercanas al centro donde se pueden realizar actividades al aire libre

Como se puede observar, la mayoría de las actividades en el área de educación física en el curso escolar 2022/2023 se llevarán a cabo dentro de las instalaciones (Anexo VI) del propio centro, pero debemos tener en cuenta que la unidad didáctica número 8 en referencia a la natación se llevará a cabo en una piscina municipal (Anexo II) que no pertenece al centro y, en cuanto a las unidades didácticas 9 (actividades físicas en el medio natural) y 15 (orientación), habrá sesiones que se llevarán en entornos al aire libre fuera del centro como los parques anteriormente mencionados (Anexo III) en la tabla de este mismo apartado.

9.- EVALUACIÓN

En cuanto a la evaluación, el Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo, nos dice que para cada una de las áreas se fijan las competencias específicas previstas para la etapa, así como los criterios de evaluación y los contenidos enunciados en forma de saberes básicos para cada ciclo.

Por ello, hemos de tener en cuenta los saberes básicos de la asignatura de educación física para el tercer ciclo, en concreto para el curso de 6º de Educación Primaria.

9.1.- ¿Qué evaluamos?

Como bien dice el Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo, los criterios de evaluación son referentes que indican los niveles de desempeño esperados en el alumnado en las situaciones o actividades a las que se refieren las competencias específicas de cada área en un momento determinado de su proceso de aprendizaje.

Por lo que en el área de educación física para esta programación tendremos en cuenta dichos criterios de evaluación en relación con las competencias y el perfil de salido, consiguiendo así una evaluación completa de todos los aspectos clave hacia nuestros alumnos:

Figura 7. Relación entre las competencias específicas, criterios de evaluación y descriptores operativos según el Real Decreto 61/2022, del 13 de julio.

Competencia específica	Criterio de evaluación	Descriptor operativo
	1.1.- Reconocer los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria.	

1.- Adoptar un estilo de vida activo y adecuado practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.	1.2.- Integrar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene en la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 1.3.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, conocer los primeros auxilios fundamentales, reconocimiento básico y el protocolo PAS (proteger, avisar, socorrer) reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos. 1.4.- Identificar y abordar conductas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física y el deporte que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, adoptando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a la desigualdad, en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, y evitando activamente su reproducción.	STEM 5 CD1 CPSAA2 CPSAA3 CE3
2.- Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	2.1.- Desarrollar proyectos motores de carácter individual o grupal, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios, si es preciso, durante el proceso, y generando producciones motrices de calidad, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido. 2.2.- Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de colaboración, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas. 2.3.- Adquirir un control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas	STEM 3 CD1 CPSAA1 CPSAA3 CE1 CCEC2 CCEC3

	en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial. Tomar conciencia de la importancia de la atención selectiva y la anticipación perceptiva en situaciones de juego regladas y su transferencia a situaciones cotidianas.	
3.- Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia.	3.1.- Participar en actividades motrices, desde la regulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones (introspección, motivación) y expresándolas de forma asertiva. Gestionar estrategias para superar las diferencias individuales en una práctica lúdica. 3.2.- Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo la derrota como parte del mismo y las actuaciones de compañeros y rivales. 3.3.- Poner en marcha actuaciones que se opongan a acciones contrarias a la buena práctica deportiva, aquellas que muestren una amenaza a la misma (hábitos no adecuados, conductas violentas y manipulación del juego). 3.4.- Convivir mostrando en el contexto de las prácticas motrices habilidades sociales, de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante cualquier tipo de diversidad, haciendo especial hincapié en el fomento de la igualdad.	CCL1 CCL5 CP2 STEM1 CPSAA3 CPSAA5 CC2
4.- Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz,	4.1.- Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, reconociendo y transmitiendo su valor cultural y su potencial como espacio generador de buenas relaciones entre personas con orígenes diferentes y entendiendo las ventajas de su conservación. 4.2.- Valorar el deporte como fenómeno cultural y los comportamientos discriminatorios que a veces suceden en su contexto,	CC3 STEM 1 CCEC1

valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	rechazándolos y adoptando actitudes que eviten su reproducción en el futuro y que persigan la equidad. 4.3.- Reconocer el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios de personas y colectivos referentes del deporte, necesarios para alcanzar un rendimiento deportivo ejemplar, su respuesta y su actitud ante la competición, el éxito o la derrota. 4.4.- Reproducir y crear composiciones con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, desde el uso de los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.	CCEC2 CCEC4
5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	5.1.- Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una visión cuidadosa del entorno y comunitaria.	STEM5 CC2 CC4 CE3

9.2.- ¿Quién evalúa?

El proceso evaluativo lo realizará el profesor, pero no desde un único mando, ya que el alumno también estará involucrado en la evaluación de su propio proceso de aprendizaje y el del resto de sus compañeros.

El objetivo principal del docente, no será poner única y exclusivamente la nota correspondiente a los contenidos y objetivos programados y su consecución por parte del alumnado, sino que irá mucho más allá: tratará de conseguir que el

aprendizaje de los alumnos sea íntegro, transversal con el resto de las áreas y significativo.

Finalmente, como hemos comentado, la evaluación también se basará en técnicas evaluativas como la autoevaluación o la coevaluación, mediante la que los alumnos serán capaces de identificar si realmente han aprendido los contenidos y objetivos propuestos, evaluándose a sí mismos y al resto de los compañeros.

9.3.- ¿Cómo se evalúa?

Para realizar una evaluación completa y que sea coherente con el área de educación física, se lleva a cabo diferentes tipos de evaluación, con tal objetivo de conseguir que esta sea lo más completa y formativa posible.

En primer lugar, se utilizarán las siguientes técnicas evaluativas para el día a día en el transcurso de las diferentes sesiones, con el objetivo de recoger la información más importante en referencia al comportamiento y los contenidos en concreto:

- **Observación:** Mediante la observación el docente es capaz de estar atento a las actividades que va realizando el alumnado, teniendo en cuenta su comportamiento y cómo realiza las distintas actividades.

De esta forma es capaz de visualizar cómo se desenvuelve el alumno en un ambiente de autonomía y recoger información clave sobre cada uno de los alumnos con el fin de tenerlo en cuenta para informar al mismo sobre su comportamiento y actitud y para tenerlo en cuenta para las diversas evaluaciones globales que tienen lugar a lo largo del curso.

Para dicha técnica de evaluación utilizada de forma habitual por el docente a lo largo del curso, dispondrá del siguiente instrumento de evaluación que acompañará a la observación para recabar información:

- **Diario de campo:** A través de este instrumento evaluativo el docente es capaz de ir apuntando todos los comportamientos y situaciones más relevantes para que no se pase nada por alto y que, por tanto, la observación surja efecto al tener respuesta ante las situaciones que se van sucediendo.

Por otro lado, tenemos que hablar de la evaluación llevada a cabo por el docente durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, que va relacionado con la evaluación puramente sumativa, de tal forma que se pueda ir conformando, junto al resto, la nota final del alumnado:

- **Pruebas escritas:** Se realizará una prueba escrita por trimestre, de tal forma que se le pregunte al alumno sobre las unidades didácticas dadas durante el trimestre en concreto, con el objetivo de conseguir ver qué es lo que ha aprendido el alumnado en los aspectos más básicos y que el currículo nos dice que ha de aprender en esta etapa educativa (6º de Educación Primaria):
- **Pruebas técnico/tácticas:** Se realizará una prueba en referencia al deporte o actividad que se esté llevando a cabo durante ese momento del curso, pudiendo visualizar si el alumnado ha sido capaz de adquirir cuestiones como la técnica, la táctica, las habilidades motrices básicas, etc.

Finalmente, debemos centrarnos en la evaluación y la autoevaluación de los alumnos, mediante la cual el profesor da la oportunidad a los alumnos de evaluarse sobre lo que han aprendido. Para ello, se van a tener en cuenta las siguientes evaluaciones:

- **Evolución de aprendizaje:** A través de este tipo de evaluación, podremos ver cómo ha sido la evolución de aprendizaje dentro de una misma unidad didáctica de contenido por parte del alumnado. En la siguiente plantilla podemos observar un ejemplo en referencia a este apartado:

Figura 8. Plantilla evaluación inicial – evaluación final.

NOMBRE:	CURSO:	UD:
EVALUACIÓN INICIAL		
¿Qué se sabe sobre este deporte?		
¿Qué es lo que me gustaría aprender?		
EVALUACIÓN FINAL		
¿Qué es lo que he aprendido?		
¿He conseguido aprender lo que quería?		
Mi experiencia ha sido...		
¿Me he implicado en las actividades?		

- **Evaluación de competencias:** A través de este tipo de evaluación seremos capaces de ver la opinión que tiene el propio alumno en base a los contenidos vistos en una unidad didáctica en concreto. A

continuación, se pone un ejemplo de evaluación de contenidos en la unidad didáctica de baloncesto:

Figura 9. Coevaluación unidad didáctica baloncesto (contenidos básicos).

Nombre propio:	Nombre compañero:		
Curso:	UD:		
Contenidos evaluados	SÍ	NO	DE VEZ EN CUANDO
Bota con la mano derecha de forma correcta			
Bota con la mano derecha de forma correcta			
Bota con ambas manos de forma correcta			
Realiza la técnica de tiro de forma correcta (forma de "T")			
Realiza los diferentes cambios de forma correcta			
Realiza el pase de pecho de forma correcta			
Realiza el pase picado de forma correcta			
Realiza el pase por encima de la cabeza de forma correcta			
Ayuda a sus compañeros y tiene una buena actitud			

- **Evaluación conjunta:** A través de este tipo de evaluación se evaluarán de las actitudes y comportamientos propias (autoevaluación) y del resto de compañeros (coevaluación) a través del mismo documento. Para ello, los alumnos deberán rellenar un documento realizado previamente por el profesor en los cuestionarios de Google, con el que será capaz de visualizar la opinión y evaluación de sus alumnos.

9.4.- ¿Cuándo se evalúa?

Debemos entender que el proceso evaluativo ha de ser continuo, ya que se necesita información constante de todas las cosas que suceden en las clases de educación física para poder obtener una información mucho más contrastada y completa sobre los diferentes alumnos.

Para ello, se realiza diferentes tipos de evaluación en diferentes momentos, en los que el profesor debe saber por qué y para qué se aplican en ese momento en concreto:

- **Evaluación inicial:** Este tipo de evaluación se realizará al principio del curso de forma global con toda la clase para saber del nivel del que partimos como conjunto a la hora de afrontar los diferentes contenidos y objetivos de la propia área de educación física y poder tomar las medidas pertinentes.

Por otro lado, se realizará una evaluación inicial cada vez que se empiece una nueva unidad didáctica con sus contenidos y objetivos en concreto, por lo que aprovecharemos las plantillas autoevaluativas de evolución de aprendizaje desarrolladas en el punto anterior, con la intención de saber de qué nivel parten casa uno de los alumnos.

- **Evaluación continua:** A partir de este tipo de evaluación combinado con la observación conseguiremos ver todo lo que va sucediendo en las diferentes sesiones de la asignatura. Lo que se pretende es realizar todo el proceso evaluativo por unidad didáctica y por trimestre, realizando una evaluación completa y que se complemente entre todos los contenidos y objetivos.

- **Evaluación final:** Este tipo de evaluación se utilizará al final de cada uno de los tres trimestres que encontramos durante el curso escolar 2022/2023. Lo que se pretende con este tipo de evaluación es conseguir una evaluación de contenidos, destrezas y objetivos al final de cada trimestre para poder saber el avance y aprendizaje de los alumnos.

9.5.- Otros aspectos evaluativos de importancia

Por otro lado, debemos recalcar y dividir los diferentes tipos de aprendizaje que puede obtener el alumno, por lo que vamos a diferenciarlos en la siguiente tabla y darle un valor correspondiente dentro de la evaluación pertinente:

Figura 10. Porcentaje de la evaluación en base a la competencia específica evaluada. Instrumentos utilizados.

COMPETENCIA ESPECÍFICA	INTRUMENTO UTILIZADO	PORCENTAJE DE LA CALIFICACIÓN
1.- Adoptar un estilo de vida activo y adecuado practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.	-Rúbricas -Plantilla aprendizaje inicial / aprendizaje final -Cuestionario Google -Observación	25%
2.- Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	-Rúbricas -Plantilla aprendizaje inicial / aprendizaje final -Examen teórico -Examen capacidades técnicas/tácticas	25%
3.- Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de habilidad de los	-Rúbricas -Plantilla aprendizaje inicial / aprendizaje final -Cuestionario Google -Observación	20%

participantes, para contribuir a la convivencia.		
4.- Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	-Rúbrica -Observación -Cuestionario Google -Plantilla evaluación inicial / evaluación final	20%
5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	-Observación -Plantilla evaluación inicial / evaluación final	10%

Con todo ello, lo que se pretende es realizar una evaluación objetiva y completa, pudiendo evaluar las competencias, contenidos y objetivos previamente planificados de forma integral y significativa por parte del alumnado.

10.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

En cuanto a las medidas de atención a la diversidad, el centro persigue una inclusión del alumnado en todas las áreas disponibles, ya que se entiende que es la solución a la desigualdad de oportunidades que se dan en el ámbito educativo.

Una definición de diversidad, para poder entenderlo y realizar correctamente los planes de acción es la siguiente: “La diversidad es un concepto más amplio que entiende que cada persona es única e irrepetible” (Pinilla, 2020, p. 9).

En concreto, en el Decreto 61/2022, del 13 de junio en la Comunidad de Madrid, nos explica lo que se pretende en referencia a este tipo de alumnado dentro del centro educativo en el artículo 14 “Atención a las diferencias individuales”:

1.- Con el objetivo de garantizar la equidad y, por consiguiente, asegurar la inclusión, la intervención educativa en esta etapa pondrá especial énfasis en la atención individualizada, en la realización de diagnósticos precoces y en el establecimiento de mecanismos de apoyo y refuerzo que favorezcan la promoción de curso de todo el alumnado. El titular de la consejería en materia de educación reglamentará al respecto, al objeto de que los centros puedan adoptar las medidas necesarias para responder a las necesidades educativas concretas de su alumnado, teniendo en cuenta sus diferentes ritmos y estilos de aprendizaje.

Por ello, en primer lugar, con la clase de 6º de Educación Primaria con la que vamos a llevar a cabo esta programación didáctica debemos tener en cuenta cuántos y el tipo de alumnado que tiene necesidades educativas especiales, con

el fin de poder tomar un plan de acción. Los alumnos con estas características dentro del aula son las siguientes:

- 2 alumnos con Trastorno del Espectro Autista
- 3 alumnos con Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad

Para su inclusión de forma correcta y la igualdad de oportunidades respecto al resto de sus compañeros, se van a tener en cuenta una serie de medidas que el docente tendrá en cuenta para la consecución de objetivos y contenidos, que vamos a explicar a continuación de forma general para, al final de este mismo apartado, desarrollarlos de forma más concreta teniendo en cuenta el DUA para atención a la diversidad:

- Situar a este tipo de alumnado cerca del profesor en las explicaciones y las asambleas que se lleven a cabo durante las clases, lejos de cualquier tipo de distracción, de tal forma que este tipo de alumnado se sienta dentro de una rutina marcada y enfocados en las explicaciones del profesor.
- Hacer diferentes pictogramas (Anexo IV) para que los alumnos dentro de cada una de las sesiones sepan qué es lo que deben realizar, de tal forma que se focalicen en la tarea en cuestión, que ha sido dada de forma simplificada por parte del docente.
- Estructurar de forma ordenada cada una de las sesiones de la siguiente forma, de tal forma que este tipo de alumnado no se salga de la rutina de la que antes hablábamos:
 - Inicio de la sesión en formato asamblea con todo el grupo.

- Realización de las diferentes actividades (volviendo al formato asamblea cuando terminemos la primera y queramos explicar la segunda). Así sucesivamente.
- Finalización de la sesión en formato asamblea con todo el grupo.

Lo que conseguimos con esto es que el alumnado con estas características sea capaz de sentirse cómodo y saber qué es lo que tiene que hacer en cada momento dentro de las sesiones en cuestión.

- Utilización del feedback con este tipo de alumnado, diciéndoles las cosas que han de mejorar de forma suave y con un buen lenguaje gestual (realización de un gesto en concreto) y resaltar en todo momento las actitudes y contenidos que está realizando de forma correcta durante la duración de la actividad.

Con todo esto lo que se pretende es conseguir una inclusión por parte del docente y del resto de los alumnos de estos alumnos dentro del aula, posibilitando la igualdad de oportunidades y dándoles la oportunidad de adquirir los contenidos, objetivos y competencias de la educación física dentro de esta etapa educativa.

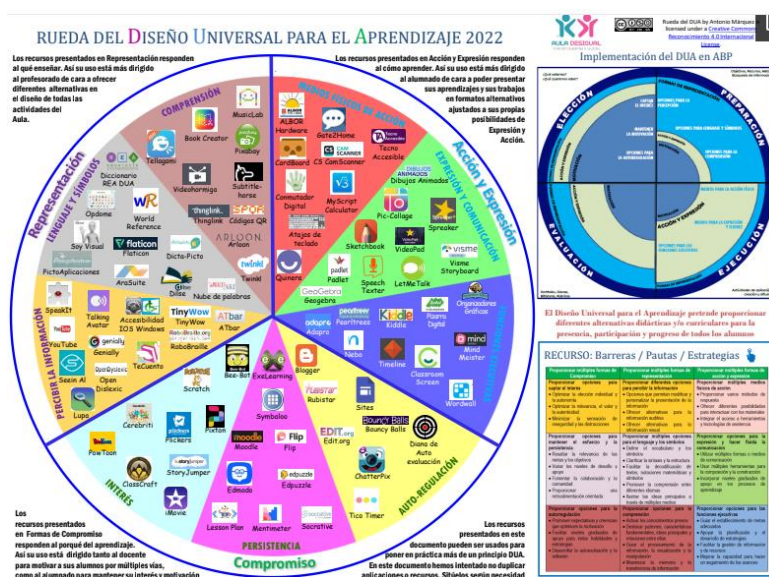
Para este apartado en referencia a las medidas de atención a la diversidad tenemos que tener en cuenta el Diseño Universal del Aprendizaje (DUA), mediante el cual podemos encontrar una mirada diferente respecto al currículo de educación, donde podemos encontrar varias medidas para atender los diferentes ritmos de aprendizaje y las necesidades de cada uno de los alumnos y sus características propias.

Para hablar del DUA, tenemos que tener en cuenta varios aspectos. En primer lugar, los tres principios y pautas que ofrece este mismo, mediante los cuáles ofreceremos a los alumnos la “atención personalizada” que estos requieren para la adquisición del aprendizaje pertinente. Estos principios son los siguientes:

1. Proveer múltiples formas de compromiso (por qué del aprendizaje).
2. Proveer múltiples medios de representación (qué del aprendizaje).
3. Proveer múltiples medios de acción y expresión (cómo del aprendizaje).

Para llegar a las características propias que cada uno de los alumnos pueden tener dentro del aula, es necesario tener un amplio bagaje de recursos para poder ofrecer un aprendizaje integral y significativo en base a la necesidad de estos. Por ello, en el DUA podemos observar una Rueda del Diseño Universal para el Aprendizaje (2022), mediante la que podemos observar múltiples recursos que podemos utilizar en clase con los alumnos (dependiendo de sus características) para conseguir los objetivos propuestos.

Figura 11. Rueda de Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)



Una vez definidos los conceptos y aspectos básicos que se incluyen en el DUA y que son de especial relevancia para atender la diversidad en nuestras aulas, debemos aplicar el diseño en concreto para el contexto de esta programación.

1. Trastorno del Espectro Autista: Para los alumnos que tienen este tipo de trastorno en la clase con las que vamos a llevar a cabo esta programación, debemos tener en cuenta que con este tipo de alumnos:

“Realizar generalizaciones sobre el espectro autista (TEA) es complejo, pues aun existiendo elementos comunes en los alumnos con TEA, cada persona tiene sus circunstancias y sus necesidades, por lo que, en ocasiones una medida puede ser eficaz para un alumno y contraproducente para otro” (Pinilla, 2020, p. 65).

Por ello, debemos tener en cuenta para nuestra programación que las medidas tomadas en cuanto a los alumnos con TEA que encontramos en clase van a ser diversas en función de lo que realmente funcione con cada individuo en concreto.

2. Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad: Lo que tenemos que tener muy en cuenta con estos alumnos, como hemos comentado anteriormente, es la importancia de proporcionarles un buen lugar cerca del profesor y alejado de cualquier tipo de distracción, marcando los objetivos a conseguir muy concretos, fáciles de conseguir, para que, de esta forma, consigan ir superando dichos objetivos y terminándolos (que es lo más importante).

De esta forma conseguiremos que los alumnos con este tipo de trastorno se centren en las tareas a conseguir para adquirir los contenidos y competencias concretas y, que consigan un hábito de trabajo por

objetivos, consiguiendo terminarlos y reforzando ese comportamiento para que se sientan bien consigo mismos y se le incentive a ello, para que lo sigan realizando y mejorando a lo largo del tiempo.

Finalmente, a modo de cierre de las medidas de atención a la diversidad y del DUA desarrollado en estas páginas, recogemos las siguientes conclusiones sobre el mismo:

Figura 12. Conclusiones sobre el diseño universal en educación física. Pinilla (2020).

1	El DUA no consiste en adaptar una actividad convencional a los alumnos con necesidades, sino en diseñar actividades accesibles para todos.
2	Lo importante no es trabajar los contenidos, sino lograr los objetivos.
3	El DUA trata de mejorar la calidad del aprendizaje en todos los alumnos, no sólo en aquellos/as que puedan presentar algún tipo de dificultad.
4	Con la participación plena, las oportunidades de interacción entre los alumnos aumentan, propiciando mayores oportunidades de aprendizaje para todos.

11.- RELACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN CON OTROS PLANES DEL CENTRO EDUCATIVO

En este apartado vamos a desarrollar cómo ayudamos a los diferentes planes del propio centro educativo con nuestra programación didáctica con los alumnos de 6º de Educación Primaria en el área de educación física.

11.1.- Contribución de la programación al plan de lucha contra la obesidad en centro educativo

Como hemos comentado durante este documento, uno de los planes que ha marcado el centro educativo desde el principio de curso es la lucha contra la obesidad, al igual que nuestra programación del curso académico 2022/2023 en educación física combatimos contra esta problemática.

