



TRABAJO DE FIN DE GRADO

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

Programación Didáctica dirigida a 4º de Educación Primaria

Misión Olímpica

Carla Martín Martínez

Director: Adrián García Barrado

Curso: 2025-2026

Fecha: 15 de abril de 2026

Índice

1. Introducción.....	6
2. Fundamentación teórico-normativa de la programación.....	8
3. Contextualización.	9
4. Objetivos.	11
4.1 Objetivos de etapa	11
4.2 Objetivos de la programación.....	12
5. Competencias	13
5.1 Competencias clave.....	13
5.2 Competencias específicas.	16
6. Contenidos.....	17
6.1 Temporalización.....	18
6.2 Unidades de programación didáctica.....	20
6.3 Contenidos transversales.....	35

7. Metodologías.....	35
7.1 Trabajo por Proyectos.....	38
7.2 Actividades complementarias y extraescolares.....	40
7.3 Recursos.....	42
7.3.1. Recursos personales.....	42
7.3.2. Recursos ambientales y materiales.....	43
7.3.3. Recursos digitales y tecnológicos.....	44
8. Evaluación.....	45
8.1 ¿Qué se evalúa?.....	45
8.2 ¿Cómo se evalúa?.....	49
8.3 ¿Quién lo evalúa?.....	52
8.4 ¿Cuándo se evalúa?.....	53
8.5 Criterios de calificación.....	54
8.6 Evaluación de la práctica docente.....	56
6. Atención a las diferencias individuales del alumnado.....	58
6.1 Concreción del DUA en las situaciones de diversidad.....	58
6.2 Actividades de refuerzo y ampliación.....	59

10. Contribución de la programación al desarrollo de otros planes	60
10.1 Plan de fomento de la lectura y mejora de la expresión oral y escrita.....	60
10.2 Plan de convivencia y resolución de conflictos.....	60
10.3 Plan de digitalización y competencia digital	61
10.3 Plan de vida saludable y sostenibilidad.....	61
11. Conclusiones.....	62
12. Bibliografía.	63
13. Anexos.....	64
13.1 Contextualización y justificación de la UPD	64
13.2 Atención a la diversidad y aplicación del Diseño Universal para el Aprendizaje.....	64
13.3 Objetivos didácticos y su contribución a los objetivos de etapa y de la UPD.	66
13.4 Competencias clave y específicas y su relación con los objetivos y contenidos.	67
13.5 Criterios de evaluación y descriptores operativos	68
13.6 Metodología y recursos.	69
13.7 Actividades de enseñanza-aprendizaje.	72
13.8 Evaluación.....	76

13.6 Conclusión	82
-----------------------	----

1. Introducción.

La programación didáctica que se presenta a continuación ha sido elaborada para dar respuesta a las necesidades educativas del alumnado del segundo ciclo de Educación Primaria (3º y 4º curso) en el área de Educación Física, y se contextualiza en el centro educativo Gredos San Diego de Moratalaz. Esta propuesta tiene en cuenta las características propias del alumnado de estas edades, así como los retos educativos actuales, entre los que destacan la promoción de hábitos de vida saludables, el desarrollo integral de la persona y la importancia de la educación en valores dentro del contexto escolar.

Desde un enfoque competencial, esta programación se alinea con lo establecido en la normativa vigente, especialmente con el Real Decreto 157/2022, que regula las enseñanzas mínimas de Educación Primaria, así como con el currículo de la Comunidad de Madrid. En este sentido, se plantea una intervención educativa centrada en el desarrollo de las competencias clave, favoreciendo aprendizajes significativos, funcionales y transferibles a la vida cotidiana del alumnado.

La propuesta se organiza en 15 unidades didácticas, distribuidas a lo largo del curso escolar, que permiten una progresión coherente en el desarrollo de las competencias específicas del área de Educación Física. A través de estas unidades, se trabajan contenidos relacionados con las capacidades físicas, las habilidades motrices, la expresión corporal, los juegos y deportes, así como la adquisición de hábitos saludables y la educación en valores como el respeto, la cooperación, la inclusión y el juego limpio.

Como elemento vertebrador de la programación, se ha diseñado un hilo conductor basado en los Juegos Olímpicos. A lo largo del curso, el alumnado participará en una experiencia global en la que se organizará en equipos que representarán diferentes países, favoreciendo así el sentimiento de pertenencia, la motivación y la implicación activa en el proceso de aprendizaje. Cada unidad didáctica supondrá un nuevo reto o desafío que permitirá a los “países” avanzar en su preparación para la celebración final de unas Olimpiadas adaptadas al contexto escolar.

