



## **TRABAJO DE FIN DE GRADO**

### **Doble Grado en Educación Primaria+ CAFYDE**

Programación didáctica de Educación Física para 6º

curso de Educación Primaria

***En busca de la fuente de energía definitiva***

**Autor:** Kevin Julián Fernández

**Directora de TFG:** Pilar Ainhoa Silgado Enciso

**Curso académico:** 2025/2026

**Fecha:** 15 de abril de 2026

# ÍNDICE

<b>1.Introducción</b> .....	4
<b>2.Fundamentación teórico-normativa de la programación</b> .....	4
<b>3.Contextualización</b> .....	6
<b>4.Objetivos</b> .....	7
<b>4.1 Objetivos Educación Primaria</b> .....	7
<b>4.2 Objetivos de la Programación Didáctica</b> .....	9
<b>5.Competencias</b> .....	11
<b>5.1 Competencias Clave</b> .....	12
<b>5.2 Competencias específicas</b> .....	14
<b>6.Saberes básicos</b> .....	15
<b>6.1 Temporalización</b> .....	16
<b>6.2 Situaciones de aprendizaje</b> .....	17
<b>6.3 Contenidos transversales</b> .....	28
<b>7.Metodología</b> .....	29
<b>7.1 Principios pedagógicos</b> .....	30
<b>7.2 Metodologías Específicas</b> .....	31
<b>7.3 Estilos de enseñanza</b> .....	33
<b>7.4 Agrupamientos</b> .....	34
<b>7.5 Desarrollo práctico de las sesiones</b> .....	34
<b>7.6 Papel de las TIC en la programación didáctica</b> .....	35
<b>7.7 Actividades complementarias</b> .....	36
<b>8.Evaluación</b> .....	37
<b>8.1 Agentes de evaluación</b> .....	39
<b>8.2 Momento de la evaluación</b> .....	40
<b>8.3 Criterios de calificación</b> .....	41
<b>8.4 Medidas en caso de suspenso o no asistencia</b> .....	42

8.5 Evaluación del proceso de enseñanza .....	44
9.Atención a las diferencias individuales del alumnado .....	45
9.1 Características del alumnado y medidas de actuación .....	46
10.Contribución de la programación a otros planes .....	48
10.1 Fomento de la competencia en comunicación lingüística .....	48
10.2 Plan de convivencia .....	48
10.3 Integración de las TIC .....	49
10.4 Educación para la sostenibilidad y contribución a los ODS.....	49
11.Conclusiones .....	50
12.Bibliografía y webgrafía .....	50
13.Anexos .....	52
13.1 Contextualización y justificación de la programación dentro de la SA .	52
13.2 Objetivos didácticos y su contribución a los objetivos de etapa y de programación.....	53
13.3 Competencias clave y específicas y su relación con los objetivos y contenidos .....	54
13.4 Contenidos y contenidos transversales .....	55
13.5 Metodología y recursos .....	56
13.6 Descripción de las actividades.....	58
13.7 Evaluación.....	67
13.8 Atención a las diferencias individuales del alumnado .....	68
13.9 Conclusión .....	69
13.10 Recursos elaborados .....	71

## **1.Introducción**

La Educación Física tiene un papel muy importante en el desarrollo del alumnado, no solo en el plano físico, sino también en aspectos sociales, emocionales y cognitivos. Además, en la actualidad, donde cada vez es más frecuente el sedentarismo en edades tempranas, esta materia cobra aún más sentido como medio para fomentar hábitos de vida activos y saludables.

Esta programación didáctica está dirigida al alumnado de 6º de Educación Primaria y se basa en la normativa vigente, especialmente en la Ley Orgánica 3/2020, el Real Decreto 157/2022 y el Decreto 61/2022. A partir de este marco, se plantea una propuesta orientada al desarrollo de competencias, buscando que los aprendizajes tengan utilidad más allá del aula.

La programación se organiza a partir de un hilo conductor centrado en la construcción de una “fuente de energía”, que sirve para dar continuidad a las distintas situaciones de aprendizaje. Con ello, se pretende aumentar la motivación del alumnado y favorecer su implicación en las sesiones.

En cuanto a la metodología, se utilizan enfoques activos como el Aprendizaje Basado en Retos, el Aprendizaje Basado en Problemas y el Aprendizaje Basado en Proyectos. A través de ellos, el alumnado asume un papel protagonista, participando de forma activa, tomando decisiones y trabajando de manera cooperativa.

## **2.Fundamentación teórico-normativa de la programación**

La programación didáctica es una herramienta fundamental del proceso educativo, ya que permite organizar y planificar el trabajo que se va a desarrollar a lo largo del curso. A través de ella, el docente define los objetivos, los saberes básicos, la metodología

y la evaluación, teniendo en cuenta las características del alumnado y buscando que el aprendizaje tenga sentido y utilidad.

Desde el punto de vista teórico, esta programación se apoya en el enfoque constructivista del aprendizaje, en el que el alumnado construye su propio conocimiento a partir de la experiencia y la interacción con el entorno, tal y como plantea Jean Piaget. En esta misma línea, también se tiene en cuenta la teoría del aprendizaje significativo de David Ausubel, que destaca la importancia de relacionar los nuevos aprendizajes con los conocimientos previos del alumnado.

En el área de Educación Física, estos principios se llevan a la práctica a través de actividades en las que el alumnado participa de forma activa, experimenta y toma decisiones. De este modo, el aprendizaje no se limita a la repetición de movimientos, sino que implica comprender lo que se hace y saber aplicarlo en diferentes situaciones.

En cuanto al marco normativo, esta programación se basa en la legislación vigente del sistema educativo español. En primer lugar, se toma como referencia la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (LOMLOE), que propone un modelo educativo centrado en el desarrollo de competencias y en la atención a la diversidad.

Siguiendo este enfoque, el trabajo en el aula se plantea a través de actividades en las que el alumnado debe aplicar lo aprendido en situaciones prácticas, favoreciendo así un aprendizaje más útil y cercano a su realidad.

Además, para el desarrollo del currículo de Educación Primaria, se tienen en cuenta el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, y el Decreto 61/2022, de 13 de julio, de la Comunidad de Madrid, donde se establecen los saberes básicos, las competencias específicas y los criterios de evaluación del área de Educación Física.

Por otro lado, la atención a la diversidad, recogida en el Decreto 23/2023, se concreta en el aula mediante la adaptación de las tareas, el uso de metodologías inclusivas y una organización flexible del alumnado, con el objetivo de que todos los estudiantes puedan participar activamente.

Por último, esta programación incorpora metodologías activas, como el aprendizaje cooperativo y el trabajo por retos, que sitúan al alumnado en el centro del proceso educativo. Esto se refleja en propuestas en las que trabajan en grupo, asumen distintos roles y participan de forma activa, favoreciendo tanto el desarrollo motor como el social.

### **3.Contextualización**

La presente programación didáctica se desarrolla en el Colegio Luis Buñuel, un centro público situado en el municipio de Alcobendas (Comunidad de Madrid), caracterizado por un entorno urbano consolidado, con una amplia oferta educativa, cultural y deportiva, y un nivel socioeconómico medio.

El entorno cercano ofrece diversos recursos para la práctica de actividad física, como instalaciones municipales y espacios al aire libre, lo que permite complementar el aprendizaje más allá del ámbito escolar y fomentar hábitos de vida activa.

El centro imparte Educación Infantil y Educación Primaria, habiéndose incorporado recientemente 1º de Educación Secundaria Obligatoria. Cuenta, en general, con una línea por curso, lo que favorece una atención más individualizada y una mejor coordinación docente.

En relación con las instalaciones, el alumnado dispone del patio escolar y del uso de un pabellón deportivo municipal cercano, cedido por el ayuntamiento. Este espacio,

compartido con otras actividades deportivas como el voleibol, permite establecer una conexión entre el contexto educativo y la práctica deportiva real, lo que se aprovecha en la programación mediante propuestas adaptadas a este deporte.

La programación se dirige al alumnado de 6º de Educación Primaria, grupo que presenta características heterogéneas en cuanto a nivel motor, intereses y ritmos de aprendizaje. Esta diversidad se atiende mediante metodologías inclusivas basadas en la adaptación de tareas, el trabajo cooperativo y la organización flexible del alumnado.

Desde el punto de vista evolutivo, el alumnado de esta etapa presenta un mayor desarrollo cognitivo, social y motriz, lo que permite plantear situaciones de aprendizaje que implican la toma de decisiones, la resolución de problemas y el trabajo en equipo.

En este sentido, la programación propone actividades motrices contextualizadas, dinámicas cooperativas y retos que favorecen la participación activa del alumnado, el desarrollo de habilidades sociales y la adquisición de aprendizajes significativos.

## **4.Objetivos**

### **4.1 Objetivos Educación Primaria**

DECRETO61/2022, 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. En este decreto se establecen los siguientes objetivos de 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.
- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua española y desarrollar hábitos de lectura.
- f) Adquirir en, al menos, la lengua inglesa, la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas en este idioma.
- g) Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.
- h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.

- i) Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.
- j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la Educación Física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios y estereotipos de cualquier tipo.
- n) Desarrollar hábitos cotidianos de movilidad activa autónoma saludable, fomentando la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico.

#### 4.2 Objetivos de la Programación Didáctica

Se mostrará una tabla donde se relacionan los objetivos de la programación con los objetivos vistos anteriormente de primaria, las competencias clave y las competencias específicas.

Nº	Objetivos programación	Objetivos Primaria	Competencias específicas	Competencias Clave
1	Mejorar las capacidades físicas básicas (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad) mediante la participación en actividades físicas, siendo capaz de	F, K, N, B	1, 2	CPSAA, STEM

	ajustar el esfuerzo y mantener la implicación durante su realización.			
2	Resolver situaciones motrices aplicando habilidades y tomando decisiones adecuadas en función del contexto de juego.	A, E, G	1, 4	CPSAA, STEM
3	Controlar y ajustar el propio cuerpo en movimiento, adaptando la respuesta motriz a diferentes situaciones.	F, K	2, 4	CPSAA, STEM
4	Aplicar hábitos de vida activa y saludable, incorporando rutinas básicas como el calentamiento y la práctica segura de actividad física.	A, K, N	1, 2	CPSAA
5	Participar en actividades físicas y deportivas mostrando actitudes de respeto, cooperación, tolerancia y juego limpio.	B, C, D, M	2, 3	CPSAA, CC
6	Relacionar la práctica de actividad física con el funcionamiento del cuerpo, aplicando este conocimiento durante la actividad.	H, I, J	3, 4	STEM, CD
7	Utilizar el juego como medio de aprendizaje y relación, participando activamente y valorando su importancia en el desarrollo personal y social.	A, C, F, M	3, 4	CCL, CPSAA
8	Practicar diferentes modalidades deportivas, adaptando su comportamiento y participación a las características de cada actividad.	B, D, H	3, 5	CPSAA, CC, CCEC
9	Tomar decisiones de forma autónoma durante la práctica motriz, asumiendo	B, E, M	1, 4	CCL, CC, CE

	responsabilidades dentro del grupo.			
10	Participar en actividades relacionadas con el entorno, mostrando actitudes de respeto hacia el medio ambiente y aplicando comportamientos sostenibles.	H, L	1, 5	CC, CCEC

*Tabla 1 Relación entre objetivos y competencias*

## 5. Competencias

Las competencias clave son un elemento fundamental del currículo, ya que orientan el proceso de enseñanza-aprendizaje hacia un enfoque en el que el alumnado no solo adquiere conocimientos, sino que aprende a aplicarlos en diferentes contextos de su vida diaria.

En la etapa de Educación Primaria, su desarrollo es especialmente importante, ya que contribuye a una formación más completa del alumnado. En este sentido, el área de Educación Física tiene un papel relevante, sobre todo en aquellas competencias relacionadas con el ámbito personal, social, motriz y de la salud.

En esta programación, las competencias clave no se trabajan de manera aislada, sino que se integran en las diferentes situaciones de aprendizaje. A través de la práctica motriz, el alumnado se enfrenta a tareas en las que debe interactuar con los demás, tomar decisiones, resolver problemas y colaborar con sus compañeros.

De este modo, la Educación Física permite trabajar las competencias de forma activa y en contextos reales, mediante juegos, retos motrices y actividades cooperativas. Por ejemplo, la competencia personal, social y de aprender a aprender se desarrolla a través del esfuerzo y la superación personal; la competencia ciudadana mediante el respeto a las normas y la convivencia; y la competencia emprendedora a través de la toma de decisiones y la iniciativa en el juego.

Así, el área se convierte en un espacio adecuado para el desarrollo integral del alumnado, donde las competencias se adquieren principalmente a través de la experiencia y la participación.

Estas competencias se trabajan a lo largo de las diferentes unidades didácticas, en relación con los objetivos y los saberes básicos, manteniendo un enfoque global del proceso de enseñanza-aprendizaje.

A continuación, se presentan las competencias clave utilizadas en la programación y su relación con las competencias específicas y los descriptores operativos.

### 5.1 Competencias Clave

Competencias Clave	Descriptores Operativos
Competencia en comunicación lingüística (CCL)	CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa con respeto en interacciones de comunicación, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales. CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, para favorecer un uso eficaz y no discriminatorio de los diferentes sistemas de comunicación.
Competencia Plurilingüe (CP)	CP2. A partir de sus experiencias, reconoce las diferentes lenguas y experimenta estrategias que, de manera guiada, le permiten realizar transferencias sencillas entre distintas lenguas para comunicarse en contextos cotidianos y ampliar su repertorio del lenguaje.
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)	STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas. STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos.

Competencia digital (CD)	<p>CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.</p> <p>CD3. Participa en actividades y/o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales que le permitan construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar en grupo, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura y responsable ante su uso.</p>
Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)	<p>CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.</p> <p>CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludable, y detecta y busca apoyo ante situaciones negativas.</p> <p>CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de los demás, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.</p> <p>CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.</p> <p>CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autónomo y participa en procesos de autoevaluación y evaluación conjunta, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.</p>
Competencia ciudadana (CC)	<p>CC1. Entiende los procesos históricos y sociales más relevantes relativos a su identidad y cultura, reflexiona sobre las normas de convivencia, y las aplica de manera constructiva, dialogante e inclusiva en cualquier contexto.</p> <p>CC2. Participa en actividades de su entorno cercano, en la toma de decisiones y la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución Española, los derechos humanos y de la infancia, el valor a la diversidad y de la igualdad entre hombres y mujeres, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible acordados por la ONU.</p> <p>CC4. Comprende las relaciones entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida adecuados, para conservar la biodiversidad.</p>

Competencia emprendedora (CE)	CE1. Reconoce necesidades inherentes a los retos que debe afrontar y elabora ideas originales, utilizando destrezas creativas y tomando conciencia de las consecuencias y efectos que las ideas pudieran generar en el entorno, para proponer soluciones valiosas que respondan a las necesidades detectadas. CE3. Crea ideas planifica tareas, colabora con otros y en equipo, valora el proceso realizado y el resultado obtenido para llevar a cabo iniciativas de emprendimiento, y considera la experiencia como una oportunidad para aprender.
Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)	CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas. CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.

Tabla 2 Relación entre competencias clave y descriptores operativos

## 5.2 Competencias específicas

Competencias 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.	CCL1, CD3, STEM1, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3.
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	CCL1, CP2, STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CC1, CE3, CCEC3.
3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia.	CCL1, CD1, CD3, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2.
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.	CC2, CC4, CCEC3, CCEC4.

<p>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.</p>	<p>CCL5, CD1, STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3.</p>
---	--

*Tabla 3 Relación entre competencias específicas y descriptores operativos*

## **6.Saberes básicos**

Los saberes básicos son los contenidos fundamentales que orientan el proceso de enseñanza-aprendizaje en esta programación, en coherencia con lo establecido en el Decreto 61/2022 para el tercer ciclo de Educación Primaria.

En Educación Física, estos saberes se organizan en distintos bloques que permiten trabajar el desarrollo del alumnado de forma global. En esta programación se priorizan aquellos relacionados con la vida activa y saludable, la resolución de situaciones motrices, la cooperación, la expresión corporal y la práctica de actividad física con sentido educativo.

La elección de estos saberes se ha realizado teniendo en cuenta tanto las características del alumnado como los objetivos planteados. Se han escogido especialmente aquellos que favorecen la participación, el trabajo en grupo, la toma de decisiones y la adquisición de hábitos saludables.

Además, estos saberes se trabajan de forma progresiva a lo largo de las diferentes situaciones de aprendizaje, adaptándose al nivel de dificultad de cada una. Su desarrollo se plantea de manera práctica, a través de actividades motrices en las que el alumnado puede experimentar, reflexionar sobre lo que hace y consolidar sus aprendizajes.

## **6.1 Temporalización**

La organización temporal de la presente programación didáctica se establece teniendo en cuenta la carga horaria asignada al área de Educación Física en la etapa de Educación Primaria, conforme a la normativa vigente en la Comunidad de Madrid. En este sentido, la materia dispone de aproximadamente 2,5 horas semanales, distribuidas en tres sesiones a lo largo de la semana, lo que permite una adecuada continuidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

A partir de esta distribución, se ha realizado una planificación anual que contempla el conjunto de sesiones disponibles durante el curso escolar dando un total de 106 sesiones. No obstante, dicha planificación ha sido ajustada considerando la existencia de días festivos, periodos no lectivos y posibles interrupciones derivadas de la organización del centro por lo que se reservan 6 días para dichos fines, garantizando así una propuesta realista y aplicable al contexto educativo.

La temporalización de las unidades didácticas se ha diseñado siguiendo una progresión lógica y coherente, atendiendo al desarrollo evolutivo del alumnado de 6º de Educación Primaria. De este modo, se favorece la adquisición gradual de los saberes básicos, comenzando por aspectos más generales y avanzando hacia situaciones motrices de mayor complejidad.

Asimismo, esta organización temporal se integra en del hilo conductor de la programación, permitiendo estructurar las diferentes situaciones de aprendizaje de manera secuenciada y motivadora, favoreciendo la implicación activa del alumnado a lo largo de todo el curso.

Cada unidad didáctica se corresponde con la obtención de un “material” necesario para la construcción de una fuente de energía sostenible, lo que permite estructurar el aprendizaje de forma progresiva y motivadora.

Situación de aprendizaje	Trimestre	Sesiones/Trimestre	Sesiones/Unidad didáctica
Núcleo de activación	1º Trimestre	38	8
Motor de resistencia			8
Impulsor de velocidad			8
Generador de fuerza			7
Cristal de coordinación			7
Núcleo de equilibrio	2º Trimestre	33	7
Módulo de agilidad			7
Sistema táctico			6
Núcleo cooperativo			6
Escudo de valores			6
Energía expresiva	3º Trimestre	29	5
Archivo cultural			6
Sensor espacial			6
Módulo de autonomía			6
Reactor final de energía			6

Tabla 4 Temporalización de las SA

## 6.2 Situaciones de aprendizaje

Situación de aprendizaje 1: Núcleo de activación			
Trimestre	1	Número de Sesiones	8
Descripción de SA	El alumnado inicia la programación del hilo conductor asumiendo el papel de un equipo encargado de desarrollar una fuente de energía sostenible. En esta primera situación de aprendizaje, se trabajan aspectos relacionados con la activación corporal, el calentamiento y el conocimiento del propio cuerpo, sentando las bases para el desarrollo del resto de unidades. A través de juegos, retos motrices y dinámicas cooperativas, el alumnado comienza a adquirir los primeros “recursos” necesarios en del proyecto. Se incluyen actividades como circuitos de activación con estaciones (saltos, desplazamientos y equilibrio), o juegos de reacción como “el semáforo” entre otros, que permiten trabajar de forma práctica y contextualizada los objetivos planteados en la presente situación de aprendizaje.		
Competencias Clave	Competencias Específicas		
CPSAA, STEM, CCL, CE	1, 2, 3		
Objetivos de etapa	Objetivos de la programación		
F, N, B	1, 3, 4		
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar calentamiento previo a la actividad física</li> <li>Participar activamente en las tareas propuestas</li> <li>Desarrollar habilidades de percepción corporal y el control del esfuerzo</li> </ul>		

Contenidos	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>– Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo</p> <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>– Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás. colectivas.</p>		
Contenidos transversales		Interdisciplinariedad	
Educación para la salud, educación en valores		Ciencias Naturales, Educación en valores	
Descriptor operativo	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CPSAA1, CPSAA2	1.1	Rúbrica	40%
STEM2, CPSAA3	2.1	Lista de control	30%
CCL1, CE3, CPSAA5	3.1	Lista de control	30%

Situación de aprendizaje 2: Motor de resistencia			
Trimestre	1	Número de Sesiones	8
Descripción de SA	<p>El alumnado continúa avanzando en el desarrollo del proyecto global, centrandose esta situación de aprendizaje en la mejora de la resistencia como capacidad física básica. A través de juegos, circuitos y retos motrices, los estudiantes deberán superar diferentes pruebas relacionadas con el esfuerzo continuado, permitiéndoles obtener un nuevo "recurso" del proceso de construcción de la fuente de energía sostenible. Estas actividades favorecen la comprensión del esfuerzo, la superación personal y la adquisición de hábitos de vida activa y saludable. Se incluyen actividades como carreras continuas con cambios de ritmo, juegos de persecución como "atrapa-colas" o circuitos de resistencia por estaciones, entre otras, que permiten trabajar de forma práctica y contextualizada los objetivos planteados en la presente situación de aprendizaje.</p>		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
CPSAA, STEM, CE		1,2,3	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	
F, K, N		1, 4, 9	
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejorar la resistencia mediante la práctica de actividad física continuada</li> <li>• Controlar el esfuerzo en función de la actividad realizada</li> <li>• Participar activamente mostrando constancia y superación personal</li> </ul>		
Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>– Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado.</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>– Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).</p>		
Contenidos transversales		Interdisciplinariedad	
Educación para la salud, educación en valores		Ciencias Naturales, Educación en valores	
Descriptor operativo	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
STEM1, CPSAA2, CPSAA4	1.1	Lista de control	33%
STEM5, CPSAA5	1.2	Observación directa	33%

CE3	2.1	Coevaluación mediante lista de control	33%
-----	-----	--	-----

Situación de aprendizaje 3: Impulsor de velocidad			
Trimestre	1	Número de Sesiones	8
Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa avanzando en el proyecto mediante el desarrollo de la velocidad como capacidad física básica. A través de juegos de reacción, persecución y desplazamientos rápidos, los estudiantes deberán superar distintos retos motrices que implican rapidez en la toma de decisiones y ejecución. Esto les permitirá obtener un nuevo "recurso" necesario para la construcción de la fuente de energía sostenible, favoreciendo la mejora de la capacidad de reacción y la adaptación a diferentes estímulos. Se incluyen actividades como juegos de reacción ante estímulos visuales y sonoros, carreras de velocidad con salidas variadas o juegos de persecución en espacios reducidos, entre otras, que permiten trabajar de forma práctica y contextualizada los objetivos planteados en la presente situación de aprendizaje.		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
CPSAA, STEM, CE		1, 2	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	
F, K, N, B		1, 2, 9	
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejorar las habilidades de velocidad de reacción y desplazamiento</li> <li>• Responder de forma rápida ante diferentes estímulos</li> <li>• Participar activamente en juegos de velocidad</li> </ul>		
Contenidos	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>– Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>– Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).</p>		
Descriptorios operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CPSAA2	1.2	Rúbrica	30%
CPSAA4, CE3	2.1	Rúbrica	40%
STEM1	2.2	Lista de control	30%

Situación de aprendizaje 4: Generador de fuerza			
Trimestre	1	Número de Sesiones	7

Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa desarrollando el proyecto mediante el trabajo de la fuerza como capacidad física básica. A través de circuitos, juegos y ejercicios con autocargas, los estudiantes deberán superar distintos retos motrices que implican el uso del propio cuerpo, permitiéndoles obtener un nuevo "recurso" del proceso de construcción de la fuente de energía sostenible. Estas actividades favorecen la mejora del control corporal, la superación personal y la conciencia del esfuerzo. Se incluyen actividades como circuitos de autocargas (sentadillas, planchas, empujes), juegos de arrastre y empuje por parejas o retos de fuerza en estaciones, entre otras, que permiten trabajar de forma práctica y contextualizada los objetivos planteados en la presente situación de aprendizaje.		
Competencias Clave	Competencias Específicas		
CPSAA, STEM	1, 2		
Objetivos de etapa	Objetivos de la programación		
F, K	1, 3, 4		
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incrementar la fuerza mediante ejercicios adaptados al propio cuerpo</li> <li>• Mejorar el control corporal en diferentes situaciones motrices</li> <li>• Participar activamente mostrando esfuerzo y superación personal</li> </ul>		
Contenidos	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>-Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente; organización espacial (percepción de distancias y trayectoria, orientación en el espacio), temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles).</p> <p>- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).</p>		
Contenidos transversales			
Educación para la salud			
Descriptores operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
STEM1, CPSAA2	1.1	Rúbrica	40%
STEM5	1.2	Autoevaluación mediante cuestionario	30%
CPSAA4	2.1	Autoevaluación mediante cuestionario	30%

Situación de aprendizaje 5: Cristal de coordinación			
Trimestre	1	Número de Sesiones	7
Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado avanza en el desarrollo del proyecto mediante la mejora de la coordinación como elemento fundamental de las habilidades motrices. A través de juegos, circuitos donde deberán demostrar coordinación con diferentes objetos (balones, aros y cuerdas) y actividades con diferentes implementos, los estudiantes deberán enfrentarse a retos que implican precisión, control y ajuste del movimiento. La superación de estas pruebas les permitirá obtener un nuevo "recurso" del proceso de construcción de la fuente de energía sostenible, favoreciendo la mejora de la coordinación óculo-manual y óculo-pédica.		
Competencias Clave	Competencias Específicas		
CPSAA, CCL, CE	2, 3		
Objetivos de etapa	Objetivos de la programación		
B, D, M	2, 5, 7		
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejorar la coordinación en diferentes situaciones motrices</li> </ul>		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ajustar los movimientos en función del entorno y de los compañeros</li> <li>• Participar en actividades cooperativas mostrando respeto</li> </ul>		
Contenidos	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).</li> <li>– Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales.</li> </ul> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.</li> </ul>		
Contenidos transversales			
Educación en valores			
Descriptores operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CCL1	2.1	Coevaluación entre compañeros	20%
CPSAA3, CPSAA5	2.2	Lista de control	60%
CE3	3.1	Lista de control	20%

Situación de aprendizaje 6: Núcleo de equilibrio			
Trimestre	2	Número de Sesiones	7
Descripción de SA	<p>En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa avanzando en el proyecto mediante el desarrollo del equilibrio como capacidad fundamental en control corporal. A través de circuitos, juegos y actividades específicas, los estudiantes deberán enfrentarse a retos motrices que implican estabilidad, control postural y adaptación a diferentes situaciones. La superación de estas pruebas les permitirá obtener un nuevo "recurso" para la construcción de la fuente de energía sostenible. Esta SA cuenta con actividades como recorridos de equilibrio sobre líneas y bancos, juegos de estabilidad con cambios de apoyo o retos de control postural en parejas.</p>		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
CPSAA, STEM		2	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	
F, K		1, 3	
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejorar el equilibrio en diferentes situaciones motrices</li> <li>• Controlar el cuerpo en posiciones estáticas y dinámicas</li> <li>• Adaptarse a diferentes condiciones de estabilidad</li> </ul>		
Contenidos	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo</li> </ul> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).</li> <li>– Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz.</li> </ul>		
Descriptores operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
STEM1	1.1	Observación directa	33%
CPSAA2	2.1	Lista de control	33%

CPSAA4	2.2	Rúbrica	33%
--------	-----	---------	-----

**Situación de aprendizaje 7: Módulo de agilidad**

Trimestre	2	Número de Sesiones	7
Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa desarrollando el proyecto mediante el trabajo de la agilidad como capacidad física fundamental. A través de circuitos, juegos de desplazamiento y cambios de dirección, los estudiantes deberán enfrentarse a retos motrices que implican rapidez, coordinación y adaptación al entorno. La superación de estas pruebas les permitirá tener otro "recurso" del proceso de construcción de la fuente de energía sostenible. Para esta SA se destacan actividades de dirección y velocidad (Alcanzar setas de colores en función en lados opuestos), juegos de esquiva y persecución (Polis y cacos) o retos de desplazamientos rápidos en espacios reducidos (Recorrer cierta distancia en un tiempo determinado que se estima en función de las habilidades individuales del alumno)		
Competencias Clave	Competencias Específicas		
CPSAA, STEM, CE	1, 2		
Objetivos de etapa	Objetivos de la programación		
F, K	1, 2, 9		
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mejorar la agilidad mediante cambios de dirección y desplazamientos</li> <li>Adaptar el movimiento a diferentes situaciones motrices</li> <li>Participar activamente en las tareas propuestas</li> </ul>		
Contenidos	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <p>– Salud física: efectos físicos, psicológicos y sociales beneficiosos del estilo de vida activo. Impacto de alimentos ultra procesados y bebidas energéticas o azucaradas. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente; organización espacial (percepción de distancias y trayectoria, orientación en el espacio), temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles).</p> <p>– Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).</p>		
Descriptorios operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
STEM1, CPSAA4	1.2	Rúbrica	40%
CPSAA2	2.1	Observación directa	30%
CE3	2.2	Coevaluación	30%

**Situación de aprendizaje 8: Sistema táctico**

Trimestre	2	Número de Sesiones	6
-----------	---	--------------------	---

Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado avanza en el desarrollo del proyecto mediante la adquisición de estrategias básicas de juego y toma de decisiones en situaciones motrices. A través de juegos modificados (3vs3 y 4vs4 en voleibol) y situaciones de ataque-defensa (ejercicios por equipo donde por tríos, deben realizar ataques coordinados e intentar rebasar a la pareja de defensores), los estudiantes deberán analizar el entorno, tomar decisiones y cooperar con sus compañeros para superar diferentes retos. La consecución de estas pruebas les permitirá tener un "recurso" dentro del proceso de construcción de la fuente de energía sostenible.		
Competencias Clave	Competencias Específicas		
CPSAA, CCL, CC, CE	2, 3		
Objetivos de etapa	Objetivos de la programación		
A, B, C, D	2, 5, 7, 9		
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomar decisiones correctas en situaciones de juego</li> <li>• Aplicar estrategias básicas de ataque y defensa</li> <li>• Cooperar con los compañeros para lograr un objetivo común</li> </ul>		
Contenidos	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</li> <li>– Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales.</li> </ul> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.</li> <li>– Concepto de fairplay o «juego limpio».</li> </ul>		
Descriptores operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CCL1, CPSAA3, CCL5	2.2	Autoevaluación	40%
CPSAA5	3.1	Lista de control	30%
CC2, CE3	3.2	Lista de control	30%

Situación de aprendizaje 9: Núcleo cooperativo			
Trimestre	2	Número de Sesiones	7
Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa avanzando en el proyecto mediante el desarrollo de habilidades sociales y de cooperación. A través de juegos cooperativos (Paso del aro por el cuerpo), retos grupales (Cruzar el puente, arrastrar la colchoneta gigante) entre otras actividades, los estudiantes deberán colaborar, comunicarse y tomar decisiones conjuntas para superar diferentes desafíos. La consecución de estas pruebas les dará otro "recurso" del proceso de construcción de la fuente de energía sostenible, favoreciendo la cohesión grupal y el respeto entre iguales.		
Competencias Clave	Competencias Específicas		
CPSAA, CCL, CC, CE	2, 3, 4		
Objetivos de etapa	Objetivos de la programación		
A, B, D	2, 5, 7, 9		
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cooperar con los compañeros para alcanzar objetivos comunes</li> <li>• Participar activamente en dinámicas grupales</li> <li>• Respetar las normas y a los demás durante la práctica motriz</li> </ul>		

Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, competitivos y agonísticos.</li> </ul> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.</li> <li>– Gestión emocional: ansiedad y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.</li> <li>– Concepto de fairplay o «juego limpio».</li> <li>– Identificación, abordaje y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de género, capacidad o competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista; abuso sexual o cualquier forma de violencia).</li> </ul>		
Contenidos transversales			
Educación en valores			
Descriptor operativo	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CCL1	2.2	Lista de control	20%
CPSAA3, CC2, CC1	3.2	Rúbrica	40%
CPSAA5, CE3	4.1	Lista de control	40%

Situación de aprendizaje 10: Escudo de valores			
Trimestre	2	Número de Sesiones	6
Descripción de SA	<p>En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa el desarrollo del proyecto poniendo el foco en los valores asociados a la práctica físico-deportiva. A través de juegos (normas ocultas donde deben cumplir una condición antes de conseguir el objetivo, como animar a un compañero), dinámicas (asumiendo roles como el de árbitro) y situaciones motrices (puntuación extra si se respetan determinadas normas), los estudiantes reflexionarán y aplicarán conductas relacionadas con el respeto, la inclusión y el juego limpio.</p> <p>Además, como parte del proceso, el alumnado diseñará en grupo un breve cuestionario mediante herramientas digitales (Kahoot) para evaluar las conductas observadas durante las actividades, fomentando así el uso básico y responsable de recursos digitales en el ámbito educativo.</p>		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
CPSAA, CC, CCL		2, 3, 5	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	
A, B, D		5, 7, 9	
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respetar normas, compañeros y adversarios</li> <li>• Aplicar el juego limpio en situaciones motrices</li> <li>• Identificar y rechazar conductas negativas en el deporte</li> <li>• Utilizar herramientas digitales de forma básica para diseñar y evaluar actividades motrices.</li> </ul>		
Contenidos	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.</li> </ul> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Concepto de fairplay o «juego limpio».</li> <li>– Identificación, abordaje y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de género, capacidad o competencia motriz; actitudes xenófobas, racistas o de índole sexista; abuso sexual o cualquier forma de violencia).</li> <li>– Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.</li> </ul>		
Contenidos transversales		Interdisciplinariedad	

Educación en valores, Educación lingüística		Educación en valores / tutoría	
Descriptorios operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CCL1	2.2	Lista de control	30%
CPSAA3, CC2	3.1	Observación directa	40%
CPSAA5, CD1, CD3	5.1	Kahoot	30%

Situación de aprendizaje 11: Energía expresiva			
Trimestre	3	Número de Sesiones	6
Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa avanzando en el proyecto a través de la expresión corporal como medio de comunicación y creatividad. Mediante actividades rítmicas, dramatización y creación de coreografías, los estudiantes deberán expresar emociones, ideas y sensaciones a través del movimiento. La superación de estos retos permitirá tener un "recurso" de la fuente de energía sostenible, fomentando la creatividad y la comunicación no verbal. En esta SA se desarrollan actividades como Adivina la película. Encuentra tu emoción v Baile Grupal.		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
CCL, CPSAA, CC, CE		3	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	
A, B, D, J		6, 7, 9	
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresar emociones y sensaciones a través del cuerpo</li> <li>• Participar en actividades de expresión corporal</li> <li>• Crear pequeñas secuencias o coreografías en grupo</li> </ul>		
Contenidos	<p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <p>– Gestión emocional: ansiedad y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.</p> <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <p>– Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas.</p> <p>– Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.</p>		
Contenidos transversales			
Educación emocional, Educación lingüística			
Descriptorios operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CCL1	2.2	Grabación de vídeo	33%
CPSAA3	3.1	Rúbrica	33%
CPSAA5, CE1, CCEC3	4.1	Rúbrica	33%

Situación de aprendizaje 12: Archivo cultural			
Trimestre	3	Número de Sesiones	6
Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa desarrollando el proyecto mediante el conocimiento y la práctica de diferentes manifestaciones de la cultura motriz. A través de juegos tradicionales, deportes y actividades de distintas culturas, los estudiantes explorarán el valor social e histórico del movimiento. La superación de estos retos permitirá la obtención de un nuevo "recurso" de la fuente de energía sostenible, favoreciendo el respeto por la diversidad cultural y el conocimiento del patrimonio deportivo. Los juegos que se llevarán a cabo, entre otros, son el escondite inglés, la ravuela y el tira y afloja.		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
CC, CCL, CPSAA		2, 3, 5	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	

A, B, C, J		7, 8, 9	
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Practicar juegos y deportes de diferentes culturas</li> <li>• Valorar la diversidad cultural en la actividad física</li> <li>• Participar respetando las normas y a los compañeros</li> </ul>		
Contenidos	<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes como seña de identidad cultural.</li> <li>– Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos.</li> <li>– Deporte y perspectiva de género: sexismo en el deporte amateur y profesional.</li> </ul>		
Contenidos transversales		Interdisciplinariedad	
Educación en valores, Educación lingüística		Ciencias Sociales	
Descriptor operativo	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CCL1	2.2	Lista de control	33%
CPSAA3, CP2, CCEC4	3.2	Lista de control	33%
CC2	5.1	Lista de control	33%

Situación de aprendizaje 13: Sensor espacial			
Trimestre	3	Número de Sesiones	6
Descripción de SA	<p>En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa desarrollando el proyecto mediante el trabajo de la orientación y la percepción espacial. A través de juegos de orientación, recorridos y actividades en diferentes espacios, los estudiantes deberán interpretar el entorno y tomar decisiones para resolver los retos planteados. La superación de estas pruebas permitirá la obtención de un nuevo "recurso" para la construcción de la fuente de energía sostenible, favoreciendo la autonomía y la capacidad de adaptación. En la presente SA se incluyen actividades como "la búsqueda del tesoro", "Orientación a ciegos" y "Sigue el sonido"</p>		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
STEM, CPSAA, CE		1, 2, 5	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	
F, K, N		2, 3, 9	
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientarse en el espacio utilizando diferentes referencias</li> <li>• Interpretar trayectorias y distancias en situaciones motrices</li> <li>• Tomar decisiones en función del entorno</li> </ul>		
Contenidos	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente; organización espacial (percepción de distancias y trayectoria, orientación en el espacio), temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles).</li> </ul> <p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación.</li> <li>– Práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano.</li> </ul>		
Contenidos transversales		Interdisciplinariedad	
Educación ambiental		Ciencias Naturales	
Descriptor operativo	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
STEM1	1.2	Prueba práctica	33%
CPSAA2	2.1	Observación directa	33%

STEM5, CE3, CC4	5.1	Coevaluación	33%
-----------------	-----	--------------	-----

Situación de aprendizaje 14: Módulo de autonomía			
Trimestre	3	Número de Sesiones	6
Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje, el alumnado continúa el desarrollo del proyecto asumiendo un papel más activo y autónomo en la práctica de actividad física. A través de la planificación de actividades, la organización de tareas y la toma de decisiones, los estudiantes deberán diseñar y llevar a cabo diferentes propuestas motrices. La superación de estos retos les dará un nuevo "recurso" para la construcción de la fuente de energía sostenible, favoreciendo la autonomía, la responsabilidad y la iniciativa personal. En esta SA deben de crear una yincana por grupos entre otras actividades.		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
CPSAA, CE, CCL		1, 3, 4	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	
A, B, F		2, 9	
Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diseñar y organizar actividades motrices sencillas</li> <li>• Tomar decisiones de forma autónoma en situaciones de práctica</li> <li>• Participar activamente asumiendo responsabilidades dentro del grupo</li> </ul>		
Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado.</li> <li>– Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.</li> </ul> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz.</li> </ul> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Gestión emocional: ansiedad y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión.</li> </ul>		
Descriptorios operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
CPSAA2	2.1	Observación directa	20%
CPSAA4	1.2	Coevaluación con compañeros	40%
CPSAA5, CE3	4.1	Lista de control	40%

Situación de aprendizaje 15: Reactor final de energía			
Trimestre	3	Número de Sesiones	6
Descripción de SA	En esta situación de aprendizaje final, el alumnado culmina el proyecto global poniendo en práctica todos los aprendizajes adquiridos a lo largo del curso. A través de una serie de retos y actividades integradoras, los estudiantes deberán aplicar sus capacidades físicas, habilidades motrices, estrategias y valores para "construir" la fuente de energía sostenible. Esta propuesta final permite evaluar de manera global el desarrollo competencial del alumnado, favoreciendo la autonomía, la cooperación y la toma de decisiones en contextos reales de práctica motriz. Las actividades que destacan de esta SA son "Retos motrices por rincones" y "Scape room cooperativo"		
Competencias Clave		Competencias Específicas	
CPSAA, STEM, CCL, CC, CE		1, 2, 3	
Objetivos de etapa		Objetivos de la programación	
A, B, C, D, F, K, N		1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	

Objetivos de la SA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar de forma global las habilidades motrices y capacidades físicas trabajadas</li> <li>• Resolver situaciones motrices de forma autónoma</li> <li>• Cooperar con los compañeros para lograr un objetivo común</li> <li>• Mostrar actitudes de respeto, esfuerzo y superación</li> </ul>		
Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>– Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado.</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>– Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.</p> <p>– Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).</p> <p>– Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente; organización espacial (percepción de distancias y trayectoria, orientación en el espacio), temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (ritmo, ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles).</p> <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <p>– Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas.</p> <p>– Concepto de fairplay o «juego limpio».</p>		
Contenidos transversales			
Educación lingüística, Educación en valores, sostenibilidad			
Descriptores operativos	Criterios de evaluación	Instrumentos de evaluación	Porcentaje de la calificación
STEM1, CPSAA2	1.2	Autoevaluación	30%
CCL1, CC2	3.2	Lista de control	20%
STEM5, CPSAA5, CE3	5.1	Rúbrica	50%

### 6.3 Contenidos transversales

Los contenidos transversales se integran en la presente programación con el objetivo de contribuir al desarrollo integral del alumnado, más allá de los aprendizajes propios del área de Educación Física.

A lo largo de las diferentes situaciones de aprendizaje, se trabajan aspectos relacionados con la promoción de hábitos de vida saludable, el respeto a los demás,

la cooperación, la inclusión y el juego limpio. Estos elementos se desarrollan de forma práctica mediante actividades motrices que favorecen la participación activa y la interacción entre iguales.

Asimismo, se fomenta la educación en valores, promoviendo actitudes como el respeto, la responsabilidad y la convivencia, especialmente a través de dinámicas cooperativas y situaciones en las que el alumnado debe tomar decisiones en grupo.

Por otro lado, se incorporan de manera puntual recursos tecnológicos como apoyo al proceso de enseñanza-aprendizaje, con un carácter complementario, sin constituir un eje central de la programación.

Estos contenidos transversales se abordan de forma integrada en las diferentes situaciones de aprendizaje, contribuyendo al desarrollo personal y social del alumnado.

## **7. Metodología**

La metodología de este programa es activa, con los estudiantes tomando la iniciativa en su aprendizaje. El aprendizaje debe ser útil y significativo para ellos a través de la práctica motriz, la toma de decisiones y el trabajo colaborativo con sus compañeros. Para ello, se utilizan metodologías activas basadas en el Aprendizaje Basado en Retos, el Aprendizaje Basado en Problemas y el Aprendizaje Basado en Proyectos. Por ejemplo, estos métodos se adaptan a escenarios en los que se requiere que los estudiantes enfrenten pequeños desafíos o problemas en grupos y, en algunos casos, creen sus propias actividades, como sucede en la situación final.

Las sesiones se organizan en una estructura familiar dividida en tres fases: una fase inicial de activación, una fase de tarea motriz y una fase de enfriamiento, que consiste

en actividades más tranquilas o momentos de reflexión. Además, generalmente es una actividad de grupo heterogénea que les permite cooperar, apoyar a todos los estudiantes para que contribuyan y sean incluidos. El docente es un guía, orientando a los estudiantes a través del proceso utilizando preguntas en lugar de responderlas directamente.

Finalmente, las actividades progresan gradualmente para adaptarse al nivel de los estudiantes y permitir la participación de todos. Como resultado, no solo se desarrollan las habilidades motrices, sino también los aspectos personales y sociales.

### **7.1 Principios pedagógicos**

El trabajo del docente dentro de este programa está dirigido por un conjunto de directrices pedagógicas para orientar el ciclo de enseñanza-aprendizaje y vincularlo con el plan pedagógico basado en competencias.

Por un lado, se incluye el concepto de aprendizaje significativo, ya que los estudiantes construyen nuevos conocimientos a partir de lo que ya saben (Ausubel, 1968). Esta idea se manifiesta en la provisión de actividades de Educación Física que comienzan en el nivel de conocimiento del estudiante y gradualmente aumentan el nivel de dificultad, de modo que se convierta en un aprendizaje significativo y relevante que pueda aplicarse en una variedad de tareas motoras. Además, se fomenta el aprendizaje activo donde los estudiantes participan en la realización de las tareas. El aprendizaje, como escribió Piaget, ocurre en la acción y la interacción con el entorno. Por lo tanto, se emplean juegos, desafíos, situaciones motoras donde los estudiantes deben involucrarse, tomar decisiones y resolver problemas. Otro aspecto esencial es el aspecto holístico que todo aprendizaje debe tener en cuenta, no solo la dimensión motora, sino también las dimensiones cognitivas, sociales y emocionales. El Real

Decreto 157/2022 reconoce la necesidad de construir competencias que combinen diversas áreas de conocimiento en este contexto.

El aprendizaje cooperativo es una de las herramientas fundamentales para que los estudiantes desarrollen habilidades sociales. Esta forma de aprendizaje fomenta el desarrollo de la responsabilidad individual, la interdependencia positiva y las competencias sociales (Johnson, Johnson, & Holubec, 2013). Esto resulta en pequeños grupos en el aula, donde los estudiantes deben trabajar juntos y asumir la responsabilidad del conjunto. Por otro lado, se reconoce la diversidad de conocimientos (bajo la presunción del ritmo individual de aprendizaje). Se adoptan los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje para proporcionar métodos variados de participación, representación y acción. Esto lleva a la adaptación de tareas, actividades multinivel y variedad de materiales.

Por último, el objetivo es que los estudiantes se vuelvan autónomos, participen en la toma de decisiones, la planificación de las actividades, la reflexión sobre su propio aprendizaje, lo que es mejorar la construcción de la responsabilidad y el autoinicio del trabajo.

## **7.2 Metodologías Específicas**

La diversidad de metodologías activas utilizadas en este programa educativo se ha establecido para motivar y fomentar la participación de los estudiantes (y la toma de decisiones) mientras desarrollan competencias. Las mismas técnicas se utilizan en diferentes situaciones de aprendizaje y se adaptan al contenido y la naturaleza del grupo.

En primer lugar, el aprendizaje basado en juegos es fundamental en la Educación Física. Se puede concluir que a través del juego los estudiantes se vuelven más

interactivos e involucrados en el programa de entrenamiento, mejorando su atención y participación en cada sesión.

También se emplea el aprendizaje basado en retos, con la idea de que el programa es su núcleo. A través de la narrativa, los estudiantes deben superar diferentes retos motores para lograr su propósito común, dando sentido a lo que están haciendo y aumentando su participación en las sesiones.

Se emplea el aprendizaje cooperativo, y los estudiantes trabajan en pequeños grupos para alcanzar un objetivo común. Es útil para entrenar habilidades sociales como la comunicación, el respeto hacia los demás y la comprensión de la responsabilidad en el grupo.

También se incluye el aprendizaje basado en problemas, donde se presentan escenarios motores en los que los estudiantes deben analizar lo que observan, tomar decisiones y proponer soluciones (solos o en grupo).

Por último, el Aprendizaje Basado en Proyectos está integrado, ya que el programa general se construye como la creación de una fuente de energía sostenible. Los estudiantes trabajan a través de varios desafíos a lo largo del curso y construyen sobre ellos en este progreso para unir varios contenidos en los que han trabajado juntos.

Este enfoque termina con un último desafío, en el que necesitan sintetizar todo lo que han aprendido, resolviendo cosas cada vez más difíciles juntos o solos. El Aprendizaje Basado en Proyectos apoya así la adquisición no solo de habilidades motoras, sino también de planificación, responsabilidad y resolución de problemas en contextos cercanos a la realidad.

A continuación, se muestra la relación de las metodologías empleadas y varios contextos de aprendizaje.

	SA1	SA2	SA3	SA4	SA5	SA6	SA7	SA8	SA9	SA10	SA11	SA12	SA13	SA14	SA15
ABJ	X		X		X		X	X	X		X	X			
ABR		X		X			X							X	X
AC					X				X	X	X				
ABProblemas			X			X		X		X			X	X	X
ABProyectos															X

Tabla 5 Relación entre metodologías y las SA

### 7.3 Estilos de enseñanza

En esta programación se usan diferentes técnicas y estilos de enseñanza, elegidos en función de los objetivos de cada situación de aprendizaje y de las características del alumnado. Gracias a esta variedad, se puede adaptar la intervención docente y favorecer un aprendizaje más eficaz, activo e inclusivo.

A continuación, se presentan los principales estilos de enseñanza utilizados en la programación, así como su aplicación práctica en el aula de Educación Física.

Estilos de enseñanza	Descripción	Aplicación
Asignación de tareas	El docente propone una actividad que el alumnado realiza de forma autónoma, adaptando el ritmo a sus capacidades.	Circuitos de condición física, estaciones de trabajo y retos individuales.
Descubrimiento guiado	El docente plantea preguntas o situaciones que orientan al alumnado hacia la solución de un problema.	Actividades donde el alumnado debe encontrar la mejor forma de realizar un movimiento o superar un reto.
Resolución de problemas	El alumnado debe analizar una situación y tomar decisiones para resolverla.	Juegos modificados, situaciones tácticas y retos motrices.
Comando directo	El docente dirige la actividad de forma explícita, indicando cómo y cuándo realizar las acciones.	Explicaciones iniciales, actividades que requieren control y situaciones relacionadas con la seguridad.
Enseñanza recíproca	El alumnado trabaja en parejas o grupos, proporcionando feedback entre iguales.	Actividades cooperativas, evaluación entre compañeros y mejora de habilidades.

Tabla 6 Estilos de enseñanza

## 7.4 Agrupamientos

La organización del alumnado se plantea de manera flexible, adaptándose a las características de cada actividad y favoreciendo la participación activa de todos los estudiantes.

Agrupamientos	Descripción	Aplicación
Individual	El alumnado realiza la actividad de forma autónoma, favoreciendo la responsabilidad y el ritmo propio.	Retos individuales, circuitos físicos y actividades de mejora personal.
Parejas	Dos alumnos colaboran para realizar una tarea, favoreciendo la interacción y el feedback.	Actividades de cooperación, enseñanza recíproca y corrección entre iguales
Pequeños grupos	Grupos reducidos (3-5 alumnos) que trabajan de forma cooperativa.	Retos motrices, dinámicas cooperativas y resolución de problemas.
Equipos	Grupos más amplios con objetivos comunes y roles definidos.	Juegos colectivos, competiciones y actividades cooperativas complejas.
Gran grupo	Toda la clase participa de forma conjunta en la actividad.	Explicaciones, juegos globales y actividades iniciales o finales.

Tabla 7 Agrupamientos

## 7.5 Desarrollo práctico de las sesiones

La utilización de la metodología en el aula se representa mediante un diseño de sesión que ofrece la oportunidad de alinear sistemáticamente el proceso de enseñanza-aprendizaje con los objetivos de aprendizaje establecidos.

Las sesiones comienzan con un período de activación, donde los estudiantes se preparan a través de algún tipo de juego o dinámica motriz, una actividad donde la persona se prepara en términos físicos y mentales. Estas son actividades que, de manera progresiva y motivada, introducen la información principal.

A continuación, se desarrolla una fase principal, en la que los estudiantes participan en tareas motrices relacionadas con el contenido de la sesión. Estas tareas evolucionan de propuestas más dirigidas a contextos más globales en los que los

estudiantes necesitan tomar decisiones, colaborar y adaptarse a circunstancias variables.

Por último, esta sesión tiene la fase final de enfriamiento y reflexión, donde se completan actividades de menor intensidad utilizando un espacio creado donde los participantes pueden reflexionar sobre lo trabajado durante la sesión.

En cuanto a la organización de los estudiantes, se utilizan diferentes tipos de agrupamiento para diferentes tareas. El trabajo individual, el trabajo en pareja y el trabajo en pequeños grupos se alternan para la participación activa (así como la consideración de la diversidad).

Por otro lado, las tareas motrices pueden ser abiertas y flexibles, lo que significa que pueden realizarse en varios niveles. Se aplican circuitos por estaciones, juegos adaptados, desafíos cooperativos y actividades de resolución de problemas. También hay variaciones en las tareas, reglas, cambios de espacio o material para enfrentar el desafío y adaptarse a diferentes ritmos de aprendizaje.

## **7.6 Papel de las TIC en la programación didáctica**

Se incorporan las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en este programa como un recurso complementario, aportando riqueza al proceso de enseñanza-aprendizaje. Al utilizarlas, las lecciones pueden ser más motivadoras y cercanas a la realidad de los estudiantes. Así, las TIC se utilizan no como un fin en sí mismas, sino al servicio del aprendizaje y el crecimiento del estudiante.

Las TIC se introducen ocasionalmente en la Educación Física, pero solo en momentos en que realmente aportan valor. Ejemplos de esto son para estimular la reflexión sobre el propio aprendizaje o recopilar información, realizar autoevaluaciones o evaluaciones entre los alumnos. También pueden usarse para ver ejemplos reales de

la realización de ejercicios específicos. Por tanto, se emplearán herramientas digitales (por ejemplo, cuestionarios interactivos [por ejemplo, Kahoot o Google Forms], videos explicativos, etc.). Estas herramientas permiten a los estudiantes ser participantes más activos en su educación, al tiempo que mejoran el desarrollo de la competencia digital.

Además, la aplicación de las TIC también ayuda en la formulación de descriptores operativos de esta competencia, incluyendo el uso de herramientas tecnológicas para obtener y analizar información (CD1) o el pensamiento crítico sobre la tecnología en relación con la actividad física y la salud (CD3).

### **7.7 Actividades complementarias**

Las actividades complementarias se diseñan pensando en las situaciones de aprendizaje que se desarrollan a lo largo del curso, permitiendo reforzar y ampliar los aprendizajes en contextos diferentes al aula.

Por un lado, hay una salida a la nieve, vinculada con las situaciones de aprendizaje relacionadas con el desarrollo de las capacidades físicas y la adaptación al entorno, como la SA 2 (Motor de resistencia) y la SA 13 (Sensor espacial). Esta actividad permite trabajar la regulación del esfuerzo, la coordinación y la interacción con el medio, además de fomentar hábitos de vida activa en un entorno natural.

Por otro lado, se plantea una salida al teatro, relacionada con la SA 11 (Energía expresiva), en la que se trabajan aspectos vinculados a la expresión corporal, la comunicación y la creatividad. Esta actividad permite reforzar los contenidos expresivos desde una perspectiva cultural y artística.

Además, se reservan varias sesiones a lo largo del curso para atender posibles imprevistos o realizar actividades de refuerzo, garantizando así la flexibilidad de la programación.

## **8.Evaluación**

La evaluación es un elemento clave en proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que permite conocer el grado de aprendizaje del alumnado y ajustar la práctica docente. En el área de Educación Física, se plantea como un proceso continuo, formativo e integrador, en línea con lo establecido en el Real Decreto 157/2022 y la normativa autonómica vigente. Por ello, no se centra únicamente en los resultados finales, sino también en el proceso seguido por el alumnado, teniendo en cuenta su participación, su evolución y su capacidad para aplicar lo aprendido en diferentes situaciones motrices.

A continuación, se presenta una tabla en la que se relacionan las competencias específicas, los criterios de evaluación y los descriptores operativos seleccionados en la programación. Esta organización permite ver de forma clara cómo se conectan los distintos elementos del currículo, mostrando cómo los criterios de evaluación sirven de referencia para el desarrollo de las competencias y cómo estos se concretan a través de los descriptores operativos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptores operativos
--------------------------	-------------------------	-------------------------

1	<p>1.1 Reconocer los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física como paso previo para su integración en la vida diaria.</p> <p>1.2 Integrar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene en la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p>	STEM1, STEM5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA4
2	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, introduciendo cambios, si es preciso, durante el proceso, y generando producciones motrices de calidad, valorando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.</p> <p>2.2 Aplicar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones obtenidas.</p>	CCL1, STEM1, STEM2, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CE3, CCL5
3	<p>3.1 Participar en actividades motrices, desde la autorregulación de su actuación, con predisposición, esfuerzo, perseverancia y mentalidad de crecimiento, controlando la impulsividad, gestionando las emociones y expresándolas de forma asertiva.</p> <p>3.2 Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, reconociendo las actuaciones de compañeros y rivales.</p>	CCL1, CC2, CE3, CP2 CPSAA5, CPSAA3, CC1, CC2, CCEC4
4	<p>4.1 Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico expresivas con arraigo en la cultura propia, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, reconociendo y transmitiendo su valor cultural y su potencial como espacio generador de interacciones constructivas entre personas con orígenes diferentes y entendiendo las ventajas de su conservación.</p>	CPSAA5, CE1, CE3, CCEC3, CCEC4
5	<p>5.1 Adaptar las acciones motrices a la incertidumbre propia del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos de forma eficiente y segura, valorando sus posibilidades para la práctica de actividad física y actuando desde una perspectiva ecosostenible del entorno y comunitaria.</p>	STEM5, CPSAA5, CC2, CE3, CD1, CD3

Tabla 8 Relación entre competencias específicas, criterios de evaluación y descriptores operativos

## 8.1 Agentes de evaluación

La evaluación en esta programación se plantea como un proceso compartido en el que participan tanto el docente como el propio alumnado, con la intención de hacer el aprendizaje más reflexivo y significativo.

Por un lado, la heteroevaluación del docente es la base del proceso. Se lleva a cabo principalmente mediante la observación directa durante las sesiones, utilizando instrumentos como rúbricas y listas de control. Por ejemplo, en la SA 8 (Sistema táctico), el docente puede evaluar aspectos como la toma de decisiones, la cooperación o la aplicación de estrategias durante los juegos modificados.

Por otro lado, se incorpora la autoevaluación del alumnado, que se realiza al final de algunas sesiones o situaciones de aprendizaje mediante cuestionarios sencillos o pequeñas dinámicas de reflexión. En la SA 15 (Reactor final), por ejemplo, el alumnado puede valorar su participación, el esfuerzo realizado o su aportación al grupo.

También se utiliza la coevaluación, en la que los propios alumnos valoran el trabajo de sus compañeros. Esto se aplica especialmente en actividades cooperativas, como en la SA 9 (Núcleo cooperativo), donde pueden observar aspectos como la colaboración, el respeto o la implicación del grupo.

A continuación, se presenta una tabla en la que se relacionan los diferentes agentes de evaluación con los instrumentos utilizados en cada caso.

Agente de evaluación	Tipo de evaluación	Instrumentos de evaluación
Docente	Heteroevaluación	Observación directa, rúbrica, lista de control, prueba práctica, grabación de vídeo
Alumnado	Autoevaluación	Cuestionario de autoevaluación, Kahoot

Alumnado	Coevaluación	Rúbrica entre compañeros, lista de control, coevaluación entre compañeros
----------	--------------	---

Tabla 9 Agentes de evaluación

## 8.2 Momento de la evaluación

La evaluación en esta programación se desarrolla a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje y se concreta en diferentes momentos en las situaciones de aprendizaje.

Al inicio de cada situación de aprendizaje se realiza una evaluación inicial, a través de actividades prácticas que permiten conocer el nivel de partida del alumnado. Por ejemplo, en la SA 2 (Motor de resistencia), se puede utilizar un circuito o un juego continuo para observar la capacidad de mantener el esfuerzo y adaptar la intensidad.

Durante el desarrollo de las sesiones, se lleva a cabo una evaluación continua o formativa, basada principalmente en la observación directa. Esta se produce de forma constante en juegos, circuitos y retos cooperativos. En la SA 8 (Sistema táctico), por ejemplo, se evalúan aspectos como la toma de decisiones o la cooperación en situaciones de juego real.

Al finalizar cada situación de aprendizaje, se realiza una evaluación final o sumativa, mediante actividades en las que el alumnado debe poner en práctica lo aprendido. En la SA 15 (Reactor final de energía), esto se concreta en un reto global o circuito final en el que se valoran aspectos como el esfuerzo, la cooperación o la resolución de situaciones motrices.

Además, en algunos momentos se incorporan procesos de autoevaluación y coevaluación, especialmente al final de sesiones o situaciones de aprendizaje. Estas se realizan mediante cuestionarios sencillos o pequeñas dinámicas de reflexión, que permiten al alumnado valorar su propio proceso y el de sus compañeros.

### 8.3 Criterios de calificación

La calificación del alumnado en esta programación se basa en los criterios de evaluación, que son el referente principal para valorar el grado de adquisición de las competencias específicas del área. Siguiendo el enfoque competencial de la normativa vigente, la calificación no se centra en pruebas puntuales, sino en la recogida de información a lo largo de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Cada situación de aprendizaje contribuye a la calificación final mediante la evaluación de distintos criterios, que se valoran a través de diferentes instrumentos como rúbricas, listas de control, observación directa o pruebas prácticas. De esta forma, se tiene en cuenta el trabajo del alumnado durante todo el proceso y no solo en momentos concretos.

Además, se establece una distribución de porcentajes en cada situación de aprendizaje y a nivel global de la programación. Esto permite que la evaluación sea equilibrada y esté alineada con los objetivos planteados.

A continuación, hay una tabla con la distribución de los porcentajes de calificación en relación de las distintas situaciones de aprendizaje, los criterios de evaluación asociados y su peso en cada trimestre, facilitando así una visión clara del proceso de calificación.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN					
Trimestre	Situaciones de aprendizaje	Criterios de evaluación	%Criterio	%SA	%Trimestre
1º	SA1	1.1	40%	20%	30%
		2.1	30%		
		3.1	30%		
	SA2	1.1	33%	20%	
		1.2	33%		
		2.1	33%		
	SA3	1.2	30%	20%	
		2.1	40%		
		2.2	30%		

	SA4	1.1	40%	20%	
		1.2	30%		
		2.1	30%		
	SA5	2.1	20%	20%	
		2.2	60%		
		3.1	20%		
2º	SA6	1.1	33%	20%	30%
		2.1	33%		
		2.2	33%		
	SA7	1.2	40%	20%	
		2.1	30%		
		2.2	30%		
	SA8	2.2	40%	20%	
		3.1	30%		
		3.2	30%		
	SA9	2.2	20%	20%	
		3.2	40%		
		4.1	40%		
	SA10	2.2	30%	20%	
		3.1	40%		
		5.1	30%		
3º	SA11	2.2	33%	20%	40%
		3.1	33%		
		4.1	33%		
	SA12	2.2	33%	20%	
		3.2	33%		
		5.1	33%		
	SA13	1.2	33%	20%	
		2.1	33%		
		5.1	33%		
	SA14	2.1	20%	20%	
		1.2	40%		
		4.1	40%		
	SA15	1.2	30%	20%	
		3.2	20%		
		5.1	50%		

Tabla 10 Criterios de calificación

#### 8.4 Medidas en caso de suspenso o no asistencia

En el caso de que el alumnado no alcance los criterios de evaluación establecidos, se pondrán en marcha medidas de refuerzo y apoyo con el objetivo de facilitar la adquisición de los aprendizajes no superados. Estas medidas se centran en adaptar las tareas, repetir actividades clave o proponer nuevas situaciones ajustadas al nivel del alumno o alumna.

Entre las medidas concretas, se podrán simplificar las tareas motrices, reducir el tiempo o la intensidad de la actividad, utilizar materiales adaptados (como balones

más grandes o ligeros) o trabajar en parejas con el apoyo de un compañero. Por ejemplo, en actividades de resistencia se podrá alternar actividad y descanso, mientras que en juegos tácticos se podrán simplificar las normas para facilitar su comprensión.

Además, se fomentará la autoevaluación y la retroalimentación individualizada, con el objetivo de que el alumnado sea consciente de sus dificultades y pueda mejorar poco a poco. Para ello, se propondrán tareas como el diario de aprendizaje “Recuperando la energía”, en el que el alumnado reflexione sobre su participación, su esfuerzo y su evolución, o un cuaderno reflexivo en el que analicen sus decisiones y su organización durante las actividades.

En todo caso, se priorizará una evaluación de carácter formativo, ofreciendo nuevas oportunidades para que el alumnado pueda superar los criterios. Esto se podrá llevar a cabo mediante la repetición de tareas o la participación en actividades adaptadas en sesiones posteriores, en el mismo hilo conductor.

Por otro lado, la asistencia y la participación activa en las sesiones de Educación Física son fundamentales, debido al carácter práctico del área. Aun así, la calificación no se basará únicamente en la asistencia, sino en la implicación y el progreso del alumnado.

En caso de faltas de asistencia justificadas, se propondrán tareas alternativas relacionadas con el hilo conductor, como la elaboración del diario “Recuperando la energía”, el análisis de una actividad realizada por el grupo o la participación en una sesión adaptada posterior. En cambio, la falta reiterada de asistencia injustificada puede dificultar la evaluación, ya que impide recoger evidencias suficientes sobre el aprendizaje del alumnado.

## 8.5 Evaluación del proceso de enseñanza

La evaluación del proceso de enseñanza es un aspecto importante en la práctica docente, ya que permite analizar si la intervención educativa está funcionando y cómo se puede mejorar. No solo se evalúa lo que aprende el alumnado, sino también la planificación, la metodología utilizada, los recursos y la actuación del propio docente.

Esta evaluación se realiza de forma continua, lo que permite ir introduciendo mejoras a lo largo del desarrollo de la programación. Para ello, se tienen en cuenta aspectos como el grado de consecución de los objetivos, la adecuación de las actividades al nivel del alumnado, la eficacia de la metodología, la organización de los tiempos y espacios o el clima de aula durante las sesiones.

Para recoger esta información, se utilizan diferentes instrumentos. Entre ellos destacan el diario del docente, donde se anotan observaciones sobre cómo se han desarrollado las sesiones; las hojas de seguimiento, que ayudan a analizar el funcionamiento de las actividades; y cuestionarios dirigidos al alumnado, que permiten conocer su opinión sobre las propuestas realizadas.

Además, se fomenta la reflexión docente a partir del análisis de los resultados del alumnado. Esto permite detectar dificultades, hacer ajustes en la intervención y adaptar mejor las situaciones de aprendizaje a las necesidades del grupo.

A continuación, se presentan los instrumentos utilizados para evaluar el proceso de enseñanza, con el objetivo de recoger información útil sobre el desarrollo de las sesiones y mejorar la práctica docente de forma progresiva.

Ítem a evaluar	Sí	Parcial	No	Observaciones
La sesión se ha ajustado a la planificación prevista				
Los objetivos de la sesión se han trabajado adecuadamente				

El nivel de dificultad ha sido adecuado al grupo				
El alumnado ha participado activamente				
Se ha favorecido el trabajo cooperativo				
La organización del grupo ha sido eficaz				
El tiempo de las actividades ha sido adecuado				
Los materiales han sido adecuados				
Se han respetado las normas y el clima ha sido positivo				
Se han atendido las diferencias individuales				

**Opina sobre tu profe**

Me han gustado las actividades realizadas

He participado activamente en las sesiones

He aprendido cosas nuevas

He trabajado bien con mis compañeros

Las explicaciones del profesor han sido claras

Me gustaría repetir actividades similares

Scale: Nada (frowny face), Poco (neutral face), Bastante (happy face), Nada (frowny face)

## 9. Atención a las diferencias individuales del alumnado

La atención a las diferencias individuales del alumnado constituye un principio fundamental del sistema educativo actual, orientado a garantizar una educación inclusiva y de calidad para todo el alumnado. En este sentido, la presente programación didáctica se fundamenta en lo establecido en la Ley Orgánica 3/2020 y en el Decreto 61/2022, que promueven la equidad, la inclusión y la respuesta educativa ajustada a las necesidades de cada estudiante.

Desde esta perspectiva, la diversidad no se entiende como una dificultad, sino como una oportunidad para enriquecer el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por ello, la intervención docente se orienta a ofrecer una respuesta flexible que permita la participación activa de todo el alumnado, independientemente de sus características.

Para ello, la programación se apoya en los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), que propone diseñar situaciones de aprendizaje accesibles desde el inicio, evitando la necesidad de realizar adaptaciones posteriores. Este enfoque se concreta en tres principios fundamentales:

- Múltiples formas de implicación: se proponen actividades motivadoras, retos progresivos y dinámicas basadas en el juego, como se observa en situaciones de aprendizaje como la SA 2 o la SA 15, favoreciendo la participación activa del alumnado.
- Múltiples formas de representación: se combinan explicaciones verbales con demostraciones prácticas y apoyos visuales, facilitando la comprensión de las tareas motrices.
- Múltiples formas de acción y expresión: se permite al alumnado resolver las tareas de diferentes maneras, adaptando su ejecución en función de su nivel de competencia motriz.

De este modo, se garantiza una enseñanza inclusiva en la que todos los alumnos tienen la oportunidad de aprender, participar y progresar en el área de Educación Física.

### **9.1 Características del alumnado y medidas de actuación**

El grupo de 6º de Educación Primaria al que se dirige esta programación presenta una gran heterogeneidad, tanto en el nivel de condición física como en las habilidades motrices, los ritmos de aprendizaje, la motivación hacia la actividad física y las habilidades sociales.

Dentro del aula pueden encontrarse alumnos con distinto nivel de competencia motriz, algunos con mayor facilidad para el desarrollo de habilidades físicas y otros con mayores dificultades en aspectos como la coordinación, el control corporal o la resistencia. Asimismo, pueden existir diferencias en la implicación durante las actividades o en la capacidad de interacción con el grupo.

Para dar respuesta a esta diversidad, se plantean medidas de actuación concretas en las propias situaciones de aprendizaje, permitiendo ajustar la práctica a las necesidades del alumnado:

- En la SA 2 (Motor de resistencia), se adapta el tiempo de esfuerzo o se permite alternar actividad y descanso para aquellos alumnos con menor resistencia.
- En la SA 5 (Cristal de coordinación), se utilizan materiales más grandes o ligeros para facilitar la ejecución de habilidades motrices.
- En la SA 8 (Sistema táctico), se simplifican las normas de los juegos o se reducen las exigencias tácticas para favorecer la comprensión.
- En la SA 9 (Núcleo cooperativo), se asignan roles dentro del grupo en función de las capacidades de cada alumno, facilitando su participación.
- En la SA 10 (Escudo de valores), se guía al alumnado en la resolución de conflictos mediante apoyo docente y estructuras de diálogo.

Además, en las tareas se incorporan actividades de refuerzo y ampliación, ajustando la dificultad de las propuestas:

- Las actividades de refuerzo consisten en la simplificación de tareas, reducción de la exigencia o apoyo más directo del docente.

- Las actividades de ampliación implican un aumento de la dificultad, la introducción de nuevos retos o la asunción de roles de liderazgo, como ocurre en la SA 14, donde el alumnado diseña sus propias actividades.

## **10. Contribución de la programación a otros planes**

Esta programación didáctica no se entiende como un documento aislado, sino como una propuesta integrada en el proyecto educativo del centro, contribuyendo al desarrollo de distintas líneas de actuación orientadas a la formación integral del alumnado. En este sentido, el área de Educación Física se presenta como un contexto idóneo para trabajar aspectos relacionados con la comunicación, la convivencia, la competencia digital y la sostenibilidad, entre otros.

### **10.1 Fomento de la competencia en comunicación lingüística**

La programación contribuye al desarrollo de la competencia en comunicación lingüística, especialmente a través de la expresión oral en contextos reales. El alumnado debe comprender consignas, explicar actividades, tomar decisiones en grupo y participar en momentos de reflexión, favoreciendo así el uso del lenguaje como herramienta de aprendizaje.

Este aspecto se trabaja de manera directa en situaciones de aprendizaje como la SA 10 (Escudo de valores), donde se promueve el diálogo y la resolución de conflictos, o la SA 14 (Módulo de autonomía), en la que el alumnado debe explicar y organizar actividades, desarrollando su capacidad de comunicación.

### **10.2 Plan de convivencia**

El área de Educación Física constituye un contexto privilegiado para el desarrollo de la convivencia, al implicar interacción constante entre el alumnado. A través de juegos,

dinámicas cooperativas y situaciones motrices compartidas, se trabajan valores como el respeto, la empatía, la inclusión y la resolución pacífica de conflictos.

Este enfoque se refleja especialmente en la SA 9 (Núcleo cooperativo) y la SA 10 (Escudo de valores), donde el alumnado debe colaborar, respetar normas y gestionar situaciones sociales de forma adecuada, favoreciendo un clima positivo en el aula.

### **10.3 Integración de las TIC**

La programación incorpora el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como recurso de apoyo al proceso de enseñanza-aprendizaje. Estas herramientas se utilizan principalmente para la explicación de contenidos, la reflexión sobre la práctica o la realización de actividades complementarias, favoreciendo un uso funcional, crítico y responsable de la tecnología.

### **10.4 Educación para la sostenibilidad y contribución a los ODS**

El hilo conductor de la programación, centrado en la construcción de una fuente de energía sostenible, permite integrar de forma directa la educación para la sostenibilidad, alineándose con los principios de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible (Naciones Unidas, 2015).

En este sentido, la programación contribuye al desarrollo de diversos Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3: Salud y bienestar, mediante la promoción de hábitos de vida activa; el ODS 4: Educación de calidad, a través de metodologías activas e inclusivas; el ODS 5: Igualdad de género, fomentando la participación equitativa del alumnado; y el ODS 13: Acción por el clima, al concienciar sobre la importancia del cuidado del entorno y el uso responsable de los recursos.

## **11. Conclusiones**

La elaboración de esta programación didáctica ha sido mucho más que un trabajo académico, ya que me ha permitido acercarme a lo que realmente supone la práctica docente. A lo largo del proceso, he entendido la importancia de planificar con sentido y de ser consciente de que cada actividad que se plantea en el aula tiene una intención educativa detrás.

Este TFG me ha ayudado a tomar conciencia de lo que implicará mi futura incorporación al ámbito profesional. No se trata solo de proponer actividades, sino de saber adaptarse al alumnado, motivarlo, crear un buen clima de aula y favorecer aprendizajes que realmente tengan utilidad.

Además, este trabajo supone el cierre de una etapa muy importante como es la universidad, pero también el inicio de otra. Me permite dar el paso de la teoría a la práctica con una mayor seguridad, sintiéndome más preparado para afrontar los retos que conlleva la enseñanza.

Por último, considero que la programación desarrollada es una propuesta coherente, en la que se han integrado los distintos elementos del currículo y en la que el alumnado tiene un papel protagonista. El uso de un hilo conductor y de situaciones de aprendizaje ha contribuido a dar sentido al conjunto, haciendo que el aprendizaje sea más motivador y cercano.

## **12. Bibliografía y webgrafía**

Ausubel, D. P. (1968). *Educational psychology: A cognitive view*. Holt, Rinehart and Winston.

CAST. (2018). *Universal design for learning guidelines version 2.2*.  
<http://udlguidelines.cast.org>

Comunidad de Madrid. (2022). *Decreto 61/2022, de 13 de julio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Madrid*. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid.

Comunidad de Madrid. (2023). *Decreto 23/2023, de 22 de marzo, del Consejo de Gobierno, por el que se regula la atención educativa a las diferencias individuales del alumnado en la Comunidad de Madrid*. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid.

España. (2020). *Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de Educación (LOMLOE)*. Boletín Oficial del Estado.

España. (2022). *Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria*. Boletín Oficial del Estado.

Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (2013). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Asociación Cooperativa de Aprendizaje.

Naciones Unidas. (2015). *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*.

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices sobre actividad física y hábitos sedentarios*. OMS.

Piaget, J. (1970). *La psicología de la inteligencia*. Editorial desconocida.

Vargas Pérez, P., & Orozco Vargas, R. (2011). La importancia de la educación física en el currículo escolar. *InterSedes*, 4(7).

<https://archivo.revistas.ucr.ac.cr/index.php/intersedes/article/view/826>

## **13.Anexos**

### **13.1 Contextualización y justificación de la programación dentro de la SA**

La situación de aprendizaje elegida es la SA 15: Reactor final de energía, seleccionada como propuesta de desarrollo del anexo por su carácter integrador y por recoger los aprendizajes trabajados a lo largo del curso.

Está dirigida al alumnado de 6º de Educación Primaria del CEIP Luis Buñuel y se desarrolla durante el tercer trimestre, concretamente en las últimas seis sesiones del curso. Estas se distribuyen en dos semanas, con sesiones los lunes, miércoles y viernes, abarcando desde el 5 de junio hasta el 17 de junio. La planificación se ha ajustado al calendario escolar del centro, situando la última sesión antes del 19 de junio, ya que ese día suele destinarse a actividades de cierre de curso.

Las sesiones se realizarán en el pabellón del centro, lo que permite contar con un espacio estable y evita que las condiciones meteorológicas afecten al desarrollo de las actividades.

Siguiendo el hilo conductor de la programación, centrado en la construcción de una fuente de energía, esta situación se plantea como el reto final, en el que el alumnado debe superar diferentes desafíos motrices para “activar el reactor”. Para ello, se ponen en juego las capacidades físicas, las habilidades motrices, la toma de decisiones y el trabajo en equipo.

Desde el punto de vista pedagógico, se trata de una propuesta basada en un enfoque competencial, en la que el alumnado tiene un papel activo. A través de retos cooperativos, juegos modificados o dinámicas tipo scape room motriz, se busca que puedan aplicar lo aprendido de forma práctica, favoreciendo su autonomía y su implicación.

Además, esta situación permite realizar una evaluación global de los objetivos de la programación, observando aspectos como el control del esfuerzo, la toma de decisiones, la cooperación o el respeto a las normas en un contexto motivador.

### **13.2 Objetivos didácticos y su contribución a los objetivos de etapa y de programación**

Los objetivos didácticos de esta situación de aprendizaje se centran en aplicar de forma integrada los aprendizajes adquiridos a lo largo del curso, desarrollando la capacidad del alumnado para resolver situaciones motrices complejas, regular el esfuerzo, cooperar con los compañeros y tomar decisiones de manera autónoma. Asimismo, se busca consolidar actitudes de respeto, juego limpio y participación, favoreciendo la transferencia de los aprendizajes a contextos reales de práctica motriz.

En cuanto a los objetivos de etapa, esta situación de aprendizaje se relaciona especialmente con el desarrollo de la convivencia y el respeto (A), el trabajo en equipo y la creatividad (B), la resolución pacífica de conflictos (C), la adopción de hábitos de vida saludable (D), el desarrollo de la autonomía personal (F), la valoración del cuerpo y la actividad física (K), y la participación activa en la vida social (N).

Por otro lado, esta situación de aprendizaje contribuye al desarrollo de los objetivos de la programación didáctica, en concreto al desarrollo de las capacidades físicas (1), la resolución de situaciones motrices (2), el conocimiento y control del propio cuerpo (3), la adopción de hábitos saludables (4), la participación activa y el respeto (5), la comprensión de la actividad física (6), el uso del juego como herramienta de aprendizaje (7), la práctica de actividades deportivas (8) y el desarrollo de la autonomía (9).

### 13.3 Competencias clave y específicas y su relación con los objetivos y contenidos

Competencias clave	Competencias específicas	Objetivos de etapa	Objetivos de programación	Contenidos
STEM, CPSAA	1	A, B, C, D, F, K, N	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	B, C, D
CCL, CC	3			
STEM, CPSAA, CE	5			

Tabla 11 Relación Competencia, objetivos y contenidos

Esta situación de aprendizaje contribuye al desarrollo de diferentes competencias clave y específicas del área de Educación Física, en relación con los objetivos didácticos, los contenidos trabajados y el carácter integrador de la propuesta.

En cuanto a las competencias clave, destacan especialmente la competencia STEM y la CPSAA, ya que el alumnado debe resolver situaciones motrices, regular su esfuerzo y tomar decisiones durante la práctica. También se trabajan la CCL y la CC, a través de la interacción con los compañeros, el respeto de normas y la resolución de conflictos. Por último, se favorece la CE, al implicar al alumnado en la organización de tareas, la toma de decisiones y la participación activa en retos cooperativos.

Respecto a las competencias específicas del área de Educación Física, esta situación se relaciona con la competencia 1, vinculada a la resolución de situaciones motrices y la regulación del esfuerzo; la competencia 3, relacionada con la cooperación y la convivencia; y la competencia 5, centrada en la autonomía, los hábitos saludables y la toma de decisiones en la práctica física.

Esta relación también se conecta con los objetivos de etapa, especialmente aquellos relacionados con la convivencia, el trabajo en equipo, la resolución de conflictos, la autonomía personal, los hábitos saludables y la participación activa en la vida social (A, B, C, D, F, K, N). Del mismo modo, se vincula con los objetivos de la programación

didáctica, abarcando aspectos como el desarrollo de las capacidades físicas, la resolución de situaciones motrices, el conocimiento del propio cuerpo, la adopción de hábitos saludables y la participación activa (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9).

Por último, todo esto se refleja en los contenidos trabajados, especialmente en los bloques B, C y D, relacionados con la organización y gestión de la actividad física, la resolución de problemas en situaciones motrices y la interacción social. Esto permite mantener un enfoque global y coherente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

### **13.4 Contenidos y contenidos transversales**

Los contenidos trabajados en esta situación de aprendizaje se seleccionan en relación con el currículo vigente y se concretan teniendo en cuenta las características de la SA 15, en la que el alumnado debe integrar y aplicar de forma global lo aprendido a lo largo del curso.

Por un lado, se desarrollan contenidos del bloque B: Organización y gestión de la actividad física, centrados en la planificación y la autorregulación de proyectos motores. En esta situación, el alumnado se organiza en grupo, reparte tareas y toma decisiones para superar los distintos retos, especialmente en actividades como el escape room cooperativo o los circuitos por estaciones.

También se trabajan contenidos del bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices, donde el alumnado debe aplicar sus habilidades, tomar decisiones y adaptarse a diferentes situaciones de juego. Esto se concreta en la resolución de retos globales en los que intervienen capacidades físicas y coordinativas, así como en la elección de acciones según el entorno.

Además, tienen un papel importante los contenidos del bloque D: Autorregulación emocional e interacción social, relacionados con el trabajo en equipo, la cooperación

y el respeto. Durante esta situación, el alumnado colabora con sus compañeros, asume diferentes roles y gestiona sus emociones en contextos de reto.

Junto a estos contenidos, también se integran distintos contenidos transversales que contribuyen al desarrollo global del alumnado.

Por un lado, se trabaja la educación en valores a través del respeto, la cooperación y la aceptación de normas, especialmente en actividades grupales donde el resultado depende del trabajo conjunto.

También se desarrolla la educación lingüística, ya que el alumnado necesita comunicarse, explicar sus decisiones y reflexionar sobre lo que ocurre durante las actividades.

Por último, se incorpora la educación para la sostenibilidad, en relación con el hilo conductor de la programación, fomentando actitudes de respeto hacia el entorno y el uso responsable de los recursos.

### **13.5 Metodología y recursos**

Esta situación de aprendizaje se desarrolla a través de una metodología activa y participativa, en la que el alumnado tiene un papel protagonista en la resolución de los retos planteados.

En ella se combinan diferentes enfoques metodológicos, como el Aprendizaje Basado en Retos (ABR), el Aprendizaje Basado en Problemas (ABPro) y el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP). El ABR se refleja en los desafíos motrices que el alumnado debe ir superando a lo largo de las sesiones; el ABPro aparece cuando tienen que analizar situaciones y tomar decisiones durante las actividades; y el ABP se concreta en el objetivo final común, que es la activación del “reactor de energía”.

Estos enfoques no se trabajan de forma separada, sino que se van combinando a lo largo de la situación de aprendizaje. Al principio tienen más peso los retos, después la resolución de problemas y, en las últimas sesiones, el desarrollo del proyecto final, lo que permite una progresión coherente.

Todo esto se lleva a la práctica mediante actividades como el reto cooperativo “Transporte de energía”, en el que el grupo debe trasladar material sin que caiga; la dinámica “Códigos del reactor”, donde deben superar pruebas para obtener pistas; o el “Circuito final de activación”, en el que se integran distintos desafíos trabajados previamente.

El alumnado se organiza principalmente en pequeños grupos heterogéneos, lo que favorece la cooperación y la participación de todos. Dentro de cada grupo se asignan roles, como coordinador, encargado del material o portavoz, para facilitar la organización y fomentar la responsabilidad individual.

Las sesiones siguen una estructura clara dividida en tres partes: activación, parte principal y vuelta a la calma. En la activación se proponen juegos dinámicos relacionados con el reto del día; en la parte principal se desarrollan los desafíos motrices mediante circuitos, estaciones o dinámicas cooperativas; y en la vuelta a la calma se incluyen actividades de reflexión, como el diario “Recuperando la energía”.

En cuanto a los recursos, se distinguen dos tipos:

- Espacios: Las sesiones se realizan en el pabellón deportivo municipal utilizado por el centro, lo que garantiza un espacio amplio, cubierto y adecuado para la práctica, independientemente del clima.
- Materiales: Se emplea material variado y accesible que permite adaptar las tareas a diferentes niveles. Entre ellos se incluyen conos, balones, aros,

cuerdas, colchonetas, vallas, bancos, tarjetas de colores, hojas de planificación y listas de control.

### 13.6 Descripción de las actividades

Introducción de la situación de aprendizaje: “Durante todo este tiempo habéis estado trabajando para crear una fuente de energía cada vez más potente. Habéis superado retos, habéis aprendido a trabajar en equipo y a tomar decisiones.

Sin embargo, ahora nos enfrentamos al desafío más importante. El verdadero problema no es solo crear energía, sino conseguir que funcione de manera eficaz.

En Educación Física ocurre algo parecido: muchas veces las actividades no funcionan como deberían, y las clases pueden volverse repetitivas o poco motivadoras.

Por eso, vuestro reto final será diseñar el ‘reactor definitivo’, es decir, crear una sesión de Educación Física que sea dinámica, participativa y divertida para todos.

Para conseguirlo, durante estas sesiones deberéis analizar qué actividades funcionan mejor, tomar decisiones en grupo y diseñar vuestras propias propuestas. Al final, pondremos en práctica vuestras sesiones para comprobar cuál de ellas consigue activar el reactor de la mejor manera.”

Nº Sesión	1	Fecha	5 de junio
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar desplazamientos y acciones motrices variadas adaptándose a diferentes consignas de juego.</li> <li>- Cooperar con el grupo para transportar material sin que caiga durante la actividad.</li> <li>- Participar respetando las normas y manteniendo la implicación durante las tareas.</li> </ul>		
Recursos	Conos, balones, aros, colchonetas, cuerdas		
Organización del alumnado	Grupos heterogéneos de 4-5 alumnos		
Calentamiento			
10'	<p>El docente reúne al alumnado y presenta el proyecto final usando la descripción de la situación de aprendizaje. Después, lanza una pregunta rápida:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “¿Qué hace que una clase de Educación Física sea divertida?”</li> <li>• “¿Qué cosas os aburren?”</li> </ul>		

	Los alumnos responden de forma breve levantando la mano o en pequeños grupos.
<b>Parte principal</b>	
30´	<p>El docente indica al alumnado que, durante el desarrollo de las actividades, deberán fijarse en cuáles les resultan más divertidas, dinámicas o participativas, ya que posteriormente tendrán que analizarlas en grupo.</p> <p><b>Actividad 1: “Transporte de energía”</b> Cada grupo se colocará en una zona de salida delimitada con conos en un extremo del pabellón. En el lado opuesto se situará la zona de llegada. Entre ambas habrá una distancia aproximada de 10-12 metros. En la línea de salida, el docente colocará distintos “materiales de energía” que deberán transportar, como balones, aros, conos o una colchoneta. El objetivo de cada grupo será trasladar todos los materiales hasta la zona final sin utilizar las manos de forma directa. Para ello, deberán organizarse previamente y decidir cómo transportar cada objeto, pudiendo utilizar diferentes partes del cuerpo o apoyarse en el material disponible del pabellón para superar el reto. Por ejemplo, podrán llevar un balón sujeto entre dos compañeros con la espalda, desplazar un aro entre varios alumnos sin agarrarlo con las manos o transportar una colchoneta coordinándose como equipo. Cada grupo saldrá cuando el docente lo indique y deberá completar el traslado de todos los materiales respetando la norma principal. Si algún objeto cae al suelo o se incumple la consigna, deberán detenerse, recolocarse y continuar desde ese punto. Una vez finalizado el recorrido, volverán a la zona de salida para recoger el siguiente material hasta completar el reto.</p> <p><b>Actividad 2: “Circuito energético”</b> A continuación, se organizará un circuito por estaciones en diferentes rincones del pabellón. Cada grupo comenzará en un rincón distinto y, tras el tiempo marcado por el docente, rotará al siguiente hasta completar todas las pruebas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Desplazamientos coordinados</b> En este rincón se colocará un recorrido marcado con conos o setas. Los miembros del grupo se colocarán uno al lado del otro y se unirán mediante cuerdas en las manos, de forma que deban desplazarse coordinadamente y sin separarse. El objetivo será completar el recorrido lo más rápido posible sin salirse del trazado y manteniendo siempre la unión del grupo. Si algún alumno se adelanta demasiado, se separa del resto o pisa fuera del recorrido, deberán reajustarse y continuar juntos.</li> <li>• <b>Saltos en aros</b> En esta estación, el grupo dispondrá de 12 aros colocados inicialmente en una zona de salida. Los alumnos deberán avanzar en equipo desde un punto inicial hasta otro final utilizando únicamente los aros como apoyos, sin tocar el suelo fuera de ellos. Para ello, tendrán que ir saltando de aro en aro y, a medida que avancen, recolocar los aros que quedan atrás para seguir progresando. El reto exige coordinación grupal, ya que deberán decidir quién mueve los aros, en qué orden avanzan y cómo mantener el equilibrio sin salir de la superficie marcada.</li> <li>• <b>Equilibrio en banco</b> En este rincón se colocarán uno o varios bancos suecos formando un recorrido lineal. Los alumnos deberán cruzar desde un extremo hasta el otro sin tocar el suelo. En una primera ronda podrán hacerlo de forma libre, manteniendo el equilibrio. Después, el docente añadirá variantes para aumentar la dificultad: realizar el recorrido a la pata coja y, posteriormente,</li> </ul>

	<p>completarlo por parejas. En este último caso, deberán coordinarse con el compañero para avanzar sin perder la estabilidad y sin bajar del banco antes de llegar al final.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lanzamiento a objetos</b> En esta estación se distribuirán varios conos por una zona delimitada del pabellón. Desde una línea de lanzamiento marcada previamente, los alumnos deberán derribar todos los conos utilizando una pelota. Cada miembro del grupo irá lanzando por turnos, tratando de ajustar la fuerza y la dirección del lanzamiento. El objetivo será derribar el mayor número posible de conos en el menor tiempo, colaborando entre ellos para recoger rápidamente la pelota y organizar el siguiente intento. <p>Una vez transcurrido el tiempo establecido en cada rincón, el docente dará la señal para cambiar de estación, de modo que todos los grupos pasen por todas las pruebas del circuito.</p> </li></ul>
<b>Vuelta a la calma</b>	
10'	El docente realizará un par de preguntas que deberán debatir en grupos: ¿Os ha gustado? ¿Ha sido divertida? ¿Por qué? ¿Qué actividad os ha gustado más? ¿Cuál repetirías?

<b>Nº Sesión</b>	2	<b>Fecha</b>	7 de junio
<b>Objetivos</b>	<p>-Tomar decisiones adecuadas en situaciones motrices adaptándose a las normas del juego.</p> <p>-Cooperar con el grupo para resolver retos motrices con diferentes consignas.</p> <p>-Regular el esfuerzo durante la actividad manteniendo la participación.</p> <p>-Analizar qué características hacen que una actividad sea más eficaz y motivadora para el grupo.</p>		
<b>Recursos</b>	Conos, balones, aros, cuerdas, colchonetas, vallas, tarjetas de colores.		
<b>Organización del alumnado</b>	Grupos heterogéneos de 4-5 alumnos		
<b>Calentamiento</b>			
10'	<p>Juego: "Señales energéticas"</p> <p>Los alumnos se desplazan libremente. El docente muestra tarjetas de colores:</p> <p>Tarjeta roja: se paran haciendo equilibrio</p> <p>Tarjeta verde: Hacer un sprint en la dirección que ellos deseen</p> <p>Tarjeta amarilla: Desplazamiento lateral</p> <p>Tarjeta azul: Hacer caballito o silla de la reina con alguien.</p> <p>Se irán añadiendo variantes como ir en parejas o realizar las acciones con un objeto en la mano.</p> <p>El docente pregunta brevemente: "¿Qué señales han sido más fáciles de seguir? ¿Por qué?"</p>		
<b>Parte principal</b>			
30'	<p>Actividad 1: "Decisión energética"</p> <p>Antes de comenzar, el docente explica al alumnado que no solo deben completar el recorrido, sino también observar y analizar qué camino resulta más eficaz y por qué, ya que esa información les servirá más adelante para diseñar su propia propuesta de sesión.</p> <p>A continuación, el docente plantea el reto general: "Debéis cruzar hasta el otro lado del pabellón lo más rápido posible". Para ello, cada grupo se colocará en una línea de salida marcada con conos. Frente a ellos, y</p>		

distribuidos de forma paralela en el espacio, se organizarán tres recorridos diferentes que conducirán hasta una misma línea de llegada situada al otro extremo del pabellón.

En el primer camino, se colocarán varias vallas separadas de forma regular. Los alumnos deberán avanzar superándolas una a una mediante saltos, manteniendo el ritmo y evitando derribarlas. El grupo deberá decidir si pasan uno detrás de otro o si adaptan la distancia entre compañeros para no entorpecerse durante el recorrido.

En el segundo camino, se delimitará una calle recta con conos o líneas en el suelo. Los alumnos deberán avanzar reptando hasta el final del trayecto, manteniendo el cuerpo cerca del suelo durante todo el recorrido. El reto exigirá regular el esfuerzo y coordinar el avance para completar el trayecto lo más rápido posible.

En el tercer camino, se colocará una cuerda extendida en el suelo desde la salida hasta la llegada. Los alumnos deberán recorrer ese trayecto con los ojos cerrados, avanzando de forma controlada mientras siguen la cuerda como referencia táctil. Dependiendo de cómo se organice el grupo, podrán hacerlo de uno en uno o con ayuda verbal de los compañeros que esperan su turno, siempre respetando las consignas marcadas por el docente.

Cada grupo realizará un primer intento eligiendo libremente el recorrido que considere más eficaz. Una vez finalizado, dispondrá de un breve momento para comentar qué dificultades ha encontrado y decidir si repetiría el mismo camino o si probaría otro distinto para mejorar su tiempo. En el segundo intento, podrán modificar su elección y comprobar si realmente existe un recorrido más adecuado o si la eficacia depende de cómo se organiza el grupo para afrontarlo.

#### Actividad 2: "El dilema del reactor"

El docente explica al alumnado que los retos que van a realizar representan diferentes tipos de actividades que podrían formar parte de una clase de Educación Física. Por ello, no solo deberán resolverlos, sino también observar cuáles funcionan mejor, cuáles requieren más cooperación y cuáles resultan más participativos.

Cada grupo permanecerá en una zona delimitada del pabellón. El docente entregará a cada uno una tarjeta o consigna con un dilema diferente. Una vez recibida, el grupo dispondrá de un breve tiempo para leerla, comentar posibles soluciones y decidir cómo afrontar el reto antes de comenzar.

Las situaciones planteadas podrán ser las siguientes:

- "Tenéis 2 balones y sois 5. Tenéis que cruzar al otro lado sin que ningún balón toque el suelo."  
El grupo se situará detrás de una línea de salida y deberá avanzar hasta una línea de llegada manteniendo siempre ambos balones en el aire o sujetos entre los compañeros, sin que caigan al suelo en ningún momento. Tendrán que organizarse para decidir quién transporta cada balón y cómo mantener el control mientras se desplazan.
- "Debéis transportar un objeto de un punto a otro sin utilizar las manos en ningún momento."  
El docente colocará un objeto en la zona inicial y el grupo deberá llevarlo hasta la meta utilizando otras partes del cuerpo o estrategias cooperativas, pero sin agarrarlo con las manos. Antes de empezar, deberán acordar cómo colocarse y qué forma de transporte van a emplear.
- "Hay una zona en el centro que no se puede pisar. Debéis cruzarla todos con el material."  
Entre la salida y la llegada se delimitará una franja central que estará prohibida. El grupo deberá trasladarse al otro lado

	<p>llevando consigo el material asignado, buscando una estrategia que les permita avanzar sin entrar en esa zona.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Debéis resolver el reto sin hablar entre vosotros.” El grupo tendrá que superar un pequeño recorrido o transportar material cumpliendo la norma de no hablar. Deberán comunicarse mediante gestos, miradas o señales previamente acordadas, lo que les obligará a organizarse de otra manera.</li> <li>• “Tenéis que desplazáros todos unidos, de la mano o con cuerda, sin soltaros en ningún momento.” El grupo partirá desde una línea de salida y deberá completar un trayecto marcado manteniéndose unido durante todo el recorrido. Si alguien se suelta, deberán detenerse, reorganizarse y continuar.</li> <li>• “Solo tenéis 2 aros para todo el grupo. Debéis avanzar sin tocar el suelo fuera de ellos.” Desde una zona inicial, el grupo deberá desplazarse hasta la meta utilizando únicamente dos aros como superficie segura. Para ello, tendrán que recolocar los aros continuamente y coordinar bien el orden de avance.</li> </ul> <p>Una vez resuelto el dilema, cada grupo explicará brevemente al resto qué estrategia ha utilizado, cómo se ha organizado y por qué considera que esa era la mejor opción para cumplir la consigna. De este modo, además de completar el reto, el alumnado reflexionará sobre la eficacia, la cooperación y la utilidad de la actividad dentro de una futura sesión diseñada por ellos mismos.</p>
<b>Vuelta a la calma</b>	
10´	<p>Los alumnos se desplazan lentamente siguiendo consignas suaves (caminar, girar, estirar brazos). Después realizan estiramientos guiados. Para terminar, Cada grupo comenta una actividad que incluiría en su sesión final y una que descartaría, justificando su decisión.</p>

<b>Nº Sesión</b>	3	<b>Fecha</b>	9 de junio
<b>Objetivos</b>	<p>-Coordinar acciones motrices con el grupo adaptándose a diferentes consignas. -Cooperar para superar retos que requieren sincronización y organización grupal -Tomar decisiones en grupo para mejorar la ejecución de las tareas - Analizar y modificar actividades para hacerlas más participativas y eficaces.</p>		
<b>Recursos</b>	Conos, balones, cuerdas, aros, colchonetas, vallas		
<b>Organización del alumnado</b>	Grupos heterogéneos de 4-5 alumnos		
<b>Calentamiento</b>			
10´	<p>En grupos, los alumnos deben desplazarse de un punto a otro cumpliendo consignas: -Todos en contacto -Todos siguiendo el mismo ritmo -Realizando acciones simultaneas Se pueden introducir objetos para complicar más la tarea, o cambiar el tipo de desplazamiento una vez que los alumnos se habitúen a las acciones.</p>		
<b>Parte principal</b>			

30'	<p><b>Actividad 1: "Repetimos y mejoramos"</b></p> <p>El docente reúne al alumnado en el centro del pabellón y les indica que van a volver a realizar algunas de las actividades que llevaron a cabo en sesiones anteriores, pero con el objetivo de analizar cómo se pueden mejorar para que sean más dinámicas, participativas y divertidas. Cada grupo se colocará en una zona delimitada del pabellón. A continuación, deberán elegir una de las actividades principales realizadas en sesiones anteriores (por ejemplo, transporte de energía, circuito por estaciones o alguno de los retos del dilema del reactor). Una vez seleccionada, dispondrán de un breve tiempo para recordar en qué consistía y cómo la llevaron a cabo.</p> <p>El docente indicará entonces que esa actividad va a ser modificada mediante la introducción de nuevas normas o condiciones que cambiarán su desarrollo. Estas normas se irán proponiendo de forma progresiva y podrán ser, entre otras:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aumentar o reducir la velocidad de ejecución (realizarlo lo más rápido posible o de forma muy lenta y controlada).</li> <li>• Exigir una coordinación perfecta entre los miembros del grupo (todos deben moverse al mismo ritmo o realizar la acción de forma simultánea).</li> <li>• Introducir un límite de tiempo para completar el reto.</li> <li>• Añadir dificultad, como transportar a un compañero o incluir más material.</li> </ul> <p>Cada grupo deberá adaptarse a la nueva consigna y realizar de nuevo la actividad modificada, reorganizándose si es necesario. Tras cada intento, el docente podrá detener brevemente la actividad para que los alumnos comenten dentro de su grupo qué ha cambiado, si la actividad ha mejorado o empeorado y qué dificultades han encontrado con la nueva norma.</p> <p><b>Actividad 2: "Modificamos el reto"</b></p> <p>El docente explica al alumnado que, en esta ocasión, serán ellos los encargados de modificar una actividad para mejorarla, teniendo en cuenta aspectos como la participación, la diversión y el dinamismo. Cada grupo se situará en una zona del pabellón y recibirá uno de los retos trabajados en la sesión anterior en la actividad de "El dilema del reactor". Una vez asignado, dispondrán de unos minutos para analizar cómo era el reto original y debatir en grupo qué cambios podrían introducir para mejorarlo.</p> <p>El objetivo será transformar el reto inicial, pudiendo modificar elementos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las normas (añadir o eliminar reglas).</li> <li>• El material utilizado.</li> <li>• La organización del grupo.</li> <li>• La forma de desplazamiento o ejecución.</li> </ul> <p>Una vez acordada la modificación, el grupo pondrá en práctica su nueva versión del reto en su espacio asignado. El docente supervisará el proceso, ayudando a orientar las propuestas y asegurando que todos los miembros del grupo participan en la toma de decisiones.</p> <p>Tras la realización, cada grupo explicará brevemente al resto qué cambios ha introducido respecto al reto original, cómo se han organizado y por qué consideran que su propuesta es más divertida, participativa o dinámica.</p>
<b>Vuelta a la calma</b>	
10'	<p>Se hará una reflexión mientras estiran en la que los alumnos deberán responder a las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué actividad ha funcionado mejor?</p> <p>¿Ha sido más divertido con normas o sin normas?</p> <p>¿Cuál de ellas la incluiríais en vuestra sesión final?</p>

<b>Nº Sesión</b>	4	<b>Fecha</b>	12 de junio
<b>Objetivos</b>	-Coordinar acciones motrices en grupo. -Cooperar para diseñar una sesión de Educación Física adaptada al grupo.		
<b>Recursos</b>	Conos, balones, aros, cuerdas, colchonetas, vallas, hojas de planificación		
<b>Organización del alumnado</b>	Grupos heterogéneos de 4-5 alumnos		
<b>Calentamiento</b>			
20'	Juego: "Elige y organiza" Cada grupo elige rápidamente un pequeño juego o reto trabajado en sesiones anteriores. Tienes que organizarlo, explicarlo y hacerlo en 4 minutos. No es negativo si no llegan a realizar el ejercicio o no tienen tiempo, el objetivo es ser capaces de coordinarse, organizar y decidir en un corto periodo de tiempo junto con su grupo.		
<b>Parte principal</b>			
30	<p>En la parte principal de la sesión, el docente explicará al alumnado que ha llegado el momento de aplicar todo lo trabajado anteriormente, siendo ellos los encargados de diseñar su propia propuesta de actividad física. Cada grupo se situará en una zona delimitada del pabellón, manteniendo la misma organización de grupos de 4-5 alumnos utilizada en sesiones anteriores. A cada grupo se le indicará que deberá diseñar una mini sesión de Educación Física, que posteriormente será puesta en práctica en las siguientes clases.</p> <p>Para ello, deberán elaborar una propuesta que incluya obligatoriamente los siguientes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Una actividad principal claramente definida.</li> <li>• Normas claras que regulen el desarrollo de la actividad.</li> <li>• Organización del espacio, indicando dónde se colocan los alumnos y cómo se desarrolla la actividad.</li> <li>• Un objetivo de la actividad, relacionado con la participación, la cooperación o el dinamismo.</li> </ul> <p>Durante el proceso de creación, el alumnado dispondrá de un tiempo prolongado para debatir, proponer ideas y organizar su actividad. Podrán apoyarse en las experiencias de las sesiones anteriores, seleccionando aquellas actividades o elementos que consideren más eficaces y adaptándolos a su propuesta.</p> <p>El docente tendrá un papel de guía, desplazándose por los diferentes grupos para orientar el proceso mediante preguntas, sin proporcionar soluciones directas. Algunas de las cuestiones que planteará serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Participan todos los miembros del grupo?</li> <li>• ¿La actividad es dinámica o hay tiempos de espera?</li> <li>• ¿Resulta divertida para todos?</li> <li>• ¿Es segura tal y como está planteada?</li> <li>• ¿Se entiende claramente cómo se juega?</li> </ul> <p>Además, el docente comprobará que cada grupo define correctamente los elementos solicitados y que la actividad es viable para ser llevada a la práctica en una sesión real.</p> <p>Al finalizar el tiempo, cada grupo deberá tener diseñada su propuesta, que será utilizada en las siguientes sesiones para su puesta en práctica y evaluación.</p>		

<b>Nº Sesión</b>	5	<b>Fecha</b>	14 de junio
<b>Objetivos</b>	-Coordinar acciones motrices participando en actividades dirigidas por los compañeros.		

	<p>-Cooperar y respetar las normas en propuestas diseñadas por otros grupos.</p> <p>-Comunicar y explicar de forma clara una actividad motriz al resto del grupo.</p> <p>-Valorar la eficacia y participación de las actividades realizadas.</p>
<b>Recursos</b>	Material seleccionado por cada grupo
<b>Organización del alumnado</b>	Grupos heterogéneos de 4-5 alumnos
<b>Parte principal</b>	
	<p>En esta sesión se llevará a cabo la puesta en práctica de las propuestas diseñadas por el alumnado. El docente seleccionará previamente a 3 grupos, que serán los encargados de desarrollar su mini sesión durante esta clase.</p> <p>El resto del alumnado se organizará como grupo participante, adoptando el rol de alumnos que reciben la sesión, mientras que el docente supervisará el desarrollo de las actividades y recogerá información para la evaluación.</p> <p>Cada grupo dispondrá de aproximadamente 15 minutos, que deberá organizar de manera autónoma. Durante ese tiempo, serán responsables de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la actividad al resto de la clase.</li> <li>• Organizar el espacio y los materiales necesarios.</li> <li>• Dirigir el desarrollo de la actividad.</li> <li>• Asegurar que se cumplen las normas establecidas.</li> </ul> <p>Antes de comenzar cada exposición, el grupo encargado dispondrá de un breve momento para preparar el material y colocar a sus compañeros en el espacio correspondiente. Una vez iniciada la actividad, deberán gestionar el tiempo de forma adecuada para poder desarrollar su propuesta completa.</p> <p>Mientras un grupo dirige la sesión, el resto del alumnado participará activamente en la actividad, siguiendo las indicaciones de sus compañeros y respetando las normas propuestas.</p> <p>Al finalizar cada intervención, se dedicará un breve espacio de tiempo (aproximadamente 3–5 minutos) para la evaluación. Para ello, el docente entregará a cada grupo participante una lista de control, que utilizarán para realizar la coevaluación del grupo que ha dirigido la actividad. Al mismo tiempo, el grupo que ha expuesto realizará su propia autoevaluación, reflexionando sobre el desarrollo de su propuesta.</p> <p>El docente, por su parte, observará el desarrollo de cada sesión y registrará información mediante una rúbrica, teniendo en cuenta aspectos como la organización, la claridad de las explicaciones, la participación del grupo y la adecuación de la actividad.</p>

<b>Nº Sesión</b>	6	<b>Fecha</b>	16 de junio
<b>Objetivos</b>	<p>-Coordinar acciones motrices participando en actividades dirigidas por los compañeros.</p> <p>-Cooperar y respetar las normas en propuestas diseñadas por otros grupos.</p> <p>-Comunicar y explicar de forma clara una actividad motriz al resto del grupo.</p> <p>-Valorar la eficacia y participación de las actividades realizadas.</p>		
<b>Recursos</b>	Material seleccionado por cada grupo		
<b>Organización del alumnado</b>	Grupos heterogéneos de 4-5 alumnos		
<b>Parte principal</b>			

	<p>En esta sesión se llevará a cabo la puesta en práctica de las propuestas diseñadas por los grupos restantes, siguiendo la misma dinámica establecida en la sesión anterior.</p> <p>El alumnado se organizará de la misma manera, manteniendo los roles: los grupos que exponen actuarán como responsables de la sesión, mientras que el resto participará como alumnado que recibe la actividad. Se ha de tener en cuenta que, en esta sesión, se reduce ligeramente el tiempo de intervención de cada grupo, ya que el alumnado ya conoce el funcionamiento de la dinámica y ha dispuesto de más tiempo de preparación respecto a la sesión anterior. Por tanto, cada grupo dispondrá de entre 10 y 12 minutos para:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar su actividad al resto de la clase.</li> <li>• Organizar el espacio y el material necesario.</li> <li>• Dirigir el desarrollo de la actividad.</li> </ul> <p>Antes de comenzar cada intervención, el grupo encargado dispondrá de un breve tiempo para preparar el material y situar a sus compañeros en el espacio correspondiente. Durante la actividad, deberán gestionar el tiempo de forma eficiente, asegurando que la propuesta se desarrolla de manera completa y organizada.</p> <p>Al igual que en la sesión anterior, tras cada exposición se dedicará un breve periodo (2–3 minutos) a la evaluación. El docente entregará las listas de control a los grupos participantes para realizar la coevaluación, mientras que el grupo que ha dirigido la sesión completará su propia autoevaluación, reflexionando sobre su actuación.</p> <p>El docente, por su parte, continuará recogiendo información mediante una rúbrica de evaluación, valorando aspectos como la claridad de las explicaciones, la organización del grupo, la participación del alumnado y la adecuación de la actividad propuesta.</p>
<b>Vuelta a la calma</b>	
	<p>Tras la finalización de todas las exposiciones, se realiza una reflexión final conjunta, con una duración aproximada de 10 minutos, en la que el docente guía al alumnado mediante preguntas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué actividad ha sido la más divertida? ¿Por qué?</li> <li>- ¿Cuál ha conseguido que participara todo el grupo?</li> <li>- ¿Qué características tenían las mejores actividades?</li> <li>- ¿Qué cambiaríais si tuvierais que repetir vuestra propuesta?</li> </ul> <p>Cada grupo comparte brevemente sus conclusiones, fomentando el intercambio de ideas y la reflexión colectiva.</p> <p>A continuación, se puede realizar una votación final para identificar aquellas propuestas que mejor han funcionado, reforzando así el análisis del alumnado sobre qué elementos hacen que una clase de Educación Física sea más dinámica y motivadora.</p> <p>Finalmente, el docente retoma el hilo conductor de la situación de aprendizaje, indicando que, gracias al trabajo realizado por el alumnado, se ha conseguido “activar el reactor”, entendido como la creación de propuestas eficaces para mejorar la participación y el interés en las clases de Educación Física.</p> <p>Como elemento simbólico de cierre de la situación de aprendizaje se les entregará una insignia.</p>

### 13.7 Evaluación

La evaluación de la presente situación de aprendizaje se organiza en tres partes diferenciadas, en coherencia con el enfoque competencial y con las actividades desarrolladas a lo largo de las sesiones.

En primer lugar, el mayor peso de la calificación recae en la evaluación del docente (heteroevaluación), que se lleva a cabo mediante la observación directa y el uso de una rúbrica. A través de este instrumento, el docente valora aspectos como la participación del alumnado, la cooperación, la capacidad de organización y la adecuación de las actividades diseñadas por cada grupo durante la fase de presentación del proyecto.

Por otro lado, se incorpora la autoevaluación del alumnado, realizada mediante una lista de control, en la que cada grupo reflexiona sobre su propio desempeño durante el diseño y desarrollo de su sesión. Este instrumento permite al alumnado identificar sus aciertos y aspectos de mejora, favoreciendo la toma de conciencia sobre su propio aprendizaje.

Asimismo, se incluye la coevaluación, también a través de una lista de control, en la que el alumnado valora las propuestas de sus compañeros durante las sesiones de exposición. De este modo, se fomenta el pensamiento crítico, la capacidad de análisis y el respeto hacia el trabajo de los demás.


En cuanto a la ponderación de la evaluación, se establece la siguiente distribución:

Heteroevaluación (docente): 50%, Autoevaluación: 20%, Coevaluación: 30%

A continuación, se muestran las herramientas empleadas:


Criterio	Excelente	Adecuado	Básico	Insuficiente
----------	-----------	----------	--------	--------------

Explicación de la actividad	Explica con claridad, orden y seguridad; todos entienden la actividad	Explica de forma clara aunque con pequeñas dudas	Explicación poco clara o incompleta	No se entiende la actividad
Organización del grupo	Organiza perfectamente al grupo, sin tiempos muertos	Buena organización con pequeños ajustes	Organización irregular	Desorganización total
Participación del alumnado	Participan todos activamente	Participa la mayoría	Participación irregular	Participan pocos
Adecuación de la actividad	Actividad muy dinámica, motivadora y bien adaptada	Actividad adecuada y funcional	Actividad poco dinámica	Actividad poco adecuada o aburrida
Cooperación y trabajo en equipo	Excelente coordinación y cooperación	Buena cooperación	Cooperación limitada	Falta de cooperación



### Coevaluación

Explican claramente la actividad	✓	✗
Se entienden las normas	✓	✗
Participan todos los compañeros	✓	✗
La actividad es dinámica	✓	✗
Está bien organizada	✓	✗
Es divertida	✓	✗



### Autoevaluación

Hemos explicado bien la actividad	✓	✗
Hemos organizado correctamente al grupo	✓	✗
Han participado todos los compañeros	✓	✗
Nuestra actividad ha funcionado bien	✓	✗
Hemos cooperado como grupo	✓	✗
Nos hemos divertido	✓	✗

### 13.8 Atención a las diferencias individuales del alumnado

Esta situación de aprendizaje se plantea desde un enfoque inclusivo, teniendo en cuenta la diversidad del alumnado y buscando que todos puedan participar de forma activa. Para ello, se consideran las diferencias en el nivel motriz, el ritmo de aprendizaje, la motivación y las características individuales del grupo.

Siguiendo los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), se ofrecen distintas formas de participación, comprensión y ejecución, de manera que el alumnado pueda acceder a las actividades desde diferentes niveles.

Durante las sesiones, se aplican estrategias como la formación de grupos heterogéneos, que favorecen la ayuda entre iguales, y la adaptación de las tareas mediante cambios en las normas, el material o el espacio. También se proponen diferentes niveles de dificultad de una misma actividad, junto con explicaciones claras, demostraciones prácticas y el uso de apoyos visuales. A todo esto se añade el refuerzo positivo y la retroalimentación constante por parte del docente.

De forma más concreta, se permite ajustar la dificultad de los retos motrices y adaptar las actividades para que todos los miembros del grupo puedan participar. Además, se fomenta la inclusión desde el propio diseño de las tareas, asignando distintos roles en el grupo, como la explicación, la organización o la demostración, lo que facilita que cada alumno participe según sus posibilidades.

En caso de no poder completar las sesiones por causas justificadas, se propone el uso del “diario de recuperación del reactor”, en el que el alumnado reflexiona sobre las actividades realizadas y su proceso de aprendizaje.

### **13.9 Conclusión**

Esta situación de aprendizaje se ha diseñado para dar sentido a todo el proceso desarrollado a lo largo de la programación, haciendo que el alumnado pueda aplicar de forma práctica lo aprendido. A través de las sesiones se ha trabajado el desarrollo de habilidades motrices, y también aspectos como la cooperación, la toma de decisiones y la participación en el grupo.

Las actividades se han planteado de forma progresiva, comenzando por la experimentación y el análisis de distintas tareas, para avanzar después hacia su mejora y, finalmente, hacia la creación de propuestas propias. De esta manera, el alumnado no solo practica actividad física, sino que también entiende qué hace que una actividad funcione, sea motivadora y permita participar a todos.

A nivel personal, el diseño de esta situación de aprendizaje ha supuesto un cambio en mi forma de entender la Educación Física. Me ha permitido ir más allá de la simple ejecución de actividades, reflexionando sobre cómo plantearlas, cómo adaptarlas al alumnado y cómo darles un sentido en el aula. Además, me ha acercado a lo que será mi futura práctica docente, obligándome a tomar decisiones reales sobre organización, metodología y evaluación.

El uso de un hilo conductor común ha ayudado a dar coherencia a toda la programación, aumentando la motivación del alumnado y aportando un sentido global a las actividades. En este caso, la “activación del reactor” ha servido como elemento motivador, pero también como una forma de representar la mejora de las clases de Educación Física hacia propuestas más dinámicas y participativas.

En definitiva, esta situación de aprendizaje no solo ha contribuido al desarrollo de los contenidos del área, sino que también ha permitido trabajar la autonomía, la reflexión y el trabajo en equipo, favoreciendo que el alumnado tenga un papel más activo en su aprendizaje. Al mismo tiempo, me ha permitido acercarme a la realidad del aula y a lo que supone ser docente.

## 13.10 Recursos elaborados

**Coevaluación**

Explican claramente la actividad	✓	✗
Se entienden las normas	✓	✗
Participan todos los compañeros	✓	✗
La actividad es dinámica	✓	✗
Está bien organizada	✓	✗
Es divertida	✓	✗





**Autoevaluación**

Hemos explicado bien la actividad	✓	✗
Hemos organizado correctamente al grupo	✓	✗
Han participado todos los compañeros	✓	✗
Nuestra actividad ha funcionado bien	✓	✗
Hemos cooperado como grupo	✓	✗
Nos hemos divertido	✓	✗

Criterio	Excelente	Adecuado	Básico	Insuficiente
Explicación de la actividad	Explica con claridad, orden y seguridad; todos entienden la actividad	Explica de forma clara aunque con pequeñas dudas	Explicación poco clara o incompleta	No se entiende la actividad
Organización del grupo	Organiza perfectamente al grupo, sin tiempos muertos	Buena organización con pequeños ajustes	Organización irregular	Desorganización total
Participación del alumnado	Participan todos activamente	Participa la mayoría	Participación irregular	Participan pocos
Adecuación de la actividad	Actividad muy dinámica, motivadora y bien adaptada	Actividad adecuada y funcional	Actividad poco dinámica	Actividad poco adecuada o aburrida
Cooperación y trabajo en equipo	Excelente coordinación y cooperación	Buena cooperación	Cooperación limitada	Falta de cooperación