En este apartado vamos a ver el proyecto de centro en referencia a la salud y la obesidad para el curso académico 2022-2023 en la etapa de Educación Primaria, por lo que se trata de un proyecto a nivel del centro escolar que engloba a nuestro curso (6º), por lo que aprovecharemos para llevarlo a cabo.

Dicho proyecto, tiene el nombre de “Con una pieza de fruta, mi cuerpo y mi salud más disfrutan”. Este proyecto tiene una serie de recompensas al final del primer trimestre (enero), ya que todas las clases por el simple hecho de participar, obtendrán un diploma de dicho proyecto al final del mismo.

Además, algunos de los padres de alumnos de 6º de Educación Primaria, los cuales tienen una frutería, se han comprometido con el centro en el que, el día de entrega de los diplomas, se ofrecen a llevar una pequeña bolsa de fruta, que consta de un plátano, una pera y dos manzanas (una verde y una roja) a cada

uno de los alumnos de Educación Primaria, que son los que han participado en el proyecto.

El concurso consiste en hacer una tabla (que pondremos a continuación) en una cartulina con todos los miembros de la clase, de tal forma que, al lado del nombre de cada uno, pongamos un “gomets” del color en base a las tres opciones con las que nos podemos encontrar:

1.- Gomets verde: En caso de que el alumno lleve una pieza de fruta para tomar en el recreo.

2.- Gomets naranja: En caso de que el alumno lleve una pieza de fruta junto a otro alimento no saludable para tomar en el recreo.

3.- Gomets rojo: En caso de que el alumno no lleve nada o lleve solo un alimento no saludable para tomar en el recreo.

Lo que se pretende es intentar conseguir el mayor número de gomets verdes, de tal forma que, eso querrá implicar que todos los alumnos han sido constantes y han llevado una pieza de fruta al colegio la mayoría de los días. Se trata de una forma de control del proyecto llevado a cabo.

Como podemos observar, el proyecto se llevará a cabo durante el horario de recreo (de 11.30 a 12.00 horas) donde los alumnos antes bajar al mismo deberán colocar el gomets en su casilla correspondiente en base a la merienda de media mañana que hayan llevado para el mismo.

Pero se ha de tener en cuenta que, en este proyecto, la participación de las familias es también muy importante ya que, si alguna familia de una clase propone una charla de 30 minutos (en referencia al tema de la salud y la

obesidad) para los alumnos de Educación Primaria y sus familias en horario no escolar, el colegio estará dispuesto a facilitarles los medios para que estos la puedan llevar a cabo, de tal forma que la implicación de las familias también sea relevante en un proyecto tan importante para sus hijos.

Finalmente, el recurso que tendrá cada una de las clases para ir apuntando con los gomets día a día en base a lo que hayan llevado al recreo como merienda de media mañana será la siguiente:

Figura 13. Piezas de frutas en el recreo (por día).

Alumno	Verde (2)	Naranja (1)	Rojo (0)
Alumno 1			
Alumno 2			
Alumno 3			
Alumno 4			
Alumno 5			
Alumno 6			
Alumno 7			
Alumno 8			
Alumno 9			
Alumno 10			
Alumno 11			
Alumno 12			
Alumno 13			
Alumno 14			
Alumno 15			
Alumno 16			
Alumno 17			
Alumno 18			
Alumno 19			
Alumno 20			

Alumno 21			
Alumno 22			
Alumno 23			
Alumno 24			

Es de real importancia destacar que, todos los profesores en dicho proyecto, están “obligados” a llevar una pieza de fruta para el recreo ya que, aunque no tenga repercusión en la consecución de puntos, es importante como profesor el apartado de “dar ejemplo” y predicar con el mismo ante nuestros alumnos, para conseguir adquirir este buen hábito al final del proyecto de centro.

Por ello, desde nuestra asignatura de educación física le daremos importancia y apoyo a este proyecto/plan de centro, para conseguir trabajar de forma conjunta la alimentación con el deporte para conseguir combatir la problemática actual en referencia a la obesidad.

11.2.- Contribución de la programación al plan de lectura y comunicación oral

En cuanto a este plan de centro, hemos de decir que en nuestra asignatura de educación física también va a ser muy importante el área de Lengua Castellana y Literatura, ya que la trabajaremos de forma transversal en todas las unidades didácticas de la programación (como podemos observar en cada una de las unidades desarrolladas anteriormente).

Con esto lo que se pretende es mejorar y trabajar la comunicación oral de los alumnos a través de las asambleas que se van organizando, de tal forma que el alumnado sea capaz de desarrollar sus habilidades comunicativas en el área de educación física.

12.- CONCLUSIONES

Finalmente, a modo de conclusión, quiero destacar la importancia a la que se ha dado en esta programación didáctica de educación física para los alumnos de 6º de Educación Primaria a la problemática actual de la obesidad, debido a que esta enfermedad está creciendo a pasos agigantados en los últimos años y, desde los centros educativos, debemos intentar erradicarlo y educar al alumnado.

Por otro lado, quiero destacar la forma en la que me he involucrado en la elaboración de esta programación didáctica, pensando en todo momento en el entorno y los alumnos a los que van dirigidos y, teniendo muy en cuenta todo lo que nos dice la ley educativa en referencia a la asignatura de educación física y a la etapa de 6º de Educación Primaria.

La verdad es que ha sido todo un reto superado, que al principio pensaba que se me iba a dificultar pero que, tras la investigación pertinente y la experiencia dentro de mi formación universitaria me ha sido mucho más llevadero y fácil de resolver.

Para finalizar, decir que esta programación didáctica está totalmente actualizada y que, se podría llevar de forma perfecta en cualquier centro, teniendo en cuenta cambios por fechas, materiales, espacios o tipos de alumnado, pero siendo extrapolable a cada uno de estos.

13.- BIBLIOGRAFÍA / WEBGRAFÍA

Bibliografía

Alvarado, A, J., Guerrero, E., Llamas, I. (2014). La activación física para combatir la obesidad y el sobrepeso en universitarios. *Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud*.

Basilotta, V., Herrada, G. (2013). Aprendizaje a través de proyectos colaborativos con TIC. Análisis de dos experiencias en el contexto educativo. *EDUTEC: Revista Electrónica de Tecnología Educativa*. 1-13.

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

Coll, C. (2007). *Las competencias en la educación escolar: algo más que una moda y mucho menos que un remedio*. Aula de Innovación Educativa, 34-39.

Cuesta, U., Niño, J.I. y Rodríguez, J. (2017). *El procesamiento cognitivo en una app educativa con electroencefalograma y «Eye Tracking»*. Comunicar, 52 (XXV), 41-50.

Dewey, J. y Dewey, E. (1962) *Schools of tomorrow*.

De La Mano, E. (2018). Aprendizaje basado en retos Nuevas metodologías activas de aprendizaje en el aula. *Revista Ventana Abierta*. 1-5.

- García, R., Traver, J. A. y Candela, I. (2012). *Aprendizaje cooperativo Fundamentos, características y técnicas Aprendizaje cooperativo*. Escuela Solidaria Cuaderno 11.
- González, M. (2016). De la enseñanza con libros de texto al aprendizaje en espacios online gamificados. *Educatio Siglo XXI*, v. 33, n. 3, p. 15-38.
- González - Peitado, M. (2013). Los estilos de enseñanza y aprendizaje como soporte de la actividad docente. *Revista estilos de aprendizaje*. 6(11), 51-70.
- Herrero Nivelá, M. L. (1997). La importancia de la observación en el proceso educativo. *Revista Electrónica Interuniversitaria de la Formación del Profesorado*, 1 (0), 1-6.
- Hsu, C.Y., Tsai, M.J., Chang, Y.H., y Liang, J.Ch. (2017). Surveying in-service teachers' beliefs about game-based learning and perceptions of technological pedagogical and content knowledge of games. *Journal of Educational Technology & Society*, 20 (1), 134-143.
- LOMLOE: 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.
- López-Sobaler, A. M., Aparicio, A., Salas-González, D., Kohen, V., Bermejo, L, M. (2021). Nutrición Hospitalaria. *Childhood obesity in Spain and associated factors*, 27-30.
- Piéron, M. (1988). Didáctica de las actividades físicas y deportivas. GYMNOS.

- Pinilla, J. (2020). *Diseño universal para el aprendizaje en educación física*. Editorial Inclusión.
- Piñeiro, T., y Costa, C. (2015). ARG (juegos de realidad alternativa). *Contribuciones, limitaciones y potencialidades para la docencia universitaria*. Comunicar, 44 (XXII), 141-148.
- Porta, L.G., y Sarasa, M.C. (2014). Resignificar la buena enseñanza desde la voz de docentes memorables en educación superior confrontada con Ortega y Gasset y otros académicos. *Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 18 (1), 294-306.
- Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo, *por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria*. 24.386-24.504.
- Rodríguez, J. (2016). La influencia del estilo de enseñanza en el fútbol base. *Revista Apunts*. Educación Física y Deportes. 126(4), 46- 54.
- Sierra, J, H. (2011). *Aprendizaje Autónomo: Eje articulador de la educación virtual*. Fundación Universitaria Católica del Norte.
- Torres Gordillo, J. J. y Perera Rodríguez, V. H. (2010). La rúbrica como instrumento pedagógico para la tutorización y evaluación de los aprendizajes en el foro online en educación superior. *Revista de medios y educación*, 36, 141-149.
- Travé, G., Estepa, J. y Delval, J. (2017). *Análisis de la fundamentación didáctica de los libros de texto de conocimiento del medio social y cultural*, Educación XXI, 21(1), 319-338.

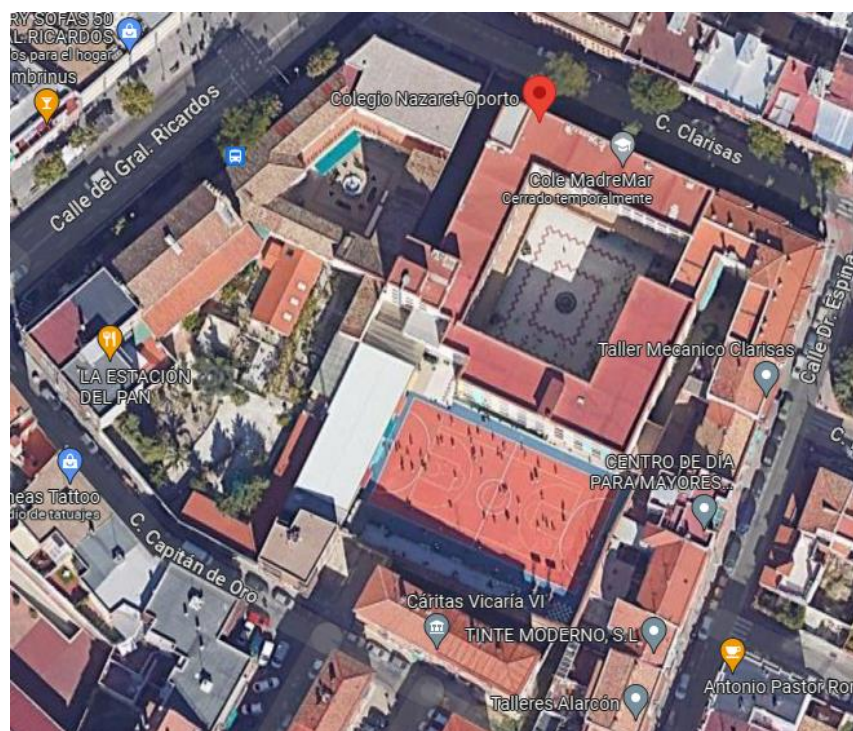
Webgrafía

La obesidad entre los niños y los adolescentes se ha multiplicado por 10 en los cuatro últimos decenios. Organización Mundial de la Salud (2017). ([La obesidad entre los niños y los adolescentes se ha multiplicado por 10 en los cuatro últimos decenios \(who.int\)](#))

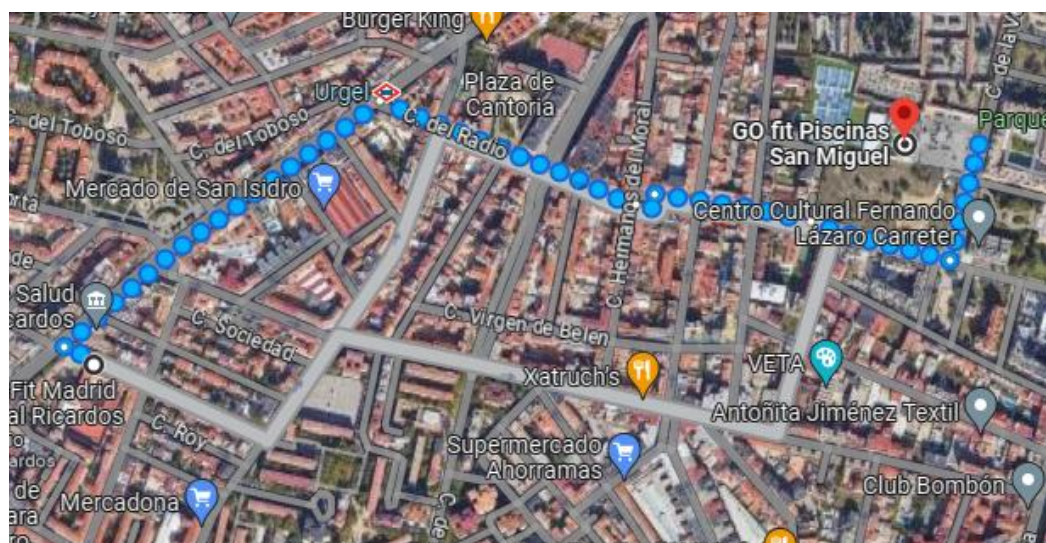
Obesidad y sobrepeso. Organización Mundial de la Salud (2021). (<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>)

14.- ANEXO

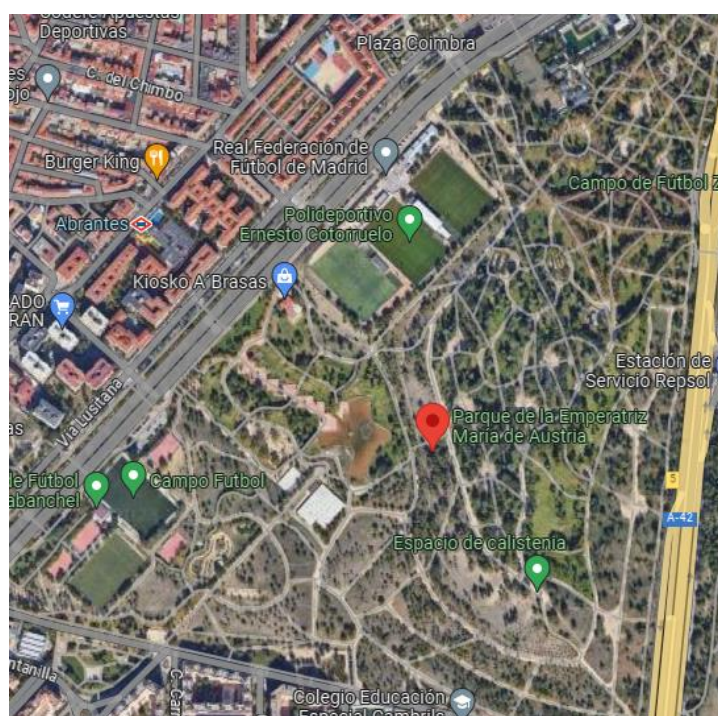
14.1.- Anexo I: Vista periférica Colegio Nazaret-Oporto



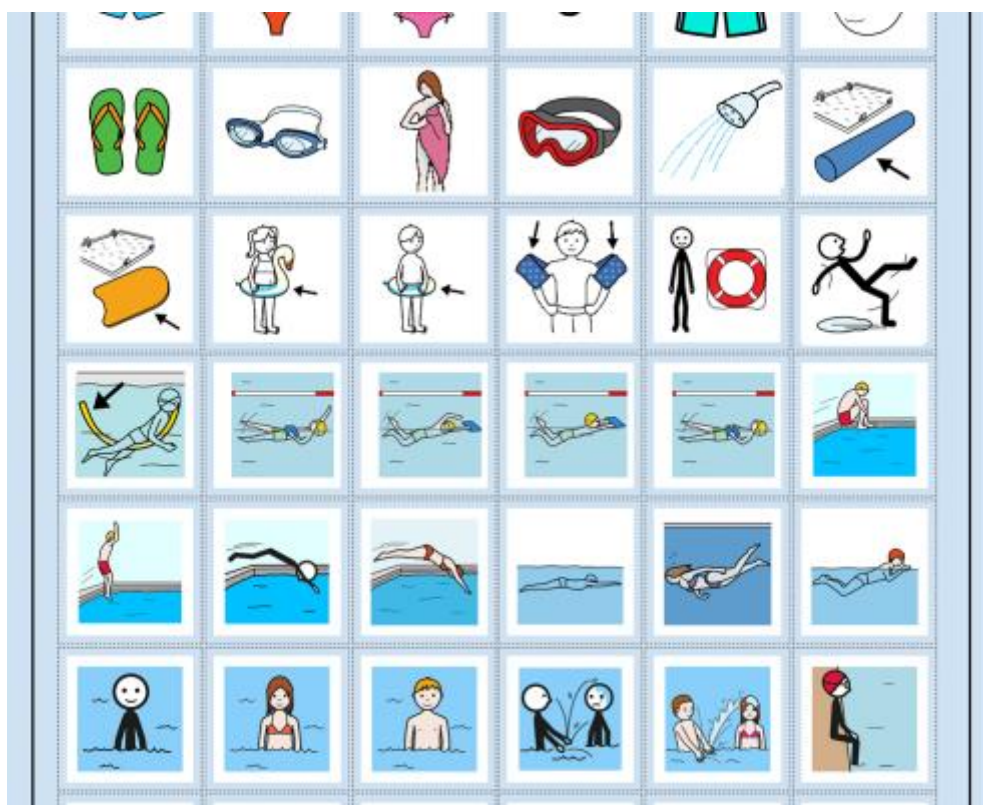
14.2.- Anexo II: Piscinas San Miguel y ruta colegio Nazaret-Oporto hacia las Piscinas San Miguel



**14.3.- Anexo III: Vista aérea del Parque San Isidro y del Parque Emperatriz
María de Austria.**



14.4.- Anexo IV: Pictogramas natación y pictogramas rutina clase de educación física.



14.5.- Anexo V: Cronograma del calendario académico 2022/2023 en relación a la realización de las unidades didácticas.

SEPTIEMBRE 2022							OCTUBRE 2022							NOVIEMBRE 2022						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4						1	2		1	2	4	4	5	6
5	6	7	1	9	10	11	3	3	5	3	7	8	9	7	5	9	5	5	12	13
12	1	14	1	1	17	18	10	3	12	3	3	15	16	14	5	16	5	18	19	20
19	2	21	2	23	24	25	17	4	19	4	21	22	23	21	5	23	5	6	26	27
26	2	28	2				24	4	26	4	4	29	30	28	6	30				
							31													
DICIEMBRE 2022							ENERO 2023							FEBRERO 2023						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
			6	6	3	4						1				1	8	8	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	6	8	8	8	10	11	12
12	6	14	6	16	17	18	9	7	11	7	13	14	15	13	8	15	8	8	18	19
19	6	21	6	23	24	25	16	7	18	7	7	21	22	20	9	22	9	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	7	25	7	27	28	29	27	9					
							30	7												
MARZO 2023							ABRIL 2023							MAYO 2023						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
			9	9	4	5						1	2	1	2	3	12	12	6	7
6	9	8	10	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	8	12	10	12	12	13	14
13	10	15	10	10	18	19	10	11	12	11	14	15	16	15	13	17	13	13	20	21
20	10	22	10	24	25	26	17	11	19	11	11	22	23	22	13	24	13	26	27	28
27	10	29	10	31			24	11	26	11	28	29	30	29	14	31				
JUNIO 2023							JULIO 2023							A efectos académicos:						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D							
			14	14	3	4						1	2	-Inicio periodo lectivo acumulado enseñanzas correspondientes -Día festivo nacional enseñanzas correspondientes -Otros días no lectivos enseñanzas que corresponden -Cumplimiento periodo vacacional que corresponden -Repaso y actividades formativas enseñanzas que corresponden -Otros días lectivos acumulado enseñanzas correspondientes						
5	14	7	14		10	11	3	4	5	6	7	8	9							
12	15	14	15	15	17	18	10	11	12	13	14	15	16							
19	15	21	15	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23							
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30							
							31													

14.6.- Anexo VI: Instalaciones deportivas Colegio Nazaret-Oporto.





14.7.- Anexo VII: Autoevaluación UD "Al agua patos" con "Google Formularios".

Autoevaluación UD "Al agua patos"

Cuestionario para la autoevaluación de los alumnos de 6º de Educación Primaria del Colegio Nazaret Oporto para la UD "Al agua patos" del curso académico 2022/2023.

diegoheal@gmail.com [Cambiar de cuenta](#)

 No compartido

** Indica que la pregunta es obligatoria*

Nombre *

Tu respuesta

¿Qué nota te pondrías en tu estilo a crol? *

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

¿Qué nota te pondrías en tu estilo a espaldas? *

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

¿Qué nota te pondrías en tu estilo a braza? *

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

¿Qué nota te pondrías en tu estilo a buceo? *

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Explica cómo piensas que te has desenvuelto durante los diferentes juegos y actividades realizadas. *

Tu respuesta

¿Piensas que has mejorado tu nivel de natación? ¿Por qué? *

Tu respuesta

¿Qué actividades son las que mas te han gustado? ¿Por qué? *

Tu respuesta

¿Crees que te has implicado durante la realización de las actividades? ¿En cuáles? *

Tu respuesta

¿Crees que has tomado las medidas de seguridad pertinentes en la piscina? *

☐ Sí

☐ No

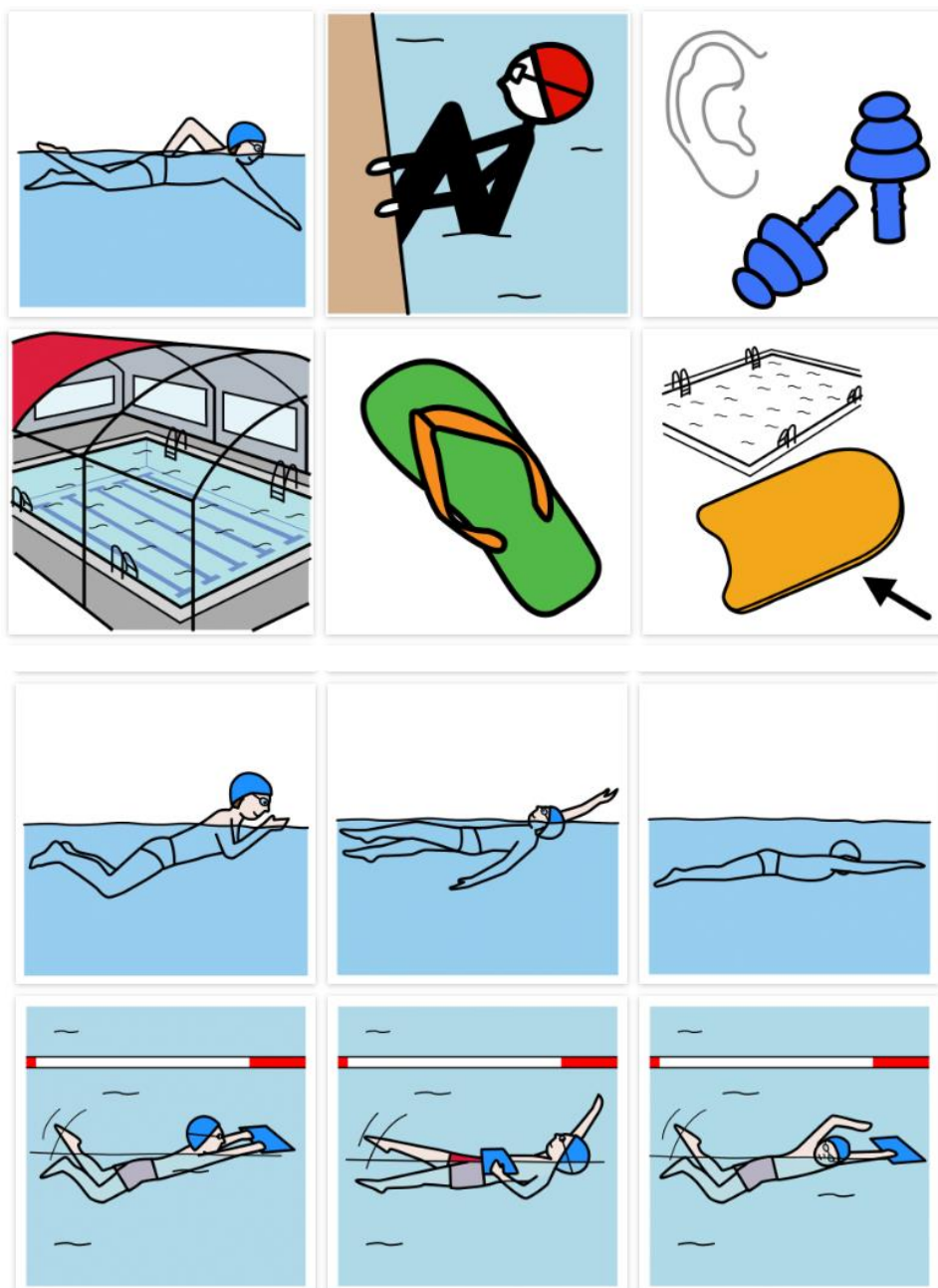
¿Qué son las cosas que piensas que has aprendido durante tu experiencia en la piscina? *

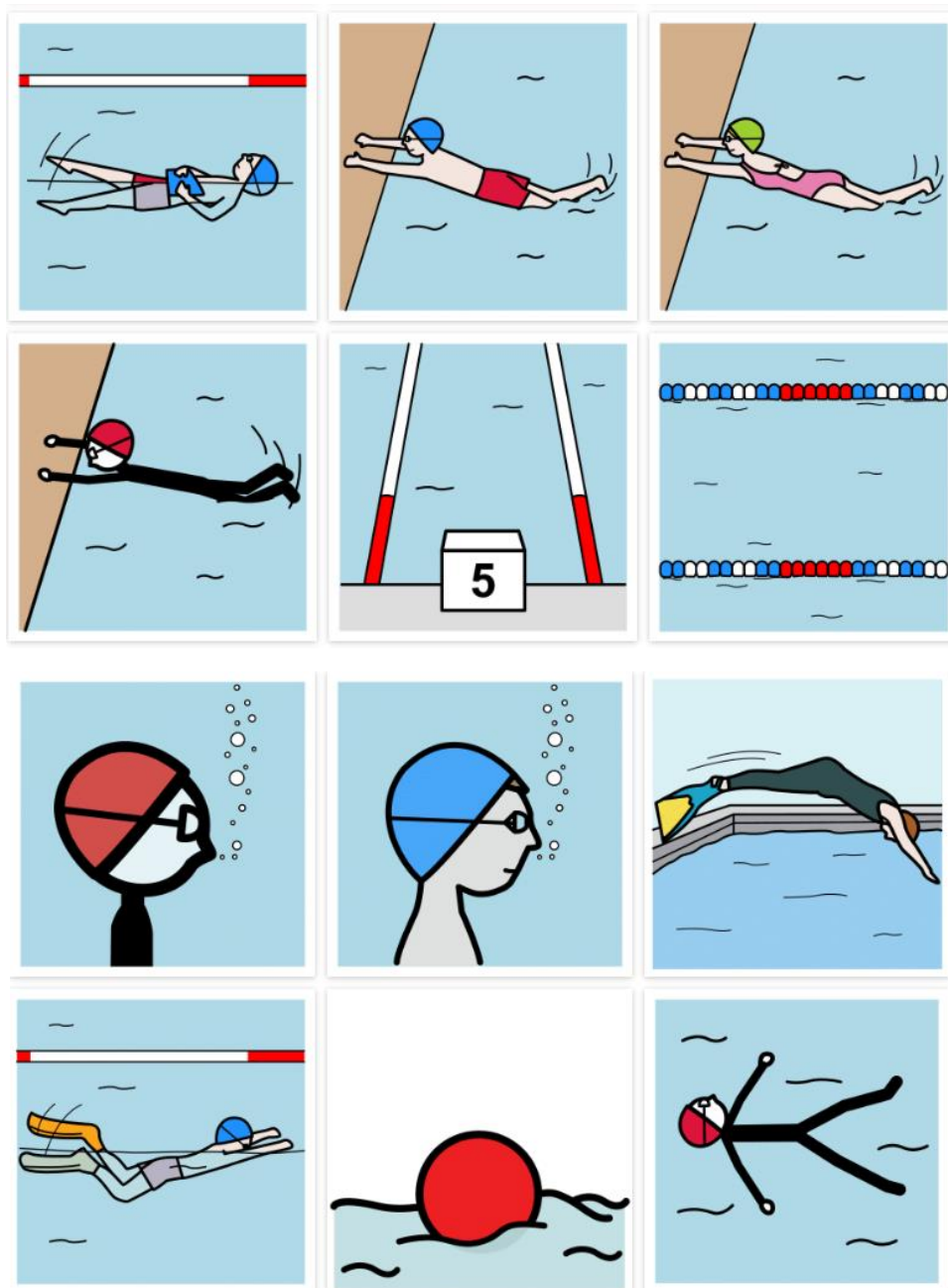
Tu respuesta

Enviar

Borrar formulario

14.8.- Anexo VIII: Pictogramas UD “Al agua patos”





14.9.- Anexo IX: Situación de aprendizaje (SA) referente a la Unidad Didáctica (UD) número 8: “Al agua patos”.

14.9.1.- Introducción

Esta Situación de Aprendizaje (SA) es la octava de la programación (“Al agua patos”), en la que se trabajan las actividades en medio acuático, en concreto, a la natación.

Esta SA pertenece al curso académico 2022/2023 que se va a llevar a cabo con los 24 alumnos de la clase de 6º de Educación Primaria en el Colegio Nazaret Oporto, de la Comunidad de Madrid. Como podemos observar, la UD se llevará a cabo durante el mes de febrero de 2023 (Anexo V), realizándose 7 sesiones en referencia a estos contenidos.

Tenemos que tener en cuenta que esta SA está enmarcada dentro de una UD que compone la programación llevada a cabo y que, por tanto, está englobada en la lucha contra la obesidad que encontramos como uno de los principales problemas de salud de nuestra sociedad, como hemos ido explicando a lo largo de este documento.

Lo que se pretenderá conseguir con la realización de esta UD es que los alumnos sean capaces de desarrollar la autonomía en el medio acuático, a ser eficientes dentro del mismo y trabajar habilidades motrices básicas que se extrapolen a dicho medio.

Como uno de los fines, ya que es la primera vez que el Colegio Nazaret Oporto cuenta con un acuerdo con las Piscinas San Miguel, lo que se pretende es conseguir que los alumnos en la toma de contacto con la natación (entendiendo

que habrá diferentes niveles dentro del grupo) sean capaces de adquirir los conocimientos básicos además de adquirir un gusto por este deporte para la realización del mismo fuera del centro escolar, en su tiempo libre.

Una vez descrita la SA, se procede a la explicación de las diferentes sesiones dentro de esta UD con sus respectivos contenidos, objetivos y competencias enmarcadas dentro de la diferente normativa educativa en nuestro país y, en concreto, en la Comunidad de Madrid.

14.9.2.- Contextualización

Como bien hemos comentado durante este documento, la UD número 8, en referencia a la natación, se llevará a cabo con los alumnos de 6º de Educación Primaria del Colegio Nazaret Oporto.

La clase cuenta con 24 alumnos, donde encontramos 2 de ellos con Trastorno del Espectro Autista y 3 de ellos con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad, como hemos ido detallando a lo largo del documento.

Dentro de este apartado, nos vamos a centrar más en una parte menos detallada pero muy importante para poder llevar a cabo las diferentes sesiones en referencia a la natación. Este aspecto se trata del espacio donde se va a llevar a cabo las actividades, ya que no es un espacio propio del centro educativo, sino que es un espacio cedido por parte de las Piscinas San Miguel hacia el colegio.

Por ello, tenemos que tener en cuenta que, durante estas sesiones, el colegio y las clases de educación física se riñen a las normas y horarios cedidos por el espacio que se va a ocupar, por lo que se reestructurarán las clases pertinentes

haciendo cambios entre diferentes asignaturas siempre supervisado por la dirección del centro y obteniendo su permiso.

Por otro lado, también se ha de contar con que todo el material disponible por las Piscinas San Miguel se podrá utilizar para llevar a cabo las sesiones, ya que entra dentro de la propia cesión, por lo que no hay que desplazar ningún tipo de material desde el colegio, ya que ya lo tenemos en la propia instalación.

14.9.3.- Elementos curriculares de la Situación de Aprendizaje (SA)

14.9.3.1.- Objetivos

Como bien hemos podido observar en la tabla correspondiente a la UD número 8 de “Al agua patos”, esta UD tiene una serie de objetivos que se pretenden conseguir con los alumnos de 6º de Educación Primaria con la que se va a llevar a cabo y que son los siguientes:

- Aprender la técnica básica en los diferentes estilos: crol, espalda, braza y buceo.
- Aprender a ser lo más eficientes posibles en el desplazamiento en medio acuático.
- Trabajar la coordinación motriz de forma global, junto con la agilidad y la capacidad respiratoria a través de diferentes juegos y actividades.
- Adquirir los conceptos básicos de cuidado e higiene personal en el medio acuático.
- Aprender los aspectos de seguridad básicos en referencia al medio acuático (piscina como entorno).

De esta forma, tenemos que entender que la relación entre estos objetivos propios de la programación y los objetivos de la etapa educativa (tercer ciclo de Educación Primaria) van a contribuirse de forma transversal entre ambos:

Figura 14. Relación de objetivos propios de la programación y objetivos de etapa.

OBJETIVOS PROPIOS DE LA PROGRAMACIÓN	OBJETIVOS DE ETAPA
1.- Conocer el problema de la obesidad a nivel nacional e internacional, de tal forma que el alumno sea consciente de los daños a la salud que esta enfermedad puede causar a lo largo de los años.	a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar poniéndose en el lugar del otro, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como su participación en una sociedad democrática.
7.- Desarrollar las habilidades motrices específicas tras la adquisición de las habilidades motrices básicas.	e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua española y desarrollar hábitos de lectura.
12.- Conocer los riesgos que tiene la práctica deportiva en general y de las actividades específicas, adquiriendo una actitud de prevención en consecuencia.	h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.
17.- Favorecer la inclusión en el aula de todos los alumnos, independientemente de sus características físicas y/o intelectuales.	k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
18.- Desarrollar la coordinación motriz a través de la práctica deportiva.	m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios y estereotipos de cualquier tipo.

14.9.3.2.- Competencias

En la siguiente tabla, vamos a disponer la relación entre las competencias clave y las competencias específicas que se van a adquirir mediante el desarrollo de la Situación de Aprendizaje planteada y en referencia a la ley educativa:

Figura 15. Relación competencias específicas y competencias clave.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	COMPETENCIAS CLAVE
1.- Adoptar un estilo de vida activo y adecuado practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.	Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender (CPSAA)
2.- Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender (CPSAA)
5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	Competencia en Comunicación Lingüística (CCL)

14.9.3.3.- Contenidos y saberes

En cuanto a los contenidos y sus respectivos saberes básicos que son objetivo de aprendizaje significativo por parte del alumnado en esta UD, nos basamos en la ley educativa de la Comunidad de Madrid, en concreto el Decreto 61/2022, del 13 de julio, de forma que se trabaje de forma transversal e integrada entre todos ellos, son los siguientes:

Figura 16. Contenidos trabajados en la Situación de Aprendizaje (SA).

BLOQUE DE CONTENIDOS	CONTENIDOS ESPECÍFICOS TRABAJADOS	CONTENIDOS CONCRETOS TRABAJADOS
BLOQUE B: ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Toma de medidas (previas y durante) de prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general, conciencia y responsabilidad en función de los requerimientos de la tarea y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad de uno mismo y de los demás. Correcta utilización de materiales.	Uso de las instalaciones (piscina), medidas de seguridad en el medio acuático (respiración, pedir ayuda, zonas de seguridad...) y normas propias de la instalación y a tener en cuenta en la piscina.
BLOQUE C: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN SITUACIONES MOTRICES	Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).	Estilos básicos de natación (crol, espalda, braza y buceo), juegos en el medio acuático y capacidades físicas básicas (respiración / respiración dinámica, coordinación y agilidad).

Como bien hemos ido desarrollando a lo largo del documento, esta serie de contenidos se trabajarán de una forma transversal como puede ser: Lengua Castellana y Literatura, a través de la comunicación oral y la transmisión; o Ciencias de la Naturaleza, para conocer el propio cuerpo y su funcionamiento en el medio acuático.

Todos estos contenidos trabajados de forma transversal, será específicos para esta UD referente a la natación.

14.9.3.4.- Criterios de evaluación

En la siguiente tabla se van a describir y relacionar los correspondientes criterios de evaluación con los diferentes descriptores operativos de las competencias clave que podemos encontrar en el Real Decreto 157/2022, del 1 de marzo:

Figura 17. Relación de criterios de evaluación con los descriptores operativos.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DESCRIPTORES OPERATIVOS
1.3.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, conocer los primeros auxilios fundamentales, reconocimiento básico y el protocolo PAS (proteger, avisar, socorrer) reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.	CPSAA 2.- Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.
2.2.- Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de colaboración, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas.	CPSAA 5.- Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.
5.1.- Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una visión cuidadosa del entorno y comunitaria.	CCL 5.- Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

14.9.4.- Metodología

Para la realización de las diferentes sesiones que se van a englobar dentro de la UD referente a la natación, se van a utilizar dos tipos de metodología claros por parte del docente para ayudar a la consecución de los objetivos y contenidos y el aprendizaje transversal por parte del alumnado de 6º de Educación Primaria.

En primer lugar, debemos definir la importancia del mando directo en la educación, ya que se trata de una metodología de lo más utilizada en la historia educativa y que, si se utiliza de forma adecuada, puede ser muy beneficiosa para el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Como bien nos comentan autores como Piéron (1988); González-Peitado (2013) y Rodríguez (2016) el mando directo se trata de un tipo de metodología tradicional de los más utilizados a lo largo de la historia y que, aun siendo un estilo reproductivo, favorecen a la práctica deportiva, no solo centrándose en los procesos más cognitivos del aprendizaje.

Pero debemos entender que, en muchas ocasiones y mirando por la diversidad de los alumnos de clase, no solo debemos utilizar un tipo de metodología en concreto, ya que esto puede hacer que los alumnos no tengan las mismas oportunidades de aprendizaje.

Por ello, emplearemos una segunda metodología durante la UD, que se trata de la gamificación, mediante la que los alumnos tienen la oportunidad de adquirir un aprendizaje significativo de una forma mucho más lúdica, en este caso, en el medio acuático.

Por ello, diversos autores nos hablan de su importancia en educación y su gran crecimiento en los últimos tiempos:

“El centro de atención lo constituye la gamificación en educación, dada la importancia que están adquiriendo los beneficios que aporta un diseño curricular basado en los principios de la gamificación, ayudando a mantener el interés de los alumnos y evitando que el proceso de enseñanza-aprendizaje se convierta en algo aburrido o sin interés para ellos, disminuyendo el número de abandonos y la falta de compromiso en el proceso de enseñanza, favoreciendo la adquisición de competencias” (González, 2015, p. 23).

La combinación de estas dos metodologías en esta UD proporcionará a los alumnos la posibilidad de conseguir adquirir los aprendizajes pertinentes desarrollados en la misma de una forma integral y significativa.

14.9.5.- Sesiones y actividades de enseñanza/aprendizaje

A continuación, se van a desarrollar las 7 sesiones con sus correspondientes Situaciones de Aprendizaje dentro de la Unidad Didáctica “Al agua patos” desarrollada en base a la natación.

SESIÓN	1	NOMBRE	Familiarización y toma de contacto (I)
OBJETIVOS DE LA SESIÓN	-Introducir al alumnado al medio acuático y primera toma de contacto con la natación. -Conocer los aspectos básicos de la natación. -Aprender las normas de seguridad e higiene personal.		
RECURSOS	24 pelotas de playa y 24 manguitos (por si algún alumno lo necesitara para ganar confianza en el medio acuático).		
PARTE INICIAL	Comenzamos introduciendo la UD que vamos a llevar a cabo con sus correspondiente SA, junto con las competencias y objetivos correspondientes. Posteriormente, presentamos el espacio donde vamos a llevar a cabo la práctica deportiva (la piscina, el vestuario y el cuarto de materiales), dejando claro a los alumnos las instalaciones y materiales que se pueden utilizar durante la estancia en el recinto. Introducimos las normas del recinto utilizado durante las actividades, explicando a los alumnos las normas de seguridad que tienen que seguir en cualquier espacio o piscina y, en concreto, en referencia con el medio acuático. Además, explicamos la higiene personal que han de aplicar durante su estancia en la piscina. Como calentamiento, lo que hacemos es tomar contacto con el medio acuático, de forma que lo que hacemos es entrar por las escalerillas de 1 en 1 en la zona que no cubre, andando por la piscina.		
PARTE PRINCIPAL	Tras el calentamiento, lo que hacemos es en primer lugar trabajar la respiración, de tal forma que todos los alumnos se ponen agarrados en el bordillo, haciendo una actividad en la que todos ellos a la vez meten la cabeza dentro del agua y, el último que la saca, será el ganador. Posteriormente, hacemos un ejercicio de respiración dinámica, en el que se le proporcionará un balón a cada alumno que deberán de llevar de un lado al otro de la piscina soplándolo (a lo ancho de la misma). Finalmente, realizamos una actividad que consistirá en ver qué alumno es el que salpica más, de tal forma que se tendrán que poner flotando en el agua boca abajo y boca arriba (alternando), moviendo las piernas sobre el agua salpicando todo lo que puedan, con el objetivo de, posteriormente, extrapolar el movimiento a los diferentes estilos que se explicarán en las siguientes sesiones.		
VUELTA A LA CALMA	Tras las diferentes actividades, lo que hacemos es un juego denominado (A-E-I-O-U), en el que los alumnos, en dos grupos de 12, deberán con una pelota mantenerla en el aire a la vez que van diciendo esas vocales en el orden establecido para que en la U deban dar a uno de sus compañeros. En caso de que les den, deberán ir hacia las escalerillas, salir y volver a meterse en la piscina para seguir jugando.		

SESIÓN	2	NOMBRE	Familiarización y toma de contacto (II)
OBJETIVOS DE LA SESIÓN	-Introducir al alumnado al medio acuático y segunda toma de contacto con la natación. -Conocer los aspectos básicos de la natación. -Saber desenvolverse en el medio acuático		
RECURSOS	12 tablas, 12 colchonetas, 12 churros y 20 aros inflables		
PARTE INICIAL	Comenzamos esta sesión realizando unas actividades de calentamiento. En primer lugar, lo que hacemos es meternos en el agua y agarrarnos todos al bordillo. Cuando el profesor diga, nos empezaremos a mover todos por el bordillo en la misma dirección, de tal forma que cuando el profesor diga “ya”, los alumnos deberán meter la cabeza en el sitio aguantando la respiración todo el tiempo que puedan para, posteriormente, volver a salir y seguir caminando por el bordillo.		
PARTE PRINCIPAL	La primera actividad que vamos a llevar a cabo en el día de hoy, será el abrir los ojos debajo del agua, de tal forma que lo que hacemos es colocar a los alumnos por pareja, jugando a una especie de juego del espejo. Los dos alumnos se meten debajo del agua a la par, de tal forma que uno de ellos deberá realizar una serie de gestos que, el otro alumno, abriendo los ojos debajo del agua, deberá de visualizar. Posteriormente, saldrán fuera del agua a la vez, teniendo que realizar los mismos gestos el alumno que los ha visualizado que su compañero, pero fuera del agua. Se irán intercambiando los roles durante la actividad. Posteriormente, nos metemos en la zona que cubre, con el fin de que los alumnos consigan desenvolverse en esas circunstancias. Lo que se hace es tirar una serie de tablas, churros y colchonetas, de forma en que los alumnos deban desplazarse por esta zona intentando, cada vez, ir utilizando menos objetos para flotar por si solos sin ayuda de nada. Por último, nos volvemos a meter en la zona que no cubre, de tal forma que jugamos al “Tiburón”, un juego en el que se escoge a 2 alumnos que serán los tiburones y que, deberán ir pillando a los demás alumnos por el espacio delimitado. Si un tiburón te pilla, deberás salir de la piscina por las escalerillas y volver a tirarte al agua. Los tiburones irán cambiando, intentando que la mayoría de alumnos desenvuelvan ambos roles.		
VUELTA A LA CALMA	Tras las diferentes actividades, lo que hacemos es un juego en el que se disponen a lo largo de la piscina una serie de aros inflables de gran diámetro, de tal forma que los alumnos, de forma libre, deberán irse tirando al agua desde fuera de la piscina consiguiendo entrar por dentro de los aros. Si un alumno lo consigue, se llevará un punto. Al final de la actividad, los alumnos que hayan conseguido un número mayor de puntos, serán los ganadores.		

SESIÓN	3	NOMBRE	Iniciación al estilo "Crol"
OBJETIVOS DE LA SESIÓN	-Introducir al alumnado al estilo de natación denominado "Crol". -Adquirir los conocimientos técnicos básicos para la realización correcta de dicho estilo.		
RECURSOS	24 tablas, 24 gafas de buceo y 3 vendas.		
PARTE INICIAL	Comenzamos esta sesión realizando unas actividades de calentamiento. Lo que hacen los alumnos es meterse en el agua, en la zona que cubre, de tal forma que se deberán agarrar del bordillo y dejarse flotar quedando con las manos agarradas en el mismo y tumbados boca abajo, de tal forma que se les pide que vayan realizando patadas en el agua (lo que nos servirá como base para el estilo que vamos a ver en la parte principal de la sesión).		
PARTE PRINCIPAL	La primera actividad que realizamos en la sesión de hoy es, aprovechando la actividad de calentamiento, estando en la misma posición, añadimos a la patada la respiración pertinente, de tal forma que cuando contemos 5 segundos sacamos la cabeza por un lado para respirar y coger aire y la volvemos a introducir en el agua siguiendo con la actividad. Posteriormente, desde el bordillo, nos impulsamos en este, estirándonos completamente y poniéndonos en posición de Crol para, cuando se haya acabado el impulso, seguir avanzando con la patada practicada anteriormente y teniendo de referencia y apoyo una tabla para los brazos. En tercer lugar, seguimos con las tablas y, además, los alumnos se ponen las gafas de buceo, de tal forma que practicamos todo junto (la respiración, la patada y el braceo) de tal forma que se empiece a hacer de forma coordinada todos los movimientos pertinentes del estilo. Finalmente, realizamos el estilo a crol sin ningún tipo de apoyo, realizando diferentes largos a la piscina de forma coordinada con todos los alumnos.		
VUELTA A LA CALMA	Tras las diferentes actividades, lo que hacemos es un juego llamado "Marco Polo", en el que se le pone unas vendas a 3 alumnos en la zona de la piscina que no cubre, de tal forma que los alumnos con los ojos vendados deberán ir diciendo "Marco" y el resto de sus compañeros "Polo", de tal forma que ubiquen a sus compañeros y les puedan pillar. Si los alumnos consiguen pillar a sus compañeros, se van cambiando los roles, de tal forma que todos los alumnos participen de igual forma en la actividad.		

SESIÓN	4	NOMBRE	Iniciación al estilo "Espalda"
OBJETIVOS DE LA SESIÓN	-Introducir al alumnado al estilo de natación denominado "Espalda". -Adquirir los conocimientos técnicos básicos para la realización correcta de dicho estilo.		
RECURSOS	24 tablas, 24 vasos de plástico y 1 pelota de fútbol talla 3.		
PARTE INICIAL	Comenzamos esta sesión realizando unas actividades de calentamiento. Lo que hacen los alumnos es meterse en el agua, en la zona que cubre, de tal forma que se deberán dejar caer sobre el agua, quedándose flotando boca arriba, sin moverse hasta que el profesor diga "ya" que es cuando deberán movilizarse para ir a tocar una de las tablas que están puestas en la piscina. Los alumnos que lleguen primero a por estas serán los ganadores.		
PARTE PRINCIPAL	La primera actividad que realizamos en la sesión de hoy es, aprovechando la actividad de calentamiento, los alumnos se disponen agarrados al bordillo, boca arriba, realizando la patada de impulso en referencia al estilo de espaldas. Posteriormente, los alumnos cogerán una tabla, de tal forma que se dejen caer boca arriba en el agua para ir avanzando únicamente con la patada. Cada 4 patadas deberán impulsarse con uno de los brazos para, ir cambiando de brazo cada 4 patadas que utilicen para impulsarse. En tercer lugar, cogemos un vaso de plástico pequeño para cada uno de los alumnos, de tal forma que tengan que realizar la misma actividad anterior, pero intentando llevar el vaso en la frente sin que este se caiga, de tal forma que lo que estamos consiguiendo es que tengan la postura correcta a la hora de realizar el estilo de espaldas. Finalmente, realizamos el estilo de espaldas de forma autónoma y sin la ayuda de ningún tipo de material, de forma coordinada con todos los alumnos.		
VUELTA A LA CALMA	Tras las diferentes actividades, lo que hacemos es un juego llamado "Balón Prisionero", que hemos realizado durante el curso en clase en otras UD pero que lo llevamos a cabo en el medio acuático, favoreciendo así que los alumnos se desenvuelvan aún más en estas características y aprovechando que es un juego que siempre les ha gustado mucho y la atención.		

SESIÓN	5	NOMBRE	Iniciación al estilo "Braza"
OBJETIVOS DE LA SESIÓN	-Introducir al alumnado al estilo de natación denominado "Braza". -Adquirir los conocimientos técnicos básicos para la realización correcta de dicho estilo.		
RECURSOS	24 tablas, 24 churros y 12 aros hinchables.		
PARTE INICIAL	Comenzamos esta sesión realizando unas actividades de calentamiento. Lo que hacen los alumnos es meterse en el agua, en la zona que cubre, de tal forma que se deberán agarrar al bordillo boca abajo, realizando la patada correspondiente al estilo braza, que es diferente a la que hemos visto de forma habitual y que deberán adquirir de forma significativa ya que es muy importante para el avance dentro del agua en este estilo en concreto.		
PARTE PRINCIPAL	La primera actividad que realizamos en la sesión de hoy es, aprovechando la actividad de calentamiento, para ver si han adquirido la técnica correcta en referencia a la patada, realizar la misma patada, pero incluida en el estilo a espaldas, de forma que, si son capaces de extrapolarla a este estilo, veremos que realmente han sido capaces de conseguir adquirir la técnica correspondiente. Posteriormente, deberán utilizar una tabla, de tal forma que vayan realizando la patada de braza y, cada 4 patadas, deberán soltar la tabla e ir a tocar los talones cuando la patada esté en su fase ascendente, de tal forma que inconscientemente sean capaces de exagerar el gesto de la patada y ser conscientes de ello. En tercer lugar, con la ayuda de un churro, nos montamos en este, desplazándonos solo con la técnica correspondiente a la brazada dentro de este estilo (sin utilizar la patada), de tal forma que se les dice a los alumnos que cuando la brazada este en su fase de empuje es cuando deben salir a respirar y coger el aire. Finalmente, lo que hacemos es realizar largos correspondientes al estilo de braza de forma autónoma y sin la ayuda de ningún material, de forma coordinada con todos los alumnos de clase.		
VUELTA A LA CALMA	Tras las diferentes actividades, lo que hacemos es un juego llamado "Atina el Aro", de tal forma que, por parejas, deberán colocarse a 5 metros, tirando un aro a su compañero, que permanecerá quieto, para ver si consiguen meterlo por la cabeza y encestar. Cada vez que lo consigan, será un punto y los roles se van cambiando cada lanzamiento. Los grupos que más puntos obtengan, serán los ganadores.		

SESIÓN	6	NOMBRE	Iniciación al estilo "Buceo"
OBJETIVOS DE LA SESIÓN	-Introducir al alumnado al estilo de natación denominado "Buceo". -Adquirir los conocimientos técnicos básicos para la realización correcta de dicho estilo.		
RECURSOS	24 gafas de buceo.		
PARTE INICIAL	Comenzamos esta sesión realizando unas actividades de calentamiento. Lo que hacen los alumnos es meterse en el agua, en la zona que cubre, de tal forma que se deberán agarrar al bordillo, dejándose sumergir en la piscina hasta tocar el fondo e impulsarse hacia la superficie, consiguiendo controlar la respiración para, posteriormente, salir a la superficie y volver a agarrarse al bordillo para volver a realizar el mismo proceso.		
PARTE PRINCIPAL	La primera actividad que realizamos en la sesión de hoy es, aprovechando la actividad de calentamiento, lo que hacemos es dejarnos caer mirando hacia el suelo dentro de la piscina hasta tocar el fondo con las manos para, finalmente, volvernos a impulsar hacia la superficie para coger aire. Posteriormente, aprovechando que la patada del buceo es similar a la del estilo crol, lo que hacemos es sumergirnos en el agua con las gafas de buceo y ensayar la brazada correspondiente, desplazándonos por el espacio sin utilizar la patada, solo con el impulso de los brazos. Finalmente, realizamos el estilo de buceo todos juntos de forma coordinada, practicando sobre todo el cómo salir a coger el aire si no es necesario, para volvernos a sumergir y seguir buceando dentro de la piscina.		
VUELTA A LA CALMA	Tras las diferentes actividades, lo que hacemos es un juego que consiste en una pequeña competición en que cada alumno saliendo desde el bordillo e impulsándose en este, ver hasta dónde pueden llegar buceando sin respirar, dejando su marca en ese lugar. Los alumnos que consigan llegar más lejos en la piscina sin salir a la superficie, serán los ganadores.		

SESIÓN	7	NOMBRE	Juegos en el medio acuático
OBJETIVOS DE LA SESIÓN	-Introducir al alumnado en diferentes juegos para realizar en el medio acuático. -Desarrollar fluidez corporal en diferentes actividades en el medio acuático.		
RECURSOS	12 redes de voleibol, 12 balones de voleibol, 16 aros verdes, 10 aros rojos, 6 aros azules, 4 mini porterías de waterpolo y 2 balones de waterpolo.		
PARTE INICIAL	Comenzamos esta sesión realizando unas actividades de calentamiento, con un juego llamado “Voleibol acuático”, en el que aprovechamos que en este curso escolar vamos a ver el voleibol como deporte para realizar unos partidillos en parejas a lo largo de toda la piscina.		
PARTE PRINCIPAL	La primera actividad que realizamos en la sesión de hoy es un juego llamado “La búsqueda del tesoro”, en el que los alumnos se situarán fuera de la piscina esperando a que el profesor distribuya diferentes aros de colores por la piscina. Una vez dispuestos en la misma, deberán bucear y sumergirse para encontrarlos. Cada aro tendrá diferentes valores: -Verde: 1 punto -Rojo: 2 puntos -Azul: 3 puntos El alumno que más puntos consiga será el ganador de este juego. Finalmente, la última actividad que realizaremos será un juego llamado “Concurso de saltos”, en la que los alumnos deberán evaluar a sus compañeros según el salto que realicen al agua (del 1 al 10) y diciéndole estos el salto que van a realizar antes al profesor (por cuestiones de seguridad y ver si se puede hacer o no). El alumno que consiga obtener una mejor puntuación de sus compañeros será el ganador.		
VUELTA A LA CALMA	Tras las diferentes actividades, lo que hacemos es un pequeño partidillo de waterpolo en grupos de 6 vs 6 en dos campos, de tal forma que podamos jugar un rato a uno de los deportes concretos que se realizan en el medio acuático, con la intención de que los alumnos tengan una primera toma de contacto con este deporte para poder ver si les gusta y poder realizarlo como actividad extraescolar, por ejemplo.		

14.9.6.- Evaluación

La evaluación será el proceso final de la SA, de tal forma que será clave para cerrar el proceso de enseñanza-aprendizaje. La evaluación será formativa y de corte continuo, consiguiendo que todas las competencias evaluadas estén integradas en el aprendizaje significativo de los alumnos.

Además, hemos de incluir la autoevaluación que se llevará a cabo por parte de los alumnos, de tal forma que puedan formar parte de este proceso evaluativo de la adquisición de las competencias a través de la realización de la SA.

Por ello, en primer lugar, tenemos que tener en cuenta que la evaluación parte en base a los criterios de evaluación propuestos por la ley y que van en consonancia con sus respectivas competencias y objetivos. Por este motivo, se elabora la siguiente tabla mediante la cual se relacionan los criterios de evaluación con las competencias y objetivos pertinentes, para, posteriormente, explicar la evaluación del alumno:

Figura 18. Relación de criterios de evaluación y sus respectivos descriptores operativos con las competencias específicas y los objetivos.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y RELACIÓN CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	OBJETIVOS
1.3.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, conocer los primeros auxilios fundamentales, reconocimiento básico y el protocolo PAS (proteger, avisar, socorrer) reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos. (CPSAA 2).	1.- Adoptar un estilo de vida activo y adecuado practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.	-Adquirir los conceptos básicos de cuidado e higiene personal en el medio acuático. -Aprender los aspectos de seguridad básicos en referencia al medio acuático (piscina como entorno).

2.2.- Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de colaboración, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas. (CPSAA 5).	2.- Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	-Aprender la técnica básica en los diferentes estilos: crol, espalda, braza y buceo. -Trabajar la coordinación motriz de forma global, junto con la agilidad y la capacidad respiratoria a través de diferentes juegos y actividades.
5.1.- Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una visión cuidadosa del entorno y comunitaria. (CCL 5).	5.- Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	-Aprender a ser lo más eficientes posibles en el desplazamiento en medio acuático.

Tras relacionar los criterios de evaluación correspondientes, hemos de analizar los diferentes instrumentos de evaluación que se van a utilizar para conseguir realizar una evaluación objetiva y formativa con nuestros alumnos en referencia a esta UD en concreto. Los instrumentos de evaluación que vamos a utilizar son los siguientes:

- **Observación:** La observación será uno de los instrumentos de evaluación en esta UD y un pilar en nuestras clases, ya que permite evaluar aspectos

momentáneos que se observan en el momento por parte del profesor y que (si no es de esta forma) serían muy complicados de evaluar.

Tenemos que tener en cuenta que, gracia a este método de evaluación, podemos evaluar aspectos mucho más concretos y determinantes del alumnado en la clase de educación física, por lo que se utiliza al ser considerado como un instrumento diferenciador del resto.

Muchos autores nos hablan sobre la observación en la educación y de su gran importancia: “La importancia atribuida a la observación dentro tanto de la formación inicial como permanente del profesorado se debe al gran abanico de posibilidades que esta tiene dentro del ámbito educativo” (Herrero, 1997, p. 1).

Además, Herrera añade que: “La observación del niño en su ambiente, y el centro escolar, sin duda lo es, nos permite descubrir diversos objetivos” (1997, p. 2).

- **Rúbrica:** Este instrumento facilitará al docente evaluar de una forma concreta y de calidad las competencias y contenidos concretos de la UD que se lleva a cabo, por su gran facilidad de organización y objetividad de las misma.

Diversos autores nos explican la importancia de la rúbrica en la actualidad, ya que: “la rúbrica se está convirtiendo en una de las respuestas a esta falta de recursos, por su fácil diseño y manejo, y por los efectos que tiene sobre la calidad de los procesos educativos” (Torres, 2010, p. 142).

Además, como bien podemos observar en internet, existen numerosas aplicaciones y páginas web que facilitan al docente la creación de rúbricas de calidad para la evaluación de sus alumnos en cualquier área.

Tras la definición de los instrumentos que vamos a utilizar para la evaluación de las competencias y los contenidos, vamos a disponer una tabla con los criterios de evaluación, el instrumento utilizado para la evaluación de cada uno de ellos y el porcentaje final que cada criterio de evaluación tendrá en la nota del alumnado:

Figura 19. Relación de criterios de evaluación y los descriptores operativos con los instrumentos de evaluación y el porcentaje de calificación.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y RELACIÓN CON LOS DESCRIPTORES OPERATIVOS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN UTILIZADO	PORCENTAJE DE LA CALIFICACIÓN
1.3.- Adoptar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, conocer los primeros auxilios fundamentales, reconocimiento básico y el protocolo PAS (proteger, avisar, socorrer) reconociendo los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos. (CPSAA 2).	Observación	20%
2.2.- Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de colaboración, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas. (CPSAA 5).	Rúbrica	40%
5.1.- Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una visión cuidadosa del entorno y comunitaria. (CCL 5).	Observación	40%

Por otro lado, en cuanto a la autoevaluación en base a los propios alumnos durante el desempeño en esta UD, lo que se hace es un formulario en “Google

formularios” (Anexo VII), de tal forma que, al finalizar la UD los alumnos tengan que valorar su desempeño en las diferentes actividades y responder a una serie de preguntas, de tal forma que la autoevaluación tenga un peso (que posteriormente definiremos) en la evaluación final de la UD.

Finalmente, vamos a poner una rúbrica en referencia a la segunda competencia específica y su criterio de evaluación trabajado durante esta UD, de tal forma que evaluaremos lo que se recoja dentro de este:

Figura 20. Rúbrica de evaluación referente a la segunda competencia específica.

CRITERIO DE EVALUACIÓN	CONTENIDO	NO LOGRADO	LOGRADO PARCIALMENTE	TOTALMENTE LOGRADO
2.2.- Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de colaboración, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas.	Estilo a crol	El alumno no es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica en ninguna ocasión del estilo a crol.	El alumno es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica del estilo a crol en alguna ocasión.	El alumno es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica el estilo a crol.
	Estilo a espalda	El alumno no es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica en ninguna ocasión del estilo a espalda.	El alumno es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica del estilo a espalda en alguna ocasión.	El alumno es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica el estilo a espalda.
	Estilo a braza	El alumno no es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica en ninguna ocasión del estilo a braza.	El alumno es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica del estilo a braza en alguna ocasión.	El alumno es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica el estilo a braza.
	Estilo a buceo	El alumno no es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica en ninguna ocasión del estilo a buceo.	El alumno es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica del estilo a buceo en alguna ocasión.	El alumno es capaz de desarrollar de forma correcta la técnica el estilo a buceo.
	Respiración / respiración dinámica y coordinación	El alumno no es capaz de realizar la respiración de forma correcta ni coordinarse.	El alumno es capaz de realizar la respiración y la coordinación correcta en alguna ocasión.	El alumno es capaz de realizar la respiración y coordinarse de forma correcta.

14.9.7.- Medidas de atención a la diversidad

Es de primordial importancia dar oportunidad de aprendizaje a los 24 alumnos que componen la clase de 6º de Educación Primaria con la que vamos a llevar a cabo la programación y, en concreto, esta UD en el medio acuático.

Para ello, tenemos que basarnos en el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) y como también nos marca la ley actual de educación, de tal forma que consigamos llevar a cabo en nuestra clase de educación física una educación inclusiva de la que se aprovechen cada uno de los alumnos dentro de esta UD en concreto.

En la siguiente tabla nos apoyamos en los principales pilares de la educación inclusiva para llevar a cabo nuestras acciones concretas para favorecer la inclusión en nuestra clase de educación física:

Figura 21. Acciones inclusivas en relación a la educación inclusiva (DUA).

PILARES DE LA EDUCACIÓN INCLUSIVA	ACCIONES LLEVADAS A CABO EN EL AULA PARA LOGRARLO
1.- Emplear la diversidad como un elemento enriquecedor.	Hacer que todos los alumnos participen de igual manera en las diferentes actividades propuestas, consiguiendo la colaboración entre alumnos en las diferentes actividades y juegos grupales propuestos durante la UD.
2.- Desarrollar propuestas accesibles que permitan la participación a todo el alumnado.	Aprovechando que tenemos 2 alumnos con TEA en clase, utilizamos los pictogramas correspondientes a las actividades que utilizamos con estos alumnos, para facilitar la comprensión por todos los alumnos de clase.
3.- Emplear diversidad de instrumentos de evaluación y formas y momentos de evaluar.	Como bien podemos observar en el apartado de evaluación, se dispone de rúbricas, listas de cotejo, la observación por parte del profesor durante las sesiones y la autoevaluación por parte del alumnado, de tal forma que la evaluación sea lo más completa posible y participen todos los miembros.
4.- Ofrecer diversidad de formas de adquirir las competencias.	Las competencias se podrán obtener de dos formas diferentes: siguiendo las instrucciones del profesor durante alguna de las actividades; de forma autónoma en la realización de otro tipo de

	actividades en forma de reto y con la colaboración con el resto de compañeros.
5.- Involucrar al alumnado en el proceso de aprendizaje.	Se involucra al alumnado en el proceso de aprendizaje mediante la autoevaluación que se propone al finalizar la UD, de tal forma que sean capaces de participar en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Finalmente, tenemos que recordar que tenemos 2 alumnos con TEA y 3 alumnos con TDAH, por lo que se facilitarán los recursos y medidas pertinentes para favorecer la inclusión de estos alumnos en base a sus características. Como los medios que estos alumnos necesitan son muy similares, los vamos a explicar a continuación:

- Uso de pictogramas (Anexo VIII) para la realización de las diferentes actividades y su comprensión por parte de los alumnos con estas características y, favorecer así la comprensión de las diferentes actividades que se van a llevar a cabo.
- Mantener una rutina durante las 7 sesiones que comprende la UD en cuanto a zonas donde se explican las diferentes actividades, zonas donde se van a llevar a cabo las actividades correspondientes, etc., con la intención de conseguir que este tipo de alumnado se sientan cómodos y no desestabilizarles por los numerosos cambios que podamos realizar.
- Favorecer la colaboración entre los alumnos, de forma que se favorezca la comunicación entre los mismos y el compañerismo, favoreciendo así la inclusión.
- Finalmente, eliminar cualquier tipo de distracción que pueda distraer a este tipo de alumnado, con la intención de plantear objetivos cortos y

fáciles de conseguir, de forma que los puedan ir realizando poco a poco y superándolos.

14.9.8.- Conclusión

En esta Situación de Aprendizaje lo que se ha pretendido es conseguir que los alumnos adquieran un aprendizaje significativo mediante las diferentes actividades propuestas, favoreciendo la inclusividad en el aula y la igualdad de oportunidades para todo el alumnado.

En su primera toma con el medio acuático, lo que se pretende con la realización de esta Unidad Didáctica es conseguir adquirir los conocimientos básicos de la natación, de tal forma que los alumnos aprendan a desenvolverse de forma eficiente en un medio diferente y desconocido, además de conocer diferentes actividades que se pueden llevar a cabo en el agua.

Se pretende que las clases sean lo más interactivas posibles, que no sean monótonas y que las actividades que se realicen favorezcan al proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por todo ello, esta Unidad Didáctica pretende formar al alumnado en base a las competencias clave y específicas anteriormente desarrolladas, consiguiendo así que todos los alumnos (independientemente de sus características), puedan llegar a conseguir la adquisición de los objetivos previamente definidos por el profesor, de una forma integral y significativa.