Este enfoque metodológico no solo contribuye al desarrollo de las habilidades motrices, sino que también potencia aspectos clave como el trabajo en equipo, la toma de decisiones, la resolución de problemas y la educación en valores vinculados al olimpismo, como el respeto, la superación personal y la convivencia. Además, se promueve una visión inclusiva de la actividad física, en la que todo el alumnado pueda participar de manera activa, independientemente de sus capacidades.

En definitiva, esta programación didáctica pretende ofrecer una propuesta educativa motivadora, coherente y contextualizada, en la que el alumnado sea protagonista de su propio aprendizaje a través del movimiento, el juego y la experiencia compartida, culminando en la celebración de unos Juegos Olímpicos que darán sentido y cohesión a todo el proceso educativo desarrollado a lo largo del curso escolar.

2. Fundamentación teórico-normativa de la programación.

La presente programación didáctica se fundamenta en la normativa educativa vigente a nivel estatal y autonómico, que regula la etapa de Educación Primaria, así como en aquellas disposiciones relativas a la organización y funcionamiento de los centros educativos, la convivencia escolar y la atención a la diversidad del alumnado. Además, esta programación se apoya en un enfoque competencial del proceso de enseñanza-aprendizaje, en consonancia con la Ley Orgánica 3/2020 (LOMLOE), situando el desarrollo integral del alumnado como eje central de la intervención educativa

Área	Normativa de referencia
Currículo	<ul style="list-style-type: none">• Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.• Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.• Decreto 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.
Organización y funcionamiento del centro	<ul style="list-style-type: none">• Orden 130/2023, de 23 de enero, por la que se regulan aspectos de organización, funcionamiento y evaluación en Educación Primaria en la Comunidad de Madrid.• Decreto 32/2019, de 9 de abril, por el que se establece el marco regulador de la convivencia en los centros docentes de la Comunidad de Madrid, modificado por el Decreto 60/2020.• Decreto 23/2023, de 22 de marzo, por el que se regula la atención educativa a las diferencias individuales del alumnado en la Comunidad de Madrid.

Tabla 1. Normativa aplicable en la programación didáctica

La Educación Física se consolida en el marco legal como un área fundamental para el equilibrio biopsicosocial del alumnado. A través de la acción motriz, se impulsan hábitos saludables, la conciencia corporal y la resolución de retos en contextos de interacción social. Al incluir valores de cooperación e inclusión, la asignatura trasciende el desarrollo motor para fortalecer el crecimiento personal y la adquisición de las competencias clave.

3. Contextualización.

La presente programación didáctica se contextualiza en el centro educativo Gredos San Diego de Moratalaz, un colegio privado concertado y laico con jornada partida, situado en el distrito de Moratalaz, en la ciudad de Madrid. Este centro se configura como un referente educativo dentro de su entorno, tanto por la amplitud de su oferta formativa como por su modelo organizativo y pedagógico. Forma parte del grupo GSD Cooperativa, una de las cooperativas de enseñanza más relevantes del país, lo que determina su identidad institucional basada en principios de participación, colaboración y compromiso educativo.

El centro ofrece enseñanzas en las etapas de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, configurándose como un centro de línea completa que acompaña al alumnado a lo largo de toda su trayectoria escolar. En la etapa de Educación Primaria, en la que se enmarca la presente programación, el centro cuenta con cinco líneas por curso, lo que supone un elevado número de alumnado. La ratio por aula oscila entre los 22 y 30 alumnos, favoreciendo un entorno dinámico y diverso en el que conviven distintos ritmos y necesidades de aprendizaje.

Desde el punto de vista pedagógico e institucional, el centro fundamenta su acción educativa en un modelo de gestión participativa, coherente con los valores del cooperativismo que caracterizan a la entidad a la que pertenece. Se promueve una educación basada en la responsabilidad, la colaboración, el esfuerzo y la participación real de toda la comunidad educativa. Este enfoque se traslada al aula mediante metodologías activas que favorecen el aprendizaje significativo, el trabajo en equipo y la implicación del alumnado en su propio proceso de aprendizaje.

Esta propuesta, se realiza específicamente en el aula de 4º de Primaria compuesta por 25 alumnos, cuyo ratio y dinamismo permite aplicar metodologías activas centradas en el trabajo en equipo y el esfuerzo. A nivel evolutivo, los estudiantes se encuentran en una etapa fundamental de consolidación de sus habilidades motrices y de desarrollo de capacidades perceptivo-motrices, muestran una progresiva madurez para comprender reglas y estrategias colectivas. El grupo destaca por una notable diversidad en los ritmos de aprendizaje, lo que requiere una respuesta educativa alineada con los principios de la UNESCO (2020), que defiende una inclusión donde cada alumno importa y cuenta por igual. Bajo esta premisa, se articula una atención adaptada para atender de forma efectiva a un alumno con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Para garantizar el éxito de esta propuesta, el trabajo se coordina con especialistas del centro, como el profesorado de Pedagogía Terapéutica (PT) y de Audición y Lenguaje (AL), que favorecen la implicación del alumnado y la adaptación de las actividades a sus características. Asegurando que el diseño de las tareas y el uso de metodologías activas favorezcan la

participación total, la autorregulación y la integración de todo el alumnado en el clima positivo que caracteriza al grupo.

4. Objetivos.

4.1 Objetivos de etapa

La presente programación se alinea con el Artículo 5 del Decreto 61/2022, asumiendo los objetivos de la etapa de Educación Primaria como el horizonte de nuestra práctica docente. Más allá del cumplimiento de la norma, esta propuesta busca potenciar el desarrollo integral del alumnado, diseñando experiencias de aprendizaje que aseguren un crecimiento equilibrado en las dimensiones cognitiva, emocional y social de cada estudiante.

Letra	Objetivo
A	Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas de forma empática, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
B	Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
C	Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
D	Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.
E	Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y, si la hubiere, la lengua cooficial de la comunidad autónoma y desarrollar hábitos de lectura.

F	Adquirir en, al menos, una lengua extranjera la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas.
G	Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.
H	Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.
I	Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.
J	Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
K	Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
L	Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.
M	Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
N	Desarrollar hábitos cotidianos de movilidad activa autónoma saludable, fomentando la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico.

Tabla 2 Objetivos de etapa trabajados.

4.2 Objetivos de la programación.

Para dar coherencia a nuestro hilo conductor, se han establecido los siguientes objetivos de programación, estableciendo las metas concretas que darán sentido a cada una de las situaciones de aprendizaje planteadas en este curso:

1. Utilizar la expresión corporal y la Creatividad para comunicar la identidad, valores y símbolos del "país" creado.
2. Incorporar hábitos de higiene, alimentación y cuidado de la salud propios de un deportista olímpico.

3. Adoptar un estilo de vida activo participando en los retos físicos diarios y valorando el esfuerzo personal.
4. Integrar la práctica físico-deportiva como una opción de ocio y cultura, conociendo juegos de todo el mundo.
5. Participar en los juegos y competiciones aplicando principios de inclusión, respeto y juego limpio entre naciones.
6. Desarrollar habilidades de trabajo en equipo para resolver desafíos cooperativos y fortalecer la cohesión del país.
7. Analizar y aprovechar las posibilidades del entorno escolar y natural para la práctica de pruebas olímpicas sostenibles.
8. Adaptar las capacidades físicas y habilidades motrices a las demandas de las diferentes disciplinas olímpicas.
9. Mejorar la toma de decisiones y el respeto a las normas consensuadas en la "Constitución" de cada país.
10. Evaluar y registrar el progreso de la propia condición motriz y el nivel de logro de los retos olímpicos de forma responsable.

5. Competencias

Siguiendo el RD 157/2022, esta programación de Educación Física no se centra en la mera instrucción técnica, sino en el desarrollo integral del alumnado. Las competencias son el eje vertebrador: diseñamos situaciones de aprendizaje para que el alumno desarrolle capacidades vinculadas a su salud, su autonomía y su relación con los demás.

5.1 Competencias clave

La suma de estos desempeños conforma el denominado Perfil de Salida (RD 157/2022), el cual constituye la piedra angular del sistema educativo al definir las

capacidades que el alumnado debe haber adquirido al término de la Educación Primaria. En coherencia con este marco normativo, el área de Educación Física contribuye de manera directa al desarrollo de 6 de las 8 competencias clave. Esta conexión se materializa a través de los descriptores operativos, que actúan como puentes entre las competencias específicas de nuestra materia y las metas generales de la etapa. A continuación, se detallan los descriptores seleccionados para esta programación:

Competencias clave	Descriptores operativos
Competencia en comunicación lingüística (CCL)	<p>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.</p> <p>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.</p>
Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)	<p>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.</p> <p>STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, con uso de herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.</p> <p>STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos.</p>

<p>Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)</p>	<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>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>
<p>Competencia ciudadana (CC)</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>CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas de la actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, cuidar el entorno, de rechazar prejuicios, y de oponerse a cualquier forma de discriminación y violencia.</p> <p>CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.</p>
<p>Competencia emprendedora (CE)</p>	<p>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</p>

	<p>podieran generar en el entono, para proponer soluciones valiosas que respondan a las necesidades detectadas.</p> <p>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.</p>
Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC)	<p>CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias culturales y la necesidad de respetarlas.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>

Tabla 3. Competencias clave y descriptores operativos.

5.2 Competencias específicas.

Las competencias específicas hacen referencia a los aprendizajes propios del área de Educación Física y se vinculan con los descriptores operativos de las competencias clave, tal y como se establece en el RD 157/2022.

Competencia específica	Descriptores operativos
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	STEM2, 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 adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	STEM1, CPSAA4, CPSAA5
3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3
4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3

Tabla 4. Relación de competencias específicas y descriptores operativos

6. Contenidos

El Real Decreto 157/2022 organiza los contenidos en seis bloques, a partir de los cuales se concretan los saberes básicos de esta programación didáctica. Dichos contenidos se distribuyen a lo largo de las 15 unidades de programación didáctica (UPD) con la finalidad de alcanzar las competencias y objetivos propuestos.

A. Vida activa y saludable.

- B. Organización y gestión de la actividad física.
- C. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
- E. Manifestaciones de la cultura motriz.
- F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

La presente programación se organiza en torno al eje temático de las Olimpiadas, configurando una narrativa coherente y transversal mediante el desarrollo de diferentes Situaciones de Aprendizaje (SA). A lo largo del curso escolar, el alumnado adquirirá progresivamente conocimientos, destrezas y actitudes orientadas a favorecer su implicación activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

6.1 Temporalización.

Tomando como referencia el calendario escolar de la Comunidad de Madrid para el curso 2026-27, la programación se estructura en 15 Unidades de Programación Didáctica (UPD). Debido a la singularidad del centro, cada unidad consta de 6 sesiones: 4 sesiones de Educación Física y 2 sesiones de natación. Estas últimas, aunque se desarrollan en un espacio específico y bajo su propia programación de medio acuático, actúan como refuerzo motriz y apoyo a los hábitos de salud trabajados en el aula. Cada curso sumará un total de 60 sesiones de EF y 30 de Natación a lo largo del curso, distribuidas de la siguiente manera:

Primer Trimestre

UPD	4º curso
1	El origen de los Juegos: Evaluación inicial.

2	Atletismo I: Carrera y saltos.
3	Gimnasia rítmica y expresión.
4	Juegos populares y tradicionales del mundo.
5	Deportes de raqueta: Bádminton olímpico.

Tabla 5. Secuenciación de UPD de programación didáctica de ciclo.

Segundo Trimestre

UPD	4º curso
6	Expresión y ritmo: Danzas olímpicas.
7	Orientación: En busca del tesoro olímpico.
8	Deportes de red: Voleibol adaptado.
9	Habilidades básicas: El camino del atleta.
10	Expresión y mímica: El teatro de Olimpia.

Tabla 6. Secuenciación de UPD de programación didáctica de ciclo.

Tercer Trimestre

UPD	4º curso
11	Ruta al Olimpo: Ciclismo y seguridad vial.
12	El Templo de la Salud: Hábitos y cuidado.
13	Unidos por el Oro: Deportes de invasión.
14	Comité Organizador: Diseño y retos motrices.
15	Ceremonia de Clausura: Los Juegos Olímpicos.

Tabla 7. Secuenciación de UPD de programación didáctica de ciclo.

6.2 Unidades de programación didáctica

UPD 1: Comienzan los Juegos: formamos nuestros países			
Trimestre	1º	Nº sesiones	4
Situación de aprendizaje	Se ha comprobado que el alumnado de 4º de Primaria presenta una falta de motivación hacia las sesiones de Educación Física, manifestando dificultades para trabajar en equipo y respetar normas comunes de esfuerzo. Para cambiar esta mentalidad y fomentar la cohesión, se plantea el desafío de los "Juegos Olímpicos". El objetivo es que los alumnos consoliden una identidad grupal y aprendan a colaborar mediante la fundación de su propia delegación nacional.		
SA1	Participar activamente en el desafío de los "Juegos Olímpicos".		
SA2	Crear de manera cooperativa la "Constitución de Honor", donde se recogerán las normas de la clase.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
3 y 4		2, 4, 5, 6	CCL, CCEC
Objetivos	1- Establecer una identidad grupal y un marco ético de convivencia mediante la creación cooperativa de la simbología y la "Constitución de Honor" de la delegación. 2- Participar en desafíos motrices cooperativos aplicando habilidades de trabajo en equipo para obtener los primeros méritos del