



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA
ICAI ICADE CIHS

TRABAJO DE FIN DE GRADO

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

Programación Didáctica dirigida a 3º de
Educación Primaria

“Los Superhéroes del movimiento saludable”

Natalia Carrero Martin

Directora: Víctor Martínez Majolero

Curso: 2025-2026

Fecha: 21/05/2026

LOS
SUPERHÉROES
DEL

MOVIMIENTO
SALUDABLE



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	5
2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO-NORMATIVA DE LA PROGRAMACIÓN	7
3. CONTEXTUALIZACIÓN	9
3.1 Ubicación del centro	9
3.2 Tipología de centro y niveles de enseñanza	9
3.3 Comunidad educativa	10
3.4 Perfil del alumnado	11
3.5 Horario.....	11
4. OBJETIVOS	12
4.1 Objetivos generales de etapa.....	12
4.2 Objetivos específicos de la programación	13
5. COMPETENCIAS	14
5.1 Competencias clave.....	14
5.2 Competencias específicas	15
6. CONTENIDOS	16
6.1 Secuenciación temporal de la programación e hilo conductor.....	16
6.2 Contenidos transversales	18
6.3 Unidades didácticas.....	19
7. METODOLOGÍA	41
7.1 Principios generales de la metodología.....	41
7.2 Metodologías específicas.....	42
7.2.1 Aprendizaje Basado en Retos	42
7.2.2 Aprendizaje Cooperativo	43
7.2.3 Uso de las TICs	43
7.2.4 Aprendizaje Significativo	44
7.3 Situaciones de aprendizaje y metodologías.....	44
7.4 Estilos de enseñanza	45
8. EVALUACIÓN	45
8.1 ¿Qué se evalúa?.....	45
8.2 ¿Cómo se evalúa?.....	46
8.3 ¿Quién evalúa?.....	47
8.4 ¿Cuándo de evalúa?	47
8.5 Evaluación del proceso de enseñanza.....	47
9. ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO	48
10. CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE OTROS PLANES	49

11.	CONCLUSIONES	50
12.	BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA.....	51
13.	ANEXOS	53
	13.1 Contextualización y justificación de la Unidad Didáctica	53
	13.2 Objetivos didácticos	53
	13.3 Competencias clave y específicas	55
	13.4 Contenidos y contenidos transversales	55
	13.5 Metodología y recursos	57
	13.6 Descripción de las sesiones	58
	16.7 Evaluación	63
	13.4 Atención a las diferencias individuales del alumnado	65
	13.5 Recursos elaborados.....	67

1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo de fin de grado tiene como finalidad la creación de una programación anual de la asignatura de Educación Física en el segundo ciclo de Educación Primaria, para el 3er curso, incluyendo como base las leyes educativas actuales y el contexto del centro educativo donde se aplicará de manera práctica el desarrollo de esta misma. El desarrollo de la programación didáctica será a través de los tres trimestres que componen el curso escolar.

La elección de este trabajo responde a mi interés personal vinculando el ámbito educativo y la actividad física. A lo largo de mi formación académica, la Educación Física siempre ha adquirido un papel destacable en comparación con otras asignaturas. También las experiencias vividas durante los periodos de prácticas universitarios en diferentes centros educativos me han permitido vivir de manera real el contacto directo con los alumnos dentro de un aula, favoreciendo esto en mi decisión profesional. Las prácticas que me han resultado más enriquecedoras han sido en el curso de 3º de Educación Primaria, lo que me ha motivado en la elección de este curso para la preparación de la planificación didáctica anual.

La Educación Física en la etapa de la Educación Primaria desarrolla un papel fundamental en el desarrollo integral del alumnado, ya que contribuye a mejorar sus competencias motrices, desarrollo cognitivo, social y emocional. Todo esto se adquiere a través del ejercicio físico y de la práctica de la actividad física.

Dentro del marco de la legislación educativa actual, Real Decreto 157/2022 y Decreto 61/2022, la Educación Física es la clave para que el alumnado desarrolle diferentes competencias a través de la superación de ciertos objetivos. La programación de este trabajo es un instrumento básico y esencial para la planificación, organización y

evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje, en el que el docente y los alumnos deben colaborar de manera conjunta y activa para que el desarrollo de esta sea significativo en la adquisición de los aprendizajes.

Bailey (2006), sostiene que la práctica de la actividad física en el ámbito escolar colabora en el desarrollo físico, social, emocional y cognitivo del alumnado. Las actividades motrices favorecen en que el alumno tenga mayor desarrollo en las habilidades sociales (cooperación, comunicación y respeto), y genera un impacto positivo en su autoestima y bienestar emocional. También destaca la importancia de la planificación y organización del centro educativo en las diferentes asignaturas para que actúen como un elemento que integra al alumnado, favorezca la inclusión y facilite un clima positivo en el aula, todo ello sea la repercusión de un rendimiento académico favorable para el alumno.

Para llevar a cabo esta unidad didáctica, el hilo conductor gira en torno a “Los Superhéroes de Movimiento Saludable”, lo que hace que el alumnado tenga una motivación hacia la asignatura de Educación Física, a través de este hilo conductor los alumnos se convierten en los propios protagonistas de sus aprendizajes, mientras desarrollan hábitos saludables, habilidades motrices y valores sociales a través de las actividades y retos propuestos. La elección de esta temática responde a la necesidad que he podido observar durante las prácticas en los centros escolares, de crear motivación, participación e implicación a los alumnos a través de la asignatura de Educación Física.

También esta programación tiene el objetivo de promocionar la salud y el bienestar durante la infancia de las personas, cumpliendo los Objetivos de Desarrollo Sostenible establecidos por la Agenda 2030, específicamente el ODS 3 (Salud y Bienestar) y el

ODS 4 (Educación de Calidad), para fomentar estilos de vida activos y saludables, y combatir el sedentarismo y problemas actuales como la obesidad infantil, concienciando a los alumnos de que la actividad física, la alimentación equilibrada y el bienestar emocional son necesarios para mantenerse a lo largo de la vida.

2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO-NORMATIVA DE LA PROGRAMACIÓN

En esta programación didáctica en Educación Física para el 3º curso de Educación Primaria, dentro del segundo ciclo, se emplea el marco legislativo vigente dentro de la Comunidad de Madrid (BOCM - DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria), para atender y guiar al alumnado dentro del proceso enseñanza-aprendizaje, para ello se justifica la normativa estatal y la autonómica vigente.

En primer lugar, esta programación se sustenta en la *Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (LOMLOE), por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación*. En esta normativa se mantiene que la educación debe de tener un enfoque en el que se promueve la igualdad de oportunidades entre todo el alumnado, atención a la diversidad, equidad e inclusión educativa. La asignatura de Educación Física desempeña un papel fundamental en la adquisición de los hábitos saludables, desarrollo personal y social, para mejorar su bienestar físico y emocional.

En la misma línea, esta programación se ajusta a partir de los principios que promueve la UNESCO, con algunos de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, para garantizar una educación de calidad.

De acuerdo con esta ley anterior, se establece el *Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo*, establecida a nivel estatal para las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. Este decreto define los principios generales y pedagógicos, los objetivos, las áreas, las competencias clave y perfil de salida del alumnado, las competencias específicas, criterios de evaluación y saberes básico, también los criterios de evaluación y la atención a las diferencias y necesidades educativas especiales. En el ámbito de la Educación Física, el movimiento es considerado un elemento fundamental para desarrollar las habilidades motrices, promover el bienestar físico y emocional del alumnado, fomentando las relaciones sociales entre los iguales.

A continuación, en el marco normativo autonómico de la Comunidad de Madrid, el currículo de Educación Primaria está regulado por el *Decreto 61/2022*, estableciendo la ordenación y el contenido en cada etapa. En este decreto se establece que el currículo establece unos objetivos, competencias específicas, contenidos, métodos pedagógicos y criterios de evaluación específicos para cada área y etapa de la Educación Primaria. Para realizar la programación didáctica se ha usado el apoyo en este decreto como marco autonómico referente en base a las características correspondientes con la comunidad autonómica en la que está ubicado el centro escolar.

Por último, esta programación didáctica también se fundamenta en la norma educativa oficial de la Comunidad de Madrid: *ORDEN 1493/2015, de 22 de mayo, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte*, por la que se regula la promoción y evaluación de los alumnos con necesidades educativas especiales. Con esta norma se enlaza al Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), un enfoque educativo que permite planificar la enseñanza para que todo el alumnado pueda aprender,

independientemente de sus características, no existe un alumno “estándar”, sino que lo que existen son múltiples formas de enseñar para aprender.

3. CONTEXTUALIZACIÓN

Con el objetivo de enmarcar esta programación didáctica, se ha diseñado un centro educativo de carácter ficticio, inspirado en las características pedagógicas y contextuales de centros educativos concertados-privados de la Comunidad de Madrid. Este centro ficticio tiene el nombre de Colegio Nuestra Señora de Son, de carácter concertado-privado y que aborda las etapas generales del sistema educativo.

Dentro de este apartado se divide en diferentes subapartados para comprender el entorno donde se desarrolla la propuesta didáctica, describiendo la ubicación del centro, la tipología y niveles de enseñanza, como es la comunidad educativa interna, el perfil del alumnado y por último el horario establecido por el centro.

3.1 Ubicación del centro

El Colegio Nuestra Señora de Son se encuentra ubicado dentro de la Comunidad de Madrid en la zona norte, en el distrito Fuencarral-El Pardo (compuestos por diferentes barrios como El Pardo, Fuentelarreina, Peñagrande, El Pilar, La Paz, Valverde, Mirasierra y El Goloso), exactamente en el barrio de Mirasierra.

El entorno en el que se encuentra es de carácter urbano-residencial, con un nivel socioeconómico medio-alto, con instalaciones deportivas, zonas verdes y con una amplia red de servicios de transporte. Con este entorno el contexto es favorable para la práctica de hábitos saludables y actividad física.

3.2 Tipología de centro y niveles de enseñanza

El centro escolar es carácter concertado-privado, con una alta demanda de escolarización, destacando por la valoración positiva por parte de las familias.

Los niveles de enseñanza del Colegio Nuestra Señora de Son, se distribuyen en las siguientes etapas: Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria (E.S.O) y Bachillerato. La única etapa de carácter privado es Bachillerato, el resto de las etapas son de carácter concertado.

El modelo pedagógico del centro se basa en metodologías activas, promoviendo un aprendizaje cooperativo y desarrollo competencial, fomentando la autonomía, creatividad y participación activa de los alumnos en el proceso enseñanza-aprendizaje. El centro utiliza las estrategias basadas en el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) para atender a todas las diferencias individuales.

En cuanto a las instalaciones de este centro educativo, dispone de un polideportivo, una pista cubierta, tres al aire libre y una sala multiusos. En cuanto al material deportivo, cuenta con balones, conos, aros, cuerdas, colchonetas, material alternativo... También el centro dispone de un carro de tablets para complementar determinadas actividades didácticas.

3.3 Comunidad educativa

La comunidad educativa del centro escolar está formada por el equipo directivo, el profesorado, alumnado, las familias y el personal de administración y servicios.

El profesorado posee una formación continua y una implicación activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje, aplicando metodologías activas e innovadoras para garantizar el aprendizaje de los alumnos.

Las familias de manera general tienen un grado alto de implicación en la educación de sus hijos, manteniendo un seguimiento a través de tutorías individualizadas y grupales a lo largo del curso escolar.

El equipo directivo está formado por la directora general, los jefes de estudio de las diferentes etapas educativas y el secretario, encargado de gestionar la parte administrativa del centro.

3.4 Perfil del alumnado

El perfil del alumnado es generalmente favorable, con una implicación activa hacia el aprendizaje y con buena disposición. El alumnado pertenece a un nivel sociocultural medio-alto, y presenta interés por las actividades que se realizan dentro del contexto escolar, hábitos de trabajo diarios, participación activa en clase y buena convivencia en el aula.

Sin embargo, existe cierta diversidad dentro del aula, con diferentes ritmos de aprendizajes y diferentes necesidades específicas de apoyo educativo, lo que hace necesaria el uso de medidas de atención a la diversidad. Desde el área de Educación Física, se atienden a estas necesidades con propuestas inclusivas e innovadoras, utilizando el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).

Mi grupo de referencia para esta unidad didáctica está formado por 24 alumnos de 3ºA de Educación Primaria, contando con 2 alumnos con Necesidades Educativas Especiales (NEE). Es un grupo motivado hacia la actividad física, con un nivel madurativo adecuado para la edad, aunque hay diferentes ritmos de aprendizajes y necesidades, las cuales requieren una atención inclusiva y flexible.

3.5 Horario

El centro escolar tiene una jornada escolar partida, muy característica dentro de los centros educativos de la Comunidad de Madrid. El horario se distribuye en: jornada de mañana de 9:00 a 13:30; recreo de comedor de 13:30 a 15:00; y por último la jornada de la tarde de 15:00 a 17:00. Además, en centro cuenta con actividades extraescolares de 17:15 a 18:15.

La asignatura de educación física se imparte dos veces por semana, cada sesión es de 60 minutos.

4. OBJETIVOS

Los objetivos de esta programación didáctica se establecen a partir del currículo de la Comunidad de Madrid (BOCM, 2022).

4.1 Objetivos generales de etapa

Los objetivos que se añaden a esta programación serán:

OBJETIVOS DE LA ETAPA
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.
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.

Tabla 1. Objetivos de etapa.

4.2 Objetivos específicos de la programación

La programación didáctica, enfocada en el área de educación física para 3º de primaria, teniendo como propósito desarrollar los hábitos saludables, por ello se establece el siguiente objetivo general y a partir de él, los siguientes objetivos didácticos específicos:

Objetivo general de la programación:

Desarrollar y promover en el alumnado un desarrollo integral mediante la práctica de la actividad física y el ejercicio, fomentando los hábitos de vida activa y saludable, el desarrollo de habilidades motrices, la cooperación, el respeto y la autonomía, a través de actividades lúdicas y motivadoras.

Objetivos didácticos específicos:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, mediante la práctica regular del ejercicio.
2. Aplicar hábitos de higiene, alimentación y cuidado corporal.
3. Conocer y respetar las normas de seguridad en la práctica de actividad física.
4. Desarrollar las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones) en diferentes situaciones motrices.
5. Resolver situaciones motrices mediante la toma de decisiones y adaptación a cada situación.
6. Respetar las normas, compañeros y fomentar el juego limpio, desarrollando habilidades sociales y de convivencia.
7. Utilizar el cuerpo como medio de expresión, comunicación y representación emocional.
8. Respetar y valorar el entorno durante la práctica de la actividad física.

Tras establecer estos objetivos didácticos enmarcados con los objetivos de etapa, queda establecida la siguiente tabla:

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA PROGRAMACIÓN	OBJETIVOS DE ETAPA
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, mediante la práctica regular del ejercicio.	k, n
2. Aplicar hábitos de higiene, alimentación y cuidado corporal.	k, c
3. Conocer y respetar las normas de seguridad en la práctica de actividad física.	c, n
4. Desarrollar las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones) en diferentes situaciones motrices.	b, k
5. Resolver situaciones motrices mediante la toma de decisiones y adaptación a cada situación.	a, b, c, j, m
6. Respetar las normas, compañeros y fomentar el juego limpio, desarrollando habilidades sociales y de convivencia.	a, b, c, k, m
7. Utilizar el cuerpo como medio de expresión, comunicación y representación emocional.	i, j
8. Respetar y valorar el entorno durante la práctica de la actividad física.	a, l, n

Tabla 2. Relación objetivos específicos de la programación y objetivos de etapa.

5. COMPETENCIAS

5.1 Competencias clave

A través del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, se han seleccionado las competencias clave en coordinación con sus correspondientes descriptores operativos vinculados a esta programación didáctica de Educación Física:

COMPETENCIA CLAVE	DESCRIPTOR OPERATIVO
Competencia en comunicación lingüística. (CCL)	Se trabajará mediante la comunicación entre los alumnos con la resolución de conflictos, la explicación de las normas y las opiniones durante actividades de carácter cooperativo. (CCL1, CCL3, CCL5)
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería. (STEM)	Se elaborará a partir de la resolución de conflictos motrices, con la orientación espacial, el control del cuerpo y la obtención de hábitos saludables y sostenibles que se relacionan con la actividad física. (STEM1, STEM5)
Competencia digital. (CD)	Se desarrollará mediante el uso guiado de recursos digitales y audiovisuales para las actividades organizadas por el docente. (CD1)

Competencia personal, social y de aprender a aprender. (CPSAA)	Se fomentará a través de la gestión emocional, la autonomía, el trabajo cooperativo y procesos de autoevaluación. (CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5)
Competencia ciudadana. (CC)	Se trabajará mediante las actividades cooperativas e individuales promoviendo el respeto, la inclusión, la igualdad y el trabajo en equipo, mediante se hace un uso respetuoso del entorno durante la realización de la actividad física. (CC2, CC3, CC4)
Competencia emprendedora. (CE)	Se implementará mediante las actividades cooperativa, la resolución de los ejercicios motores y la toma de decisiones propia en las diferentes situaciones de aprendizajes. (CE1, CE3)
Competencia en conciencia y expresión culturales. (CCEC)	Estará presente de tal manera en la que los alumnos realicen las actividades de expresión corporal, ritmo y danza, y la representación de las emociones a través del movimiento, también se implementará a través de juegos populares o tradicionales. (CCEC3, CCEC4)

Tabla 3. Relación competencias clave y descriptores operativos.

5.2 Competencias específicas

A partir de las competencias clave, se establecen las competencias específicas a través de los descriptores operativos, para lograr a concretar los aprendizajes esperados de los alumnos y su desarrollo integral.

COMPETECIAS ESPECÍFICAS	DESCRIPTORES OPERATIVOS
1. Adoptar un estilo de vida activo y adecuado, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.	STEM5, CPSAA1, CPSAA2, CC3, CC4
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivomotrices 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.	STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CE3
3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y	CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2

actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de los 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.	CCEC3, CCEC4, CCL1
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.	STEM5, CC4, CPSAA2, CE1, CD1

Tabla 4. Relación competencias específicas y descriptores operativos.

6. CONTENIDOS

El Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, organiza los elementos curriculares a través de los saberes básicos, en los que se organizan en diferentes bloques, dentro de la Comunidad de Madrid los regulan el Decreto 61/2022, con el término de contenidos. De esta manera dentro de la presente programación se utilizará el término de contenidos, siendo estos los saberes básicos que recogen los aprendizajes a lo largo del curso. Estos contenidos están organizados por bloques y cada uno con sus conocimientos, destrezas y actitudes, los cuales aparecerán encuadrados en sus respectivas unidades didácticas.

6.1 Secuenciación temporal de la programación e hilo conductor.

Esta programación didáctica se estructura a lo largo del año académico 2025-2026, en el área de Educación Física para el 3er curso de Educación Primaria, a través de 15 unidades didácticas.

Para la temporalización de estas unidades didácticas se sigue el calendario escolar establecido por la Comunidad de Madrid para el curso 2025-2026, teniendo en cuenta los periodos lectivos y vacacionales, también se tendrá en cuenta diferentes aspectos como pueden ser la climatología, la disponibilidad de los espacios del centro y la progresión en la complejidad de las situaciones de aprendizaje.

Siendo el inicio del curso el 8 de septiembre de 2025 y el fin de curso el 19 de junio de 2026. Las clases se imparten durante dos horas semanales y distribuidas en 60 minutos por sesión.

Tras la organización de las unidades didácticas, temporalización y número de sesiones, queda fijada la siguiente tabla:

UD	TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN	N.º SESIONES	
PRIMER TRIMESTRE	1	¡Nos ponemos en marcha!	8-22 septiembre	5
	2	Controlamos nuestro cuerpo como superhéroes	24 septiembre-8 octubre	5
	3	Saltos y desplazamientos supersónicos	15-27 octubre	4
	4	Nuestra precisión heroica	29 octubre-17 noviembre	5
	5	El entrenamiento final de los superhéroes	19 noviembre-3 diciembre	5
SEGUNDO TRIMESTRE	6	¡Nuestro poder de la cooperación!	10 diciembre-19 enero	6
	7	Perseguimos nuestra estrategia	21 enero-2 febrero	4
	8	Juntos somos más superhéroes	4-18 febrero	5
	9	Los juegos heroicos	23 febrero-4 marzo	4
	10	El balón como poder final	9-18 marzo	4
T E C	11	Expresando las emociones	23 marzo-15 abril	5

12	Superhéroes al ritmo	20-29 abril	4
13	Superhábitos	4-18 mayo	5
14	Controlamos nuestro cuerpo	20 mayo-3 junio	5
15	De la tierra al cielo: reto final saludable	8-17 junio	4

Tabla 5. Temporalización trimestral y unidades didácticas.

En cuanto al hilo conductor de esta programación, estará inspirada en que los alumnos son superhéroes del movimiento saludable, que, a través de la realización de las diferentes unidades didácticas a lo largo de todo el curso escolar, irán adquiriendo una serie de competencias y habilidades para convertirse en ello.

Este hilo conductor se apoya en una metáfora global, para contextualizar las actividades que realizarán los alumnos, para aumentar su motivación e implicación en el proceso de aprendizaje. La narrativa no sigue un modelo de misiones constantes, sino que alterna diferentes momentos de entrenamiento, exploración y desafío, para conseguir un equilibrio entre lo lúdico y pedagógico. A lo largo de cada trimestre se realizarán sesiones y actividades orientadas a cumplir los objetivos marcados, al finalizar cada trimestre cada alumno recibirá una insignia de los retos finales, pudiendo completar un producto final que tenga la evidencia del aprendizaje adquirido.

6.2 Contenidos transversales

De acuerdo con el artículo 11 del Decreto 61/2022, se establecen los contenidos transversales para trabajarlos dentro de la Educación Primaria en la Comunidad de Madrid, los cuales estarán presentes en cada una de las unidades didácticas y se trabajarán en cada una de las sesiones. A lo largo de todo el curso escolar se fomentarán valores como pueden ser la resolución pacífica de conflictos, el respeto, la inclusión, el cuidado del medio ambiente, el trabajo cooperativo, la igualdad y el desarrollo de hábitos saludables entre otros.

6.3 Unidades didácticas

PRIMER TRIMESTRE

UNIDAD DIDÁCTICA 1: ¡Nos ponemos en marcha!			
TRIMESTRE	1º	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	<p>Para ser un buen superhéroe hay que comenzar por el entrenamiento, tienen que aprender a cuidar su cuerpo, porque es la herramienta más importante como superhéroes. En esta primera unidad didáctica los alumnos comprenderán que el cuidado del cuerpo es algo esencial dentro de la práctica deportiva, se familiarizarán con la asignatura de Educación Física, las normas y el uso adecuado del espacio y material. Las actividades se realizarán en la “Base de entrenamiento secreta”.</p> <p>A través de juegos y actividades motoras, los alumnos empezarán a desarrollar las HMB, a la vez que adquieren los hábitos esenciales como el calentamiento antes de empezar cualquier práctica deportiva, la higiene tras hacer ejercicio y el respeto entre sus iguales y el entorno.</p>		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
1, 2, 3		STEM, CPSAA, CC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Participar de manera activa en las actividades. - Realizar un calentamiento autónomo teniendo en cuenta la prevención de lesiones. - Respetar las normas de seguridad y el material utilizado en la práctica deportiva. - Desarrollar las habilidades motrices básicas. - Tener consciencia de la importancia del cuidado personal, adquiriendo hábitos de higiene. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	1, 2, 3, 4, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	B, C, K
CONTENIDOS	<p>A. Vida activa y saludable:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultra procesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional). <p>B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. - Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de 		

	seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.	
CONTENIDOS TRANSVERSALES	3, 4, 5	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
1.1	CPSAA2, STEM5, CC3	20% - Observación directa y lista de control
1.2	CPSAA2, STEM5	20% - Rúbrica
1.3	STEM5, CC4, CPSAA1	15% - Observación directa
2.1	STEM 1, CPSAA4	25% - Escala de valoración
3.2	CPSAA3, CC2, CPSAA1	20% - Autoevaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 2: Controlamos nuestro cuerpo como superhéroes			
TRIMESTRE	1º	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	<p>Después de iniciar en la unidad anterior la formación como superhéroes, ahora se enfrentan a una nueva misión en la que tendrán que mejorar su condición física. A través de diferentes actividades en la que desarrollarán la fuerza, resistencia, velocidad y coordinación. Las actividades estarán marcadas por la adquisición de la conciencia, control y coordinación de su cuerpo, para el desarrollo de las habilidades motrices más complejas.</p> <p>A lo largo de esta unidad didáctica los alumnos se irán convirtiendo en auténticos superhéroes, adquiriendo la importancia que tiene el esfuerzo, el trabajo en equipo y la superación personal. También esta unidad les permitirá tener conciencia de la relación que tiene la actividad física y la salud, mientras se trabajan los hábitos de vida activa y saludable, las habilidades motrices básica para en un futuro transferirlas a su vida cotidiana.</p>		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
1, 2, 3		STEM, CPSAA, CC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y mejorar el control del propio cuerpo y la postura en las diferentes situaciones motrices. - Emplear correctamente el control corporal para la práctica de la actividad física. 		

	- Mejorar el equilibrio y la coordinación durante desplazamientos variados.		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	1, 3, 4, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	B, C, K, M
CONTENIDOS	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. - Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad). - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. - Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales). 		
CONTENIDOS TRANSVERSALES	3, 4, 5, 6		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS		PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
1.3	STEM5, CPSAA1		20% - Observación directa
2.1	STEM1, CPSAA5		25% - Escala de valoración
2.3	STEM1, CPSAA4		35% - Rúbrica
3.2	CPSAA1, CPSAA3, CC2		20% - Rúbrica

UNIDAD DIDÁCTICA 3: Saltos y desplazamientos supersónicos

TRIMESTRE	1º	N.º SESIONES	4
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Después de haber aprendido a controlar el cuerpo con la unidad anterior, en esta unidad los alumnos realizarán actividades y juegos en los que aprenderán a desplazarse y moverse con agilidad para poder superar obstáculos y misiones como superhéroes. Los alumnos explorarán diferentes formas de desplazarse (correr, direcciones, velocidades) y de saltar (obstáculos, impulso, caída), descubriendo como adaptarse a cada entorno, a los compañeros y a las actividades propuestas.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
2, 3		STEM, CPSAA, CC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar las habilidades de movimiento, coordinación y control. - Tomar decisiones según las necesidades de cada actividad. - Respetar las normas y el uso del material durante la práctica deportiva. - Participar de manera activa y respetuosa en juegos y actividades motrices. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	2, 4, 5, 8	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, C, K
CONTENIDOS	<p>B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. - Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad). - Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). 		

	<p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores. 	
CONTENIDOS TRANSVERSALES	2, 4, 5, 7	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
2.2	STEM1, CPSAA4	25% - Rúbrica
2.3	STEM1, CPSAA5	25% - Observación directa
3.1	CPSAA1, CPSAA3	25% - Lista de control
3.2	CPSAA1, CPSAA3, CC2	25% - Rúbrica

UNIDAD DIDÁCTICA 4: Nuestra precisión heroica			
TRIMESTRE	1º	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	<p>Los superhéroes tienen que entrenar la precisión para superar la batalla de este trimestre. A través de diferentes actividades en las que desarrollarán la precisión de los lanzamientos, recepciones y actividades manipulativas, los superhéroes tienen que mejorar la coordinación óculo-manual y el control corporal, mientras toman las decisiones oportunas y trabajan de manera cooperativa para llegar todos juntos al mismo punto.</p>		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
2, 3		STEM, CPSAA, CC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar y mejorar la precisión en el lanzamiento y recepciones de diferentes objetos. - Progresar en la coordinación y el control corporal siguiendo las indicaciones. - Respetar las normas y a los compañeros durante la realización de las actividades. 		

OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	3, 4, 5, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, G, K
CONTENIDOS	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. - Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestión emocional: reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices. - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores. 		
CONTENIDOS TRANSVERSALES	2, 4		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN	
2.1	STEM1, CPSAA4	30% - Escala de valoración	
2.1	STEM1, CPSAA5	30% - Rúbrica	
3.1	CPSAA3, CC2	20% - Observación directa	
3.2	CPSAA1, CPSAA3	30% - Lista de control	

UNIDAD DIDÁCTICA 5: El entrenamiento final de los superhéroes

TRIMESTRE	1º	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Esta es la última UD del primer trimestre, en la cual los alumnos deberán de superar el reto final de entrenamiento para demostrar que pueden realizar las habilidades motrices básicas en su conjunto, las cuales se han trabajado anteriormente. Las actividades estarán organizadas a través de circuitos, estaciones motrices y pequeños retos distribuidos a lo largo de todas las sesiones, siendo la última el gran reto final, con la práctica de desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, adaptando cada movimiento a las diferentes situaciones motrices planteadas. Esta UD permitirá comprobar el progreso del alumnado y la adquisición de todo lo trabajado anteriormente, consiguiendo tras esta la insignia del “ <i>Movimiento Heroico</i> ”.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
1, 2, 3		STEM, CPSAA, CCL, CC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Superar los retos motrices en las diferentes actividades planteadas. - Aplicar las HMB trabajadas en las UD anteriores. - Resolver los problemas planteados en diferentes situaciones motrices de coordinación, equilibrio y control corporal. - Decidir en la toma de decisiones y adaptación de cada reto motor para poderlo resolver. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	1, 3, 4, 5, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, C, K, M
CONTENIDOS	<p>B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. - Planificación y regulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo de la actividad física planificado. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a 		

	<p>las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. - Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.
--	--

CONTENIDOS TRANSVERSALES	2, 3, 4, 5, 6, 7
---------------------------------	------------------

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
1.3	STEM5, CPSAA1	15% - Observación directa
2.1	STEM1, CPSAA4	25% - Escala de valoración
2.2	STEM1, CPSAA5	25% - Rúbrica
2.3	CCL1, CPSAA3, CC2	20% - Rúbrica
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2	15% - Lista de control

SEGUNDO TRIMESTRE

UNIDAD DIDÁCTICA 6: ¡Nuestro poder de la cooperación!			
TRIMESTRE	2º	N.º SESIONES	6
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Con esta UD los alumnos comienzan el segundo cuatrimestre, la preparación para el segundo reto. A través de esta UD descubrirán que el poder de los superhéroes no está solamente en las habilidades individuales, sino que necesitan colaborar y cooperar en las diferentes actividades para poderlas lograr. A través de juegos cooperativos, retos grupales y actividades en equipo, tendrán que tomar decisiones conjuntas para alcanzar los objetivos establecidos, reforzando la convivencia, la inclusión, la resolución de conflictos de manera pacífica y el respeto de las normas de convivencia.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
2, 3		CCL, CPSAA, CC, CE	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar las habilidades sociales de comunicación, escucha y ayuda entre los iguales. - Respetar las normas de convivencia, los roles y las diferencias individuales del grupo. - Realizar y participar de manera activa en los juegos cooperativos. - Impulsar un ambiente de cooperación, empatía y convivencia. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	1, 5, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, C, D, M
CONTENIDOS	<p>A. Vida activa y saludable:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud social: la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p>		

	<ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores. 	
CONTENIDOS TRANSVERSALES	1, 2, 4, 5, 6	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
2.2	STEM1, CPSAA4, CE3	20% - Escala de valoración
3.1	CCL1, CPSAA3, CC2	30% - Observación directa
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3	30% - Rúbrica
3.2	CPSAA, CC3	20% - Lista de control

UNIDAD DIDÁCTICA 7: Perseguimos nuestra estrategia.			
TRIMESTRE	2º	N.º SESIONES	4
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Para esta unidad es necesario hacerles ver la importancia de que nuestra estrategia para poder vencer los retos es trabajar de manera conjunta, escuchando las propuestas de los demás. A través de varias situaciones motrices tendrán que anticiparse para ocupar espacios, tomar decisiones rápidas y desarrollar su capacidad de adaptarse a las actividades, para poder adquirir de qué forma deben actuar con sus compañeros y adversarios.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
1, 2, 3		STEM, CPSAA, CC, CE	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Resolver estrategias en juegos de persecución y oposición. - Progresar en la orientación espacial y la ocupación del espacio mediante las actividades. - Resolver las situaciones motrices mediante la toma de decisiones conjunta. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	3, 4, 5, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, C, K

CONTENIDOS	<p>B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestión emocional: reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices. - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. 	
CONTENIDOS TRANSVERSALES	2, 4, 5, 6	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
1.4	CPSAA1	10% - Observación directa
2.2	STEM1, CPSAA4	25% - Escala de valoración
2.3	STEM1, CPSAA5, CE3	15% - Rúbrica
3.1	CPSAA3, CC2	20% - Observación directa
3.2	CPSAA1, CPSAA3, CC2	20% - Lista de control

UNIDAD DIDÁCTICA 8: Juntos somos más superhéroes

TRIMESTRE	2º	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Los alumnos seguirán desarrollando el trabajo en equipo a través de juegos, deberán organizarse, asumir roles y tomar decisiones de manera conjunta. El gran reto se va acercado cada vez más y hay que estar juntos para superarlo.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
2, 3		CCL, CPSAA, CC, CE	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Resolver los juegos cooperativos y de colaboración-oposición. - Desarrollar actitudes de respeto, empatía y colaboración. - Asumir los roles oportunos en cada situación de juego. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	5, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, C, D, M
CONTENIDOS	<p>B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Planificación y regulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo de la actividad física planificado. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración- oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. - Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales). 		

CONTENIDOS TRANSVERSALES	1, 2, 4, 6	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
2.2	STEM1, CPSAA4	20% - Escala de valoración
2.3	STEM1, CPSAA5, CE3	25% - Rúbrica
3.1	CCL1, CPSAA3, CC2	25% - Observación directa
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC3	30% - Rúbrica

UNIDAD DIDÁCTICA 9: Los juegos heroicos			
TRIMESTRE	2º	N.º SESIONES	4
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Dentro de esta unidad los alumnos conocerán y pondrán en práctica los juegos populares y tradicionales, y cooperativos para entender el juego como una manifestación cultural y social. Con actividades tradicionales y cooperativas, los alumnos trabajaran de manera que sea necesario el respeto de las normas al igual que de los compañeros. Esta unidad les permitirá a los alumnos relacionar la actividad física con cualquier cultura motriz, y la importancia del juego como medio de aprendizaje y socialización.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
3, 4		CCL, CPSAA, CC, CCEC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Conocer y practicar los juegos tradicionales y populares de cada país. - Valorar el juego a través de las manifestaciones culturales y sociales. - Fomentar actitudes de cooperación, respeto y deportividad. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	6, 7	OBJETIVOS DE ETAPA	A, C, D, J, M
CONTENIDOS	<p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores. - Conductas contrarias a la convivencia, en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y 		

	evitación (tratamiento y solución para afrontar las consecuencias perjudiciales). E. Manifestaciones de la cultura motriz: <ul style="list-style-type: none"> - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: chotis, jotas, sevillanas, sardanas... - La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo. 	
CONTENIDOS TRANSVERSALES	1, 2, 4, 5, 6	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
3.1	CCL1, CPSAA3, CC2	25% - Observación directa
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2	25% - Lista de control
4.1	CCEC3, CCEC4, CCL1	30% - Rúbrica
4.2	CCEC3, CC3	20% - Rúbrica

UNIDAD DIDÁCTICA 10: El balón como poder final			
TRIMESTRE	2º	N.º SESIONES	4
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Con esta unidad damos el cierre al segundo trimestre, superando el reto final. Los alumnos tendrán que demostrar los aprendizajes adquiridos en las UD anteriores, a través de los juegos cooperativos y de colaboración-oposición con balón. Para superar el reto final deberán realizar actividades como situaciones de pase, recepción, desmarque, ocupación del espacio y tomas de decisiones, también deberán de aplicar estrategias de equipo mientras para alcanzar los objetivos comunes. Al finalizar esta unidad y adquirir los conocimientos, los alumnos recibirá la segunda insignia “El poder cooperativo”.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
2, 3		STEM, CCL, CPSAA, CC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizar las habilidades motrices manipulativas en juegos con balón. - Aplicar estrategias de cooperación y colaboración-oposición. - Tomar decisiones propias durante el juego en función de los compañeros, adversarios y espacio. - Demostrar el uso de cooperación, deportividad y juego limpio en el reto final del trimestre. 		

OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	3, 4, 5, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, C, K, M
CONTENIDOS	<p>B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Planificación y regulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. - Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores. 		
CONTENIDOS TRANSVERSALES	2, 4, 5, 6		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN	
2.2	STEM1, CPSAA4	20% - Escala de valoración	
2.3	STEM1, CPSAA5	25% - Rúbrica	
3.1	CCL1, CPSAA3, CC2	25% - Observación directa	
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2	30% - Rúbrica	

TERCER TRIMESTRE

UNIDAD DIDÁCTICA 11: Expresando las emociones				
TRIMESTRE	3º		N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	<p>Para empezar este trimestre los alumnos descubrirán que los superhéroes también se comunican y expresan sus emociones a través del cuerpo. A través de juegos de expresión corporal, representación y dramatización los alumnos aprenderán a identificar, expresar y regular sus emociones utilizando el cuerpo como medio. Con esta unidad los alumnos utilizarán la comunicación no verbal, la creatividad, la empatía, la confianza en ellos mismos y el respeto a las diferentes formas de expresarse.</p>			
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE		
3, 4		CCL, CPSAA, CC, CCEC		
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Expresar las emociones y las ideas mediante el cuerpo. - Reconocer las emociones propias y las de los compañeros. - Realizar las actividades de expresión corporal mediante dramatizaciones y juegos expresivos. - Fomentar la confianza, la empatía y la comunicación no verbal. 			
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	6, 7	OBJETIVOS DE ETAPA	A, C, J, M	
CONTENIDOS	<p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestión emocional: reconocimiento de emociones, pensamientos y sentimientos y establecimiento de estrategias para una adecuada regulación de las emociones a partir de experiencias motrices. - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples. Representación de escenas cotidianas. 			
CONTENIDOS TRANSVERSALES	1, 2, 4, 5, 6			
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN		
3.1	CCL1, CPSAA3, CC2	25% - Observación directa		
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2	25% - Lista de control		

4.1	CCEC3, CCL1, CPSAA3	30% - Rúbrica
4.2	CCEC3, CCEC4	20% - Lista de control

UNIDAD DIDÁCTICA 12: Superhéroes al ritmo			
TRIMESTRE	3º	N.º SESIONES	4
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Para seguir desarrollando la capacidad expresiva, utilizaremos las TICs para expresarnos a través del ritmo, el movimiento y la música. Para el uso guiado de las TICs investigarán en pequeños grupos los diferentes bailes y danzas representativas de diferentes países, seleccionando la información sencilla de su origen, características principales y movimientos básicos. A través de esta UD se trabajará la competencia digital, la expresión artística, la cooperación y la valoración de la diversidad cultural a través de la actividad física.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
3, 4		CCL, CD, CPSAA, CC, CCEC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Investigar mediante el uso de las TICs, los bailes y danzas de diferentes países. - Adaptar el movimiento corporal a los diferentes ritmos musicales. - Crear coreografías a partir de los bailes. - Desarrollar la coordinación, la creatividad y la expresión corporal. - Participar en las actividades rítmico-expresivas. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	6, 7	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, D, I, J, M
CONTENIDOS	<p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores. <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: chotis, jotas, sevillanas, sardanas... 		

	- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Representar movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika).	
CONTENIDOS TRANSVERSALES	1, 4, 5, 6	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
3.1	CCL1, CPSAA3, CC2	20% - Observación directa
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2	20% - Lista de control
4.1	CCEC3, CCL1, CPSAA3	25% - Rúbrica
4.2	CCEC3, CCEC4, CD1, CC3	25% - Rúbrica

UNIDAD DIDÁCTICA 13: Superhábitos			
TRIMESTRE	3º	N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	A través de esta UD los alumnos consolidarán la importancia de los hábitos saludables. Con juegos, retos cooperativos, actividades en las que reflexionen y propuestas motrices, en la que ellos mismos sean los que identifiquen la relación de la actividad física, la dieta equilibrada, la higiene, el descanso y el bienestar emocional. También se les reforzará el concepto de la actividad física como medio de adquirir un estilo de vida activo y saludable.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
1, 3		STEM, CPSAA, CC, CCL	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexionar sobre la importancia de la actividad física para la salud. - Identificar los hábitos saludables (alimentación, higiene, descanso y emocional). - Fomentar la autonomía y responsabilidad para llevar una vida activa y saludable. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	1, 2, 6	OBJETIVOS DE ETAPA	B, K, M, N
CONTENIDOS	A. Vida activa y saludable <ul style="list-style-type: none"> - Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultra procesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo 		

	<p>(alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental). - Salud social: la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. <p>B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar. 	
CONTENIDOS TRANSVERSALES	1, 3, 4, 6, 7	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
1.1	STEM5, CPSAA2, CC3	25% - Observación directa
1.2	STEM5, CPSAA2	25% - Rúbrica
1.3	STEM5, CPSAA1, CC4	20% - Lista de control
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2	30% - Rúbrica

UNIDAD DIDÁCTICA 14: Controlamos nuestro cuerpo.				
TRIMESTRE	3º		N.º SESIONES	5
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	Dentro de esta UD los alumnos reforzarán el control corporal desde una perspectiva que se relaciona con la salud, la postura y el bienestar. Con ejercicios de equilibrio, coordinación, relajación, respiración y control postural el alumno será capaz de tener conciencia de su cuerpo para utilizarlo de manera segura y			

	saludable. Los superhéroes tienen que ser capaces de conocer su cuerpo para afrontar las posibles situaciones de los retos.		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
1,2		STEM, CPSAA, CC	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Tener conciencia de la postura corporal en las diferentes actividades. - Desarrollar el control corporal, la coordinación y el equilibrio. - Mejorar las estrategias básicas de respiración y relajación. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	1, 2, 3, 4	OBJETIVOS DE ETAPA	B, K, M
CONTENIDOS	<p>A. Vida activa y saludable:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultra procesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional). - Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental). <p>B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. 		
CONTENIDOS TRANSVERSALES	3, 4, 5, 7		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN	
1.2	STEM5, CPSAA2	20% - Rúbrica	

1.3	STEM5, CPSAA1	20% - Observación directa
2.1	STEM1, CPSAA4	30% - Escala de valoración
2.3	STEM1, CPSAA5	30% - Rúbrica

UNIDAD DIDÁCTICA 15: De la tierra al cielo: reto final saludable.			
TRIMESTRE	3º	N.º SESIONES	4
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE	<p>¡Y por fin llegamos al reto final! Donde a través de las estaciones y desafíos podréis demostrar si sois unos auténticos superhéroes o no. Con un recorrido final, demostrarán los aprendizajes adquiridos a lo largo del trimestre y del curso, poniendo en práctica la cooperación, autonomía, la responsabilidad, el respeto hacia los compañeros y el medio ambiente y la toma de decisiones. Al finalizar esta UD recibirán la última insignia “Superhéroe Saludable”, de tal manera que podrán completar su tarjeta identificativa de SUPERHÉROE DEL MOVIMIENTO SALUDABLE.</p>		
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		COMPETENCIAS CLAVE	
1, 2, 3, 4, 5		STEM, CCL, CPSAA, CC, CCEC, CE	
OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> - Aplicar y demostrar la adquisición de todos los aprendizajes durante el curso. - Realizar actividades de expresión corporal, ritmo, control corporal y hábitos saludables. - Respetar a los compañeros, el material y el entorno durante la realización de la actividad física. - Valorar el ejercicio al aire libre como medio para mejorar la salud, la convivencia y el bienestar. 		
OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN TRABAJADOS	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	OBJETIVOS DE ETAPA	A, B, C, J, K, M, N
CONTENIDOS	<p>A. Vida activa y saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultra procesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional). - Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas y debilidades 		

ante mensajes nocivos para el mantenimiento de un concepto saludable sobre el cuerpo, posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos, tanto reales como virtuales para el mantenimiento o la mejora de un equilibrio (social, físico y mental).

- Salud social: la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.

B. Organización y gestión de la actividad física:

- Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.
- Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices:

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

D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:

- Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo.

E. Manifestaciones de la cultura motriz:

- Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples. Representación de escenas cotidianas.
- La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.

F. Interacción eficiente y cuidadosa con el entorno:

- Espacios naturales en el contexto urbano: uso, disfrute seguro y mantenimiento. Conceptos básicos del uso responsable de los elementos lúdicos urbanos (cuidado de los materiales).
- Estado del material para actividades en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación ante desperfectos. Mantenimiento, limpieza y reparación de los materiales.

	<ul style="list-style-type: none"> - Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión. Diferencias entre tipos de residuos y conocimiento de su gestión. Normas básicas de reciclaje y cuidado del medio. - Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, durante la práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano. Prácticas esenciales de cuidado del medio natural (recogida de material y desperdicios utilizados en la práctica motriz). 	
CONTENIDOS TRANSVERSALES	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	VINCULACIÓN CON DESCRIPTORES OPERATIVOS	PORCENTAJE CALIFICACIÓN – MÉTODO DE EVALUACIÓN
1.1	STEM5, CPSAA2, CC3	15% - Observación directa
2.1	STEM1, CPSAA4	15% - Lista de control
3.2	CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC2	20% - Rúbrica
4.1	CCEC3, CCL1, CPSAA3	15% - Rúbrica
5.1	STEM5, CC4, CPSAA2, CE1	20% - Lista de control
5.2	SREM5, CC4, CE1	15% - Escala de valoración

7. METODOLOGÍA

La programación didáctica utiliza una serie de metodologías, para poder responder a los objetivos de aprendizaje. Se basa en los principios pedagógicos, permitiendo comprender reglas, cooperar y resolver problemas. Tal y como defiende Ausubel (1983), el aprendizaje es más eficaz cuando los nuevos contenidos se relacionan con los conocimientos que ya tienen adquiridos, para favorecer el aprendizaje significativo. También Johnson et al. (1999), destacan la importancia del aprendizaje cooperativo, con él se mejora la interacción entre los iguales, la responsabilidad individual y el logro de los objetivos comunes. Por todo esto con esta programación didáctica se pretende que los alumnos a través de la actividad física desempeñen estas funciones.

7.1 Principios generales de la metodología

Los principios generales que guían esta programación son los siguientes:

- Principio de actividad y participación.

En todo momento los alumnos serán los propios protagonistas del proceso enseñanza-aprendizaje, participando así de manera activa en las actividades planteadas. Buscando que estén implicados en la práctica de la actividad física, evitando los tiempos prolongados de espera y siendo así una constante participación activa de todo el alumnado.

- Principio de inclusión y atención a la diversidad

En el diseño de las actividades se ha tenido en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje, los intereses y necesidades de cada alumno. Para ello se han propuesto diferentes tareas con distintos niveles de dificultades, adaptaciones del material, agrupamientos flexibles y distintas maneras de participar en cada actividad, para que todo el alumnado sea participe de las actividades y progresen de manera continua.

- Principio de aprendizaje significativo

Para que el aprendizaje sea significativo, las situaciones de aprendizaje son cercanas al alumnado y útiles para la vida diaria, de tal manera que los contenidos trabajados no son contenidos aislados, sino que están vinculados a experiencias reales y con sentido para los alumnos.

7.2 Metodologías específicas

Las metodologías usadas en esta programación desarrollan las competencias específicas dentro del área de Educación Física y favorece un aprendizaje motivador y significativo, para ello se han usado las siguientes metodologías:

7.2.1 Aprendizaje Basado en Retos

El Aprendizaje Basado en Retos es una metodología activa que permite al alumnado ser partícipe de su propio aprendizaje. Según Bustos et al (2019), esta metodología

se centra en las vivencias y en el conocimiento del alumnado de manera activa y participativa, una metodología que encuadra a la perfección con esta programación. A través del hilo conductor, en la finalización de cada trimestre se presenta un reto que el alumno debe de cumplir para demostrar los aprendizajes adquiridos a lo largo de las unidades didácticas, recibiendo una insignia como reconocimiento (Insignia del Movimiento Heroico, Insignia del Poder Cooperativo e Insignia del Superhéroe Saludable).

7.2.2 Aprendizaje Cooperativo

El Aprendizaje Cooperativo es otra de las metodologías activas que permiten organizar al alumnado en pequeños grupos para que alcancen los objetivos comunes, favorezca la responsabilidad individual y mejoren las relaciones entre los iguales. Velázquez Callado et al. (2015), indica que esta metodología es una de las más eficaces en la educación física, para avanzar en los diferentes ritmos de aprendizaje que pueda haber dentro del aula. En esta programación está presente a lo largo de todas las unidades didácticas, a través de los juegos y actividades cooperativas. Especialmente en el segundo trimestre, con juegos cooperativos y de colaboración-oposición.

7.2.3 Uso de las TICs

Las TICs son recursos tecnológicos que sirven como apoyo para la creación de propuestas sencillas dentro de esta programación, favoreciendo a la competencia digital establecido en el Decreto 61/2022. Siempre irán acompañadas de las instrucciones del docente con una supervisión constante para realizar las actividades establecidas. Para esta unidad didáctica se utilizarán las tablets por parejas y grupos en los contenidos de expresión corporal.

7.2.4 Aprendizaje Significativo

Esta metodología parte de los conocimientos previos que puede tener un alumno adquirido, con experiencias e intereses propios del alumnado para construir nuevos aprendizajes que les permitan estos aplicarlos a la vida real. Esta programación se acerca a situaciones cercanas a la vida diaria del alumnado, como puede ser el cuidado del cuerpo, la higiene o la alimentación.

7.3 Situaciones de aprendizaje y metodologías

A través de la siguiente tabla se observa de manera gráfica la correspondencia de cada unidad didáctica (UD) con la situación de aprendizaje (S.A) y con la metodología correspondiente:

UD	S. A	METODOLOGÍA			
		ABRetos	A. Cooperativo	TICs	A. Significativo
1	Inicio del hilo conductor, presentación y hábitos básicos de la A.F.	X	X		X
2	Retos motrices, conocimiento corporal, equilibrio, coordinación y control.	X			X
3	HMB, desplazamientos, giros y saltos. Seguridad en la práctica.	X	X		X
4	Lanzamientos, recepciones y precisión en situaciones motrices.	X	X		X
5	Primer reto, HMB. Primer trimestre.	X	X		X
6	Juegos/retos cooperativos. Trabajo en equipo.	X	X		X
7	Juegos persecución y estrategia, toma de decisiones y organización.	X			X
8	Juegos cooperación-oposición. Inclusión y cooperación.		X		X
9	Juegos populares, tradicionales y cooperativos. Manifestación cultural.		X		X
10	Segundo reto, cooperación y juego. Balón. Segundo trimestre.	X	X		X

11	Expresión corporal, emociones, ideas y sentimientos.		X		X
12	Bailes de diferentes países, coreografía grupal.		X	X	X
13	Hábitos saludables, alimentación, higiene, descanso y bienestar.	X	X		X
14	Control corporal, higiene postural, respiración, relajación y prevención de lesiones.	X			X
15	Tercer reto y final. Estaciones motrices.	X	X		X

Tabla 6. Relación entre las UD, S.A y la metodología empleada.

7.4 Estilos de enseñanza

Además de las metodologías descritas anteriormente, se utilizarán diferentes estilos de enseñanza, enlazándose con cada aplicación dentro de las unidades didácticas:

ESTILO DE ENSEÑANZA	DEFINICIÓN	UNIDAD DIDÁCTICA
Comando – Mando Directo	Los alumnos ejecutan la tarea que les marca el profesor todos a la vez. El ritmo, la duración y el descanso lo indica el profesor.	1, 3, 9, 13
Estilo de Práctica	El profesor explica la tarea y los alumnos la practican, pero cada uno a su ritmo e intensidad sin ejecutar todos la tarea al unísono.	1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 12, 14, 15
Enseñanza Recíproca	Los alumnos trabajan por parejas, un alumno es observador e imparte feedback a su compañero que es el ejecutante.	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15
Estilo de Inclusión	Hay varios niveles de dificultad para una misma tarea y los alumnos pueden decidir el nivel y cambiarse si lo desean.	1, 2, 3, 5, 6, 8, 10, 11, 13, 14, 15
Descubrimiento Guiado	El profesor les plantea un problema o reto y les va dando pistas para que adivinen la solución correcta.	2, 4, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15

Tabla 7. Relación estilos de enseñanza y UD.

8. EVALUACIÓN

Con la evaluación de esta programación didáctica se quiere comprobar y valorar el progreso que tiene el alumnado en comparación con los conocimientos y competencias adquiridas a lo largo de todo un curso escolar. Para ello se lleva a cabo un proceso continuo y formativo, establecido por el artículo 14 del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo.

8.1 ¿Qué se evalúa?

Para comprobar el grado de adquisición de los aprendizajes de los alumnos, se evaluarán el desarrollo de las competencias específicas, los criterios de evaluación, los objetivos de la programación, los contenidos trabajados y la obtención de las competencias clave vinculado todo ello a las situaciones de aprendizaje. De tal manera que la evaluación no se centra exclusivamente en el resultado motriz, sino que también se centrará en el proceso de aprendizaje, la participación, el respeto de las normas, la cooperación y la autonomía entre otros.

Los criterios de evaluación que se tienen en cuenta para la evaluación están descritos en las tablas de las unidades didácticas.

8.2 ¿Cómo se evalúa?

Para que la evaluación sea continua, formativa, global e integradora, se utilizarán los siguientes instrumentos de evaluación (**Tabla 8**) para poder valorar el proceso de aprendizaje de cada alumnado, recogiendo la información de manera sistemática y organizada sobre el grado de adquisición de los criterios de evaluación y competencias específicas que se trabajan a lo largo de la programación.

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	APLICACIÓN EN LA PROGRAMACIÓN
Observación directa	El docente valora al alumnado durante la práctica. Se utiliza para observar la participación, actitud, esfuerzo, cooperación, respeto de normas, seguridad y uso adecuado del material.
Lista de control	Se recogen los ítems que comprueban la realización o no de ciertas actividades/acciones. Se utiliza para valorar hábitos saludables, normas de seguridad, respeto y cuidado del entorno.
Rúbrica	Evaluar las tareas con diferentes niveles de logro. Se emplea en los retos finales, juegos cooperativos, actividades de expresión corporal, coreografías o tareas grupales.
Escala de valoración	Medir el nivel de un aprendizaje adquirido. Se utiliza en tareas motrices como control corporal, coordinación, HMB, equilibrio...
Autoevaluación	El alumno reflexiona sobre su propio aprendizaje. Se emplea al final de las actividades, unidades o retos y valora el esfuerzo, participación, normas, actividades...

Tabla 8. Instrumentos de evaluación y su aplicación.

8.3 ¿Quién evalúa?

La evaluación será llevada a cabo de manera principal por el docente, el cual es el encargado de observar, registrar y valorar la adquisición de los contenidos de los alumnos que se trabajan a lo largo del curso.

El alumnado también será participe de la evaluación, a través de las autoevaluaciones, para que reflexionen sobre su propio aprendizaje, esfuerzo y participación en las actividades.

Por tanto, la evaluación no solo será desarrollada por el docente, sino que permitirá que los alumnos formen parte de su propio aprendizaje y tengan conciencia de sus avances y dificultades.

8.4 ¿Cuándo de evalúa?

La evaluación se hará de manera progresiva, a lo largo de las 15 unidades didácticas.

De esta manera se diferenciarán en tres momentos clave:

MOMENTO DE LA EVALUACIÓN	APLICACIÓN EN LA PROGRAMACIÓN
Evaluación inicial	Al comenzar el curso y al inicio de alguna unidad didáctica, para conocer los conocimientos previos de los alumnos. Esto permitirá saber las necesidades y adaptar las actividades, agrupamientos y apoyos necesario.
Evaluación continua	Durante todas las sesiones a través de los medios de evaluación establecidos para cada sesión. Estableciendo una valoración del progreso de los alumnos y adaptar la intervención docente.
Evaluación final	Al finalizar cada unidad didáctica y trimestre, comprobando si se han adquirido los conocimientos esperados por parte del alumnado. A través del registro de los retos, teniendo especial importancia las unidades didácticas 5, 10 y 15.

Tabla 9. Momento de las evaluaciones.

8.5 Evaluación del proceso de enseñanza

También se evaluará el proceso de enseñanza, a través de la observación por parte del docente si los alumnos alcanzan o no los objetivos y conocimientos esperados.

Se valorará la eficacia de la propia práctica educativa impartida por el docente,

permitiendo detectar si hay posibles dificultades, realizar mejoras y ajustar la intervención para el próximo curso.

9. ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES DEL ALUMNADO

Dentro del grupo de 3º de Educación Primaria hay una diversidad de ritmos de aprendizaje, intereses y capacidades. La mayoría del alumnado tiene una participación activa y motivada hacia la asignatura, en cambio hay parte del alumnado con atención a la diversidad en la que hay que prestar más atención proporcionando apoyos para que los alumnos sepan desenvolverse en la participación y adquisición de los contenidos.

Para poder dar respuesta a estas dificultades de aprendizaje, la programación se basa en el Diseño universal para el Aprendizaje, quedando un proceso de enseñanza-aprendizaje inclusivo, que ofrece múltiples maneras de implicación y garantiza el acceso al aprendizaje de todo el alumnado. También se fundamenta en el Decreto 61/2022, donde vienen recogidas las medidas organizativas, metodológicas y curriculares.

Para esta programación se tiene en cuenta dos alumnos con atención a diversidad, un alumno con integración tardía en el sistema educativo español y otro alumno con TDAH sin necesidad de adaptaciones curriculares significativas. Se tomarán medidas ordinarias dirigidas a todo el alumnado sin modificar los elementos del currículo, también se implementarán medidas específicas para el alumno con la integración tardía en el sistema educativo español y para el alumno con TDAH.

MEDIDAS ORDINARIAS	<ul style="list-style-type: none"> - Adaptación de las tareas con diferentes niveles de dificultad - Materiales variados - Explicaciones breves, claras y con breves demostraciones - Refuerzo positivo y feedback continuo - Modificación de tiempos, espacios y normas si fuera necesario 	
MEDIDAS ESPECÍFICAS	INTEGRACIÓN TARDÍA	<ul style="list-style-type: none"> - Apoyos visuales con demostraciones prácticas - Adaptación del lenguaje e instrucciones simples - Apoyo del grupo con aprendizaje cooperativo - Acompañamiento progresivo en las tareas
	TDAH	<ul style="list-style-type: none"> - Instrucciones claras, breves y secuenciadas - Actividades dinámicas y de corta duración - Refuerzo y feedback positivo
EVALUACIÓN INCLUSIVA	<ul style="list-style-type: none"> - Progreso individual - Esfuerzo - Participación - Cooperación 	

Tabla 10. Medidas de atención a la diversidad.

10. CONTRIBUCIÓN DE LA PROGRAMACIÓN AL DESARROLLO DE OTROS PLANES

Esta programación se plantea de tal manera que se coordina con los diferentes planes y proyectos educativos del centro, para favorecer la intervención global y coherente para los alumnos. En la asignatura de Educación Física se trabajan especialmente los contenidos motrices, pero también se trabajan los elementos como la convivencia, la salud, la inclusión, el uso responsable de las tecnologías y el cuidado del entorno entre otras. De tal manera, esta presente programación contribuye al desarrollo integral y global del alumnado, mientras que se conectan los aprendizajes del área de educación física con otros ámbitos fundamentales de la vida personal.

PLAN DEL CENTRO	CONTRIBUCIÓN A LA PROGRAMACIÓN
Plan de Convivencia	Esta programación contribuirá a la mejora de la convivencia a través de los juegos cooperativos, retos grupales, las actividades de colaboración-oposición, para resolver conflictos de forma pacífica y mostrar actitudes de respeto entre los iguales. Centrado especialmente en el segundo trimestre.
Plan de Atención a la Diversidad/Inclusión	Las actividades planteadas para esta programación se estructuran desde una perspectiva inclusiva, mientras se ofrecen distintos niveles de

	dificultad, adaptaciones con el material, los grupos de trabajo y apoyos visuales. De tal manera que se adaptan las actividades necesarias especialmente en el caso del alumno con TDAH e incorporación tardía en el sistema educativo español.
Plan de Igualdad	Con las actividades motrices se fomenta la igualdad entre los distintos géneros que hay dentro del aula, para favorecer la participación equitativa, mientras se promueve el respeto y la no discriminación.
Plan de Salud	Esta programación tiene un vínculo directo con los hábitos saludables y una vida activa. Trabajando los contenidos que se relacionan con una vida activa y saludable, el descanso, la higiene, la alimentación...
Plan Digital/TIC	Se emplea el uso de las TICs como recurso de apoyo al aprendizaje, especialmente en la unidad didáctica 12, para contribuir al desarrollo de la competencia digital con un uso responsable, seguro y educativo.
Plan de Sostenibilidad/Educación Ambiental	En la unidad didáctica 15 se incluye alguna sesión al aire libre, en la que se trabaja el respeto hacia el medio ambiente con el uso responsable de los espacios exteriores.
Plan de Acción Tutorial	Favoreciendo el desarrollo personal y social del alumnado con actividades en las que se trabaja la autoestima, la autonomía, la cooperación, el respeto, la empatía...

Tabla 11. Planes del centro y aplicación.

11. CONCLUSIONES

La realización de esta programación didáctica en el área de Educación Física me ha hecho darme cuenta de todo lo que implica hacer una programación, no es solo pensar en las actividades o juegos que quieres que hagan tus alumnos, sino que hay que tener en cuenta la ley, los contenidos, las competencias, los criterios de evaluación... y sobre todo las características del grupo al que te diriges.

A lo largo de toda la programación he querido que el papel que tiene la Educación Física sea adquirido por los alumnos por la importancia y competencias que les ofrece, que no lo vean solo como la asignatura de hacer deporte y pasárselo bien, sino que lo vean como la adquisición de los hábitos saludables, los riesgos que tiene si no se hace con precaución, desde las edades tempranas de nuestros alumnos hay que fomentarles a realizar actividad física de manera diaria.

A través del hilo conductor que he establecido para esta programación (“Los superhéroes del movimiento saludable”), he querido que cada unidad tenga sentido para que las actividades sirvan como misiones y retos y que las vivan de tal manera que sea significativo para el futuro de los alumnos, aumentando su motivación y les permita aprender mientras juegan de manera activa y se sientan protagonistas de su propio aprendizaje.

Este trabajo me ha servido para reflexionar sobre mi papel en un futuro como profesora, comprendiendo que todo necesita su tiempo y dedicación, ya que todo lo que se realiza en el aula repercute al aprendizaje y la experiencia del alumnado.

En definitiva, esta programación busca que los alumnos disfruten de la Educación Física y sean conscientes de la importancia que tiene a lo largo de la vida, y los valores que el deporte puede fomentar. Aunque siempre se podría hacer mejor una programación, estoy satisfecha con el resultado, porque considero que es una propuesta que motiva a los alumnos, es coherente y está adaptada a cualquier necesidad que esté en el aula.

12. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

Ausubel, D., Novak, J. D., & Hanesian, H. (1983). Aprendizaje por descubrimiento. *Id. Psicología Educativa*. Un punto de vista cognoscitivo, 447-535.

Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>

Bustos, A., Castellano, V., Calvo, J., Mesa, R., Quevedo, V., & Aguilar, C. (2019). El aprendizaje basado en retos como propuesta para el desarrollo de las competencias

clave. *Padres y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, 380, 50-55.
<https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/12067>

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

Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula* (Vol. 82). Buenos Aires: Paidós.

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

ORDEN 1493/2015, de 22 de mayo, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se regula la evaluación y la promoción de los alumnos con necesidad específica de apoyo educativo, que cursen segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria y Enseñanza Básica Obligatoria, así como la flexibilización de la duración de las enseñanzas de los alumnos con altas capacidades intelectuales en la Comunidad de Madrid.

Velázquez Callado, C., Fraile Aranda, A., & López Pastor, V. M. (2014). Aprendizaje cooperativo en Educación Física. *Movimento: Revista da Escola de Educação Física*, 20(1), 239-259. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.40518>

13. ANEXOS

A continuación, se desarrollará la Unidad Didáctica 3: Saltos y desplazamientos supersónicos.

13.1 Contextualización y justificación de la Unidad Didáctica

Esta unidad didáctica, se desarrolla dentro del primer trimestre, en la que los alumnos ya han podido experimentar el entorno y las unidades anteriores, está temporalizada para el 15 hasta el 27 de octubre, teniendo 4 sesiones en total y con la frecuencia de dos sesiones a la semana, en este caso los lunes y miércoles.

A través de esta unidad los alumnos trabajarán las diferentes formas que hay de desplazamientos y saltos, con actividades y juegos que les permita descubrir e interiorizar las maneras diferentes de resolverlas. El objetivo de esta unidad es que los alumnos sean capaces de mejorar sus habilidades motrices básicas, aprendan a adaptar los movimientos al espacio y al material. Deberán de respetar las normas mientras son ellos quien toman las decisiones durante la práctica motriz.

Las sesiones se basan en la metodología de Aprendizaje Basado en Retos, Aprendizaje Cooperativo en ciertas actividades y por último el Aprendizaje Significativo, el cual estará presente en todas las unidades de esta programación, siendo su finalidad relacionar los nuevos aprendizajes con conocimientos previos, también las experiencias e intereses para que sean aprendizajes útiles, duraderos y aplicables a la vida cotidiana.

13.2 Objetivos didácticos

A través de esta unidad se han vinculado los objetivos generales de etapa con los de la programación en la siguiente tabla (**Tabla 12**):

OBJETIVOS UD3	RELACIÓN: ETAPA Y PROGRAMACIÓN
Desarrollar las habilidades de movimiento, coordinación y control.	<p><u>ETAPA:</u></p> <p>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.</p> <p><u>PROGRAMACIÓN:</u></p> <p>4.Desarrollar las habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones) en diferentes situaciones motrices.</p>
Tomar decisiones según las necesidades de cada actividad.	<p><u>ETAPA:</u></p> <p>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.</p> <p><u>PROGRAMACIÓN:</u></p> <p>5.Resolver situaciones motrices mediante la toma de decisiones y adaptación a cada situación.</p>
Respetar las normas y el uso del material durante la práctica deportiva.	<p><u>ETAPA:</u></p> <p>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.</p> <p><u>PROGRAMACIÓN:</u></p> <p>8.Respetar y valorar el entorno durante la práctica de la actividad física.</p>
Participar de manera activa y respetuosa en juegos y actividades motrices.	<p><u>ETAPA:</u></p> <p>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.</p> <p><u>PROGRAMACIÓN:</u></p> <p>2.Aplicar hábitos de higiene, alimentación y cuidado corporal.</p> <p>8.Respetar y valorar el entorno durante la práctica de la actividad física.</p>

Tabla 12. Relación objetivos UD3 con objetivos de etapa y de la programación.

13.3 Competencias clave y específicas

En la siguiente tabla se presenta las competencias clave y específicas que se trabajan en la unidad didáctica 3:

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	COMPETENCIAS CLAVE	OBJETIVOS DE ETAPA	OBJETIVOS DE LA PROGRAMACIÓN
2, 3	STEM, CPSAA, CC	A, B, C, K	2, 4, 5, 8

Tabla 13. Vinculación curricular UD3.

Esta unidad didáctica está centrada en los saltos y desplazamientos, contribuyendo al desarrollo de las competencias STEM, CPSAA y CC. Con las diferentes actividades propuestas, los alumnos deberán de resolver situaciones motrices en las que tengan que adaptarse al medio, material y las normas establecidas, mientras se favorece a la coordinación, control corporal y toma de decisiones.

La competencia específica 2, se emplea mediante la realización de desplazamientos, saltos y cambios de dirección, para que el alumno se ajuste a las diferentes situaciones planteadas. La competencia específica 3, se desarrolla mediante actividades que fomentan la cooperación, convivencia, el respeto de las normas y la gestión de posibles conflictos.

13.4 Contenidos y contenidos transversales

En esta unidad didáctica se trabajan diferentes contenidos curriculares que se relacionan directamente con la realización de las actividades. También se integran diferentes contenidos transversales para darle un sentido a la programación más global y educativo, estableciendo hábitos y valores para la vida diaria del alumno, vinculados con la convivencia, la deportividad, la igualdad, el respeto y la prevención de accidentes durante la práctica motriz.

TIPO DE CONTENIDO	CONTENIDOS TRABAJADOS Unidad Didáctica 3
Contenidos curriculares	<p>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar. <hr/> <p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria, automatización de movimientos. - Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad). - Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición). <hr/> <p>Bloque D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Habilidades sociales: escucha activa, diálogo y estrategias de negociación mediada y de acuerdo para la resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollo de conductas asertivas y de confianza en uno mismo. - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.
Contenidos transversales	<p>2. Se fomentará el aprendizaje de la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, a la discapacidad y el rechazo a cualquier forma de violencia, terrorismo o xenofobia.</p> <hr/> <p>4. Se fomentarán acciones y valores de respeto, deportividad y trabajo en equipo en todas las actividades deportivas, con la finalidad de prevenir actitudes y conductas antideportivas.</p> <hr/> <p>5. Los centros educativos promoverán acciones para la mejora de la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía. Asimismo, garantizarán la inclusión de contenidos transversales relacionados con la igualdad y la no discriminación.</p> <hr/> <p>7. Se incorporarán en las programaciones didácticas contenidos transversales relacionados con la educación vial y de primeros auxilios, al objeto de prevenir accidentes.</p>

Tabla 14. Contenidos y contenidos transversales.

13.5 Metodología y recursos

La metodología que se usa en esta unidad didáctica está adaptada al nivel de 3º de Educación Primaria y a las diferentes necesidades que necesite cualquier alumno.

Se utiliza el Aprendizaje Basado en Retos, aunque el reto final se desarrolle en la unidad didáctica 5, los alumnos se preparan para el reto. A través de actividades, las cuales prepararán a los alumnos para afrontar el reto, trabajando diferentes habilidades motrices básicas relacionadas con los desplazamientos, los saltos, cambios de dirección y coordinación. Con pequeños juegos y actividades los alumnos irán adquiriendo los aprendizajes necesarios para superar el reto final del trimestre con seguridad y autonomía.

También se utilizará el Aprendizaje Cooperativo, en las actividades que se realicen por parejas o en grupos para favorecer la ayuda entre los iguales y el respeto a los compañeros, todo ello enlazado de manera directa con el Aprendizaje Significativo que se conecta con situaciones cercanas a los alumnos para su vida de manera global.

Por otro lado, en cuanto a los estilos de enseñanza, se utilizará: el comando-mando directo mayoritariamente en los momentos de explicación, organización o seguridad para la práctica deportiva; el estilo de práctica para que el alumno repita las habilidades motrices y mejore los desplazamientos, saltos y coordinación; y por último, el estilo de inclusión para ofrecer diferentes niveles de dificultad y que todos los alumnos puedan participar según sus necesidades o dificultades.

Para el desarrollo de las actividades se emplean distintos recursos:

- Recursos espaciales: gimnasio o pista deportiva, teniendo en cuenta la climatología o la presencia de otros grupos del centro.

- Recursos materiales: Aros, conos, picas, petos, pañuelos, cuerdas, pelotas gomaespuma, tarjetas de movimientos, bancos suecos y colchonetas.
- Recursos humanos: Docente y alumnado.
- Recursos metodológicos: ABR, A. Cooperativo, A. Significativo, Estilos de Enseñanza (Comando-Mando Directo, Estilo de Práctica y Estilo de inclusión).
- Recursos organizativos: Manera de trabajar: parejas o grupos.

13.6 Descripción de las sesiones

SESIÓN 1: ¡ACTIVAMOS PROPULSORES!

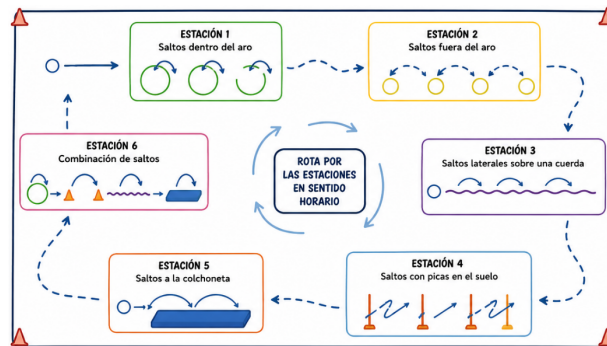
N.º Sesión	1. ¡Activamos propulsores!	Fecha	15 octubre
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Experimentar diferentes maneras de desplazamiento, mejorando la coordinación y control corporal. - Adaptar los movimientos al espacio, normas y compañeros. 		
Materiales	Conos, aros y petos.		
Espacio	Polideportivo o pistas exteriores.		
Metodología	ABR, A. Cooperativo y A. Significativo.		
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	<ul style="list-style-type: none"> - Movilidad articular general. - “La alarma de los superhéroes”: los alumnos se desplazarán libremente por todo el espacio, con varias directrices que serán marcadas a la señal de profesor y los alumnos las deben realizar: caminar rápido, lento, lateral, de puntillas, talones, en cuadrupedia o saltando con los pies juntos. Para dificultarlo habrá un cono rojo, azul y verde, cada cono será para que se quede estáticos, cambiar de dirección o ir a una base segura (habiendo aros distribuidos por toda la pista). 		
15´			
PARTE PRINCIPAL			
20´	“La ciudad supersónica”: se distribuyen aros, coños y petos por todo el suelo de la pista, cada material será una calle, túnel o base de energía. Los alumnos tendrán que desplazarse por la ciudad siguiendo el recorrido que establezca el docente, por ejemplo: “ir de una base a otra sin pasar por los túneles” o “cruzar dos calles en cuadrupedia”, y a la vez se irá indicando el tipo de desplazamiento.		

	<p>El diagrama muestra cuatro niveles de actividad física:</p> <ul style="list-style-type: none"> Nivel 1: Una línea azul con un círculo blanco en el centro, etiquetado como 'BASE 1', que se mueve hacia la derecha a través de una serie de triángulos amarillos (obstáculos) y una línea azul ondulada (túnel) hacia un círculo blanco etiquetado como 'BASE 2'. Nivel 2: Una línea azul que se mueve hacia la derecha a través de un túnel etiquetado como 'TUNEL' (representado por una línea azul ondulada) y una serie de triángulos amarillos, hacia un círculo blanco etiquetado como 'BASE 3'. Nivel 3: Una línea azul que se mueve hacia la derecha a través de una serie de triángulos amarillos y una línea azul ondulada, hacia un círculo blanco etiquetado como 'BASE 4'. Nivel 4: Una línea azul que se mueve hacia la izquierda a través de una serie de triángulos amarillos y una línea azul ondulada, hacia un círculo blanco etiquetado como 'BASE 4'.
15'	<p>“El espejo supersónico”: por parejas, un alumno será espejo y otro será superhéroe. El alumno superhéroe tiene que elegir de qué manera desplazarse según lo visto en esa sesión: delante, atrás, lateral, corriendo, andando... y el espejo tendrá que imitarlo. Después de la imitación a la señal del profesor se cambiarán los roles.</p>
VUELTA A LA CALMA	
10'	<ul style="list-style-type: none"> - “Recargamos las pilas”: los alumnos caminarán despacio por la pista con las directrices del docente, por ejemplo “en parejas”, “en tríos”, “hacia atrás”, “de puntillas silenciosas” ... - Reflexión conjunta de la sesión.

SESIÓN 2: “LOS SUPERSALTOS”

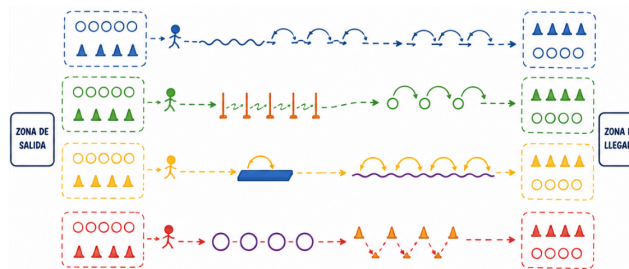
N.º Sesión	2. Los Supersaltos	Fecha	20 octubre
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar diferentes tipos de saltos, mejorando la coordinación y control corporal. - Respetar las normas y el uso adecuado del material. 		
Materiales	Conos, aros, cuerdas, picas y colchonetas.		
Espacio	Polideportivo o pistas exteriores.		
Metodología	ABR, A. Cooperativo		
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento articular. - “The floor is lava”: con aros esparcidos por la mitad de la pista, los alumnos correrán libremente por todo el espacio, y cuando el profesor diga “the floor is lava” los alumnos tienen que ir corriendo a buscar un aro y saltar dentro de él. Se contará hasta 5 segundos una vez el profesor ordene la acción, el alumno que no esté dentro tendrá que ir a la pata coja hasta que consiga meterse en un aro. Se podrá ir cambiando la manera de realizar los saltos: pies juntos, solo derecho o izquierdo, fuera del aro, dentro... 		
15'			
PARTE PRINCIPAL			
20'	<p>“Laboratorio de supersaltos”: habrá varias estaciones por toda la pista, con diferentes tipos de saltos, dentro y fuera del aro, laterales en una cuerda, con picas en el suelo y con colchoneta. También habrá diferentes niveles</p>		

de dificultad: 1º sencillo, 2º mayor distancia o 3º cambio de dirección y combinación.



15'

“Los superhéroes saltarines”: los alumnos distribuidos en equipos de 4-5 personas cada uno con un color establecido, tienen que transportar los conos de su color de un lado a otro (carrera de relevos), para los desplazamientos tienen que seguir las indicaciones del docente y el material que indique coger para avanzar, por ejemplo “cogemos la cuerda damos tres saltos encima de ella y el resto del recorrido saltamos hacia atrás”.



VUELTA A LA CALMA

10'

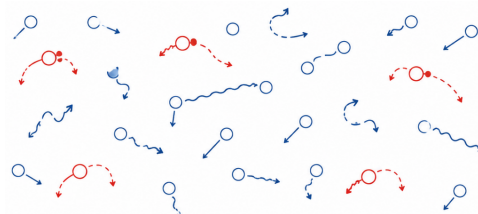
“Aterrizando en la base”: En un círculo agarrados todos de la mano, menos uno que estará en el centro indicando que salto deben realizar en el sitio, y al pasar tres alumnos por el centro el último guía para hacer estiramientos y respiración guiada.

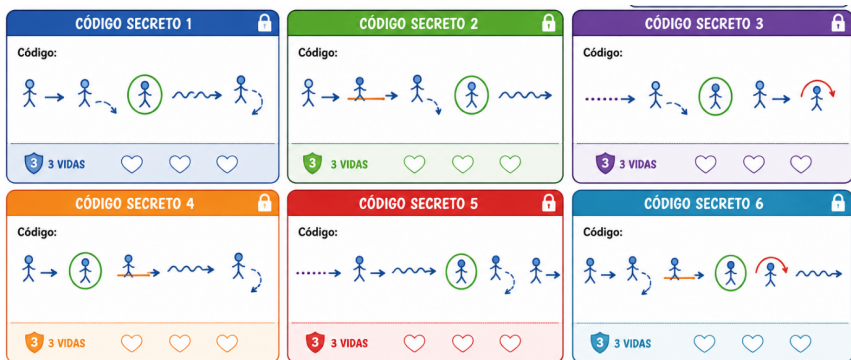
SESIÓN 3: “¡TENEMOS QUE ESQUIVAR LOS METEORITOS!”

N.º Sesión	3. ¡Tenemos que esquivar los meteoritos!	Fecha	22 octubre
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Combinar desplazamientos y saltos con cambios de dirección. - Tomar decisiones para resolver situaciones motrices en función del espacio, obstáculos y compañeros. 		
Materiales	Pelotas de gomaespuma y tarjetas de movimientos.		
Espacio	Polideportivo o pistas exteriores.		
Metodología	ABR y A. Cooperativo.		
CALENTAMIENTO			

TIEMPO	<ul style="list-style-type: none"> - Movilidad articular. - “La cadena estelar”: todos los alumnos correrán a lo largo de toda la pista, habrá un alumno que empezará pillando, cuando consiga pillar a un compañero se dan la mano y siguen pillando. Cuando lleguen a 4 personas se dividen de 2 en 2, y así sucesivamente, nunca podrá haber un grupo con 4 personas dadas de la mano. El calentamiento finalizará cuando todos los alumnos estén pillados.
15'	

PARTE PRINCIPAL

15'	<p>“Meteoritos en movimiento”: 5 alumnos llevarán una pelota de gomaespuma en la mano, el resto tendrán que estar corriendo por todo el espacio, evitando cruzarse con estos “meteoritos” y cambiando la forma de desplazarse o saltar cuando el docente de la señal, por ejemplo: “corriendo y cada 3 segundos un salto con los pies juntos”. Cada 2-3 minutos se cambiarán a los alumnos que tengan la pelota de la mano, para que todo participen en ambos lados.</p>
	 <p>Diagrama que muestra a cinco personas (representadas por círculos azules) moviéndose en un espacio. Algunas personas llevan una pelota roja (los meteoritos). Se muestran trayectorias de movimiento con flechas azules y rojas, indicando saltos y desplazamientos para evitar los meteoritos.</p>

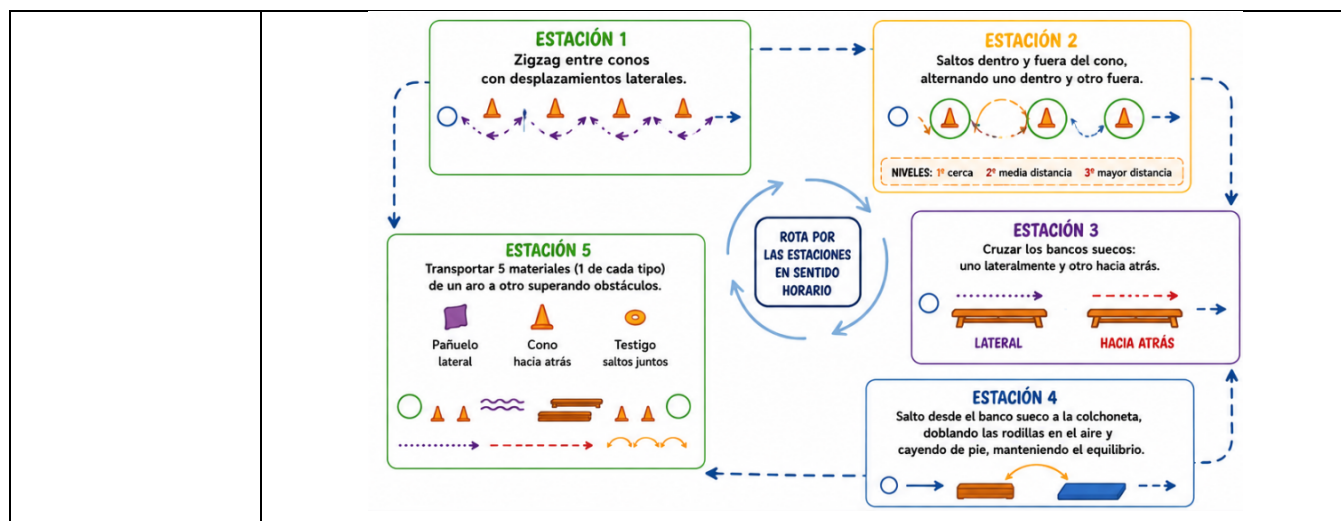
20'	<p>“Código secreto”: por grupos de 5-6 personas, el docente repartirá una tarjeta con un código “oculto” hecho con monigotes realizando una secuencia de desplazamientos y saltos. Los alumnos deberán de interpretar el código como crear y demostrárselo al docente, si lo completan se intercambian las tarjetas entre los grupos, sino tendrán tres vidas para seguir intentándolo.</p>
	 <p>Se muestran seis tarjetas de “CÓDIGO SECRETO” numeradas del 1 al 6. Cada tarjeta tiene un título, un código visualizado con monigotes y flechas que representan movimientos (saltos, desplazamientos), y una barra inferior que indica “3 VIDAS” y tres corazones rojos.</p>

VUELTA A LA CALMA

10'	<p>“Atrapamos los meteoritos”: por parejas, los alumnos deberán de transportar una pelota con las manos de un lado de la pista a otro, cada uno tendrá el número 1 o número 2, andando con la indicación del profesor, por ejemplo: “los 1 cambian de pareja”, “los 2 dan dos pasos hacia delante”, todo esto andando de tal manera que sea vuelta a la calma.</p>
-----	--

SESIÓN 4: "CIRCUITO SUPERSÓNICO"

N.º Sesión	4. "Circuito supersónico"	Fecha	27 octubre
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Aplicar las distintas habilidades de desplazamientos, saltos y coordinación dentro de un circuito. - Participar de manera activa y respetuosa con las normas, compañero y material. 		
Materiales	Conos, aros, banco sueco, pañuelos, cuerdas y colchonetas.		
Espacio	Polideportivo o pistas exteriores.		
Metodología	ABR, A. Cooperativo y A. Significativo		
CALENTAMIENTO			
TIEMPO	<p>"Calentamiento para el circuito supersónico": los alumnos primero harán movilidad articular, para activarse. Para hacerlo más atractivo, cada palabra tendrá una acción: "fuego" carrera suave, "propulsores" equilibrio con un pie delante de otro, "esquivamos misil" salto con los pies juntos... Después el profesor explicará el circuito que tiene que llevar a cabo.</p>		
10'			
PARTE PRINCIPAL			
40'	<p>"Circuito SUPERSÓNICO": se realizará un circuito con 5 sesiones que lo realizarán por grupos de 4-5 personas, irán rotando por las estaciones cuando sean completadas, el equipo que lo complete en el menor tiempo ganará. Las estaciones serán las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estación 1: Desplazamiento en zigzag entre conos, con desplazamientos laterales, controlando la velocidad y evitando chocar con los conos. - Estación 2: Saltos dentro y fuera del cono, alternando uno dentro y otro fuera. Con varios niveles de dificultad ampliando la distancia. - Estación 3: Con dos bancos suecos los alumnos deberán de cruzarlo con desplazamiento lateral y hacia atrás, cada banco estará establecido para un tipo de desplazamiento. - Estación 4: con un banco sueco y con una colchoneta enfrente, los alumnos deberán de saltar, en el aire doblar las rodillas y caer de pie, manteniendo el equilibrio. - Estación 5: los alumnos tendrán que llevar 5 pañuelos, conos o testigos, obligatoriamente tienen que coger un tipo de cada material. El material lo tienen que llevar de un aro a otro, y tendrán que superar diferentes obstáculos, como conos, cuerdas y bancos suecos que estarán distribuidas por el suelo, los alumnos que cojan pañuelos se desplazan lateralmente, con conos hacia atrás y con testigos dando saltos con los pies juntos. 		



VUELTA A LA CALMA

10'	"Asamblea en la base": los alumnos se colocarán en círculo y se realizarán estiramientos y respiración. Al finalizar, se hará una pequeña reflexión final sobre lo aprendido en esta unidad didáctica.
-----	--

16.7 Evaluación

Los criterios de evaluación establecidos para esta unidad son los siguientes:

2.2 Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.

2.3 Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.

3.1Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.

3.2 Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.

La evaluación para esta unidad didáctica se llevará a cabo con los siguientes instrumentos de evaluación:

RÚBRICA (25%): Ejecución desplazamientos y control corporal.

CRITERIO	POCO LOGRADO	EN PROCESO	LOGRADO
Realiza diferentes formas de desplazamiento: lateral, cuadrupedia, zigzag y cambios de dirección.	Realiza algunos desplazamientos con dificultades	Realiza la mayoría de los desplazamientos de manera correcta, aunque con pequeños desajustes	Realiza diferentes desplazamientos con fluidez, seguridad y control corporal
Mantiene el equilibrio y el control postural durante las actividades.	Presenta alguna dificultad en mantener su cuerpo	Mantiene el equilibrio de forma general, aunque a veces pierde el control en alguna acción	Mantiene el equilibrio y controla su cuerpo en las situaciones motrices
Adapta los movimientos al espacio, material y compañeros	Le cuesta adaptarse al espacio o al material	Se adapta correctamente, aunque a veces necesita indicaciones	Se adapta de manera correcta al espacio, evitando choques y utiliza el material de manera segura

LISTA DE CONTROL (25%): Participación, normas, cuidado de material y saltos.

INDICADOR	SI	A VECES	NO	OBSERVACIONES
Participa de manera activa en las actividades				
Respeto las normas de las actividades				
Respeto el material de manera adecuada				
Respeto los turnos y a los compañeros				

Realiza saltos con control corporal y seguridad				
Mantiene una actitud respetuosa y positiva durante las actividades				

RÚBRICA (25%): CIRCUITO FINAL

CRITERIO	POCO LOGRADO	EN PROCESO	LOGRADO
Aplica desplazamientos y saltos en las diferentes estaciones	Realiza alguna acción motriz, pero necesita mejorar la coordinación y control postural	Realiza los desplazamientos y saltos, pero con pequeños desajustes	Realiza todos los desplazamientos y saltos de manera coordinada y con fluidez
Participa de manera cooperativa con los compañeros	No colabora con sus compañeros	Colabora con sus compañeros, pero no siempre	Siempre colabora y ayuda a sus compañeros
Respeto las normas y los turnos	Respeto algunas normas, pero hay que recordárselo constantemente	Respeto las normas en casi todas las ocasiones	Respeto las normas y los turnos de espera
Realiza las actividades aplicando las medidas de seguridad	Necesita recordatorios para realizar la actividad con seguridad	Realiza las actividades de manera general con seguridad	Siempre utiliza las normas de seguridad antes de realizar la actividad

13.4 Atención a las diferencias individuales del alumnado

Para esta unidad didáctica, se tendrán en cuenta las diferencias individuales del alumnado, esta unidad está centrada en los desplazamientos, saltos, coordinación y control postural, por lo tanto, se ofrecerán diferentes niveles de dificultad para realizar las actividades.

Se aplicarán las medidas ordinarias de atención a la diversidad, todas ellas dirigidas al grupo en general sin modificar los elementos curriculares. En las actividades de las sesiones se harán propuestas con diferentes niveles de dificultad, por ejemplo,

para los saltos podrán elegir la distancia para asegurar confianza en los alumnos desde un principio. De la misma manera, las explicaciones serán breves, claras y acompañadas de demostraciones antes de realizar cualquier actividad, especialmente para los dos alumnos con necesidades educativas, las actividades que más dificultad tengan también tendrán apoyos visuales o señales con colores. Durante todas las sesiones se ofrecerá un feedback continuo y positivo depositando la confianza en el alumno y animándole a participar en las actividades.

Con el alumno de integración tardía se facilitarán las actividades con instrucciones sencillas, apoyo cooperativo y apoyo progresivo por parte del profesorado.

Respecto al alumno con TDAH, se tendrá en cuenta la realización de actividades dinámicas, variadas y de corta duración, también se le encargarán roles como el “encargado de material”, elección de grupos... Las explicaciones serán breves y con indicaciones muy marcadas.

La evaluación tendrá un carácter inclusivo, valorando el progreso individual de cada alumno en relación con las necesidades y posibilidades individuales. Los instrumentos que se emplean permiten recoger información que no se centra únicamente en el rendimiento motriz de los alumnos, sino que evalúa el proceso de aprendizaje y actitud durante todas las sesiones.

13.5 Recursos elaborados

Tarjeta identificativa para ir poniendo las insignias correspondientes a cada trimestre:

LOS SUPERHÉROES DEL MOVIMIENTO SALUDABLE

NOMBRE: _____

CURSO: _____

Three empty boxes for stickers.

Insignias correspondientes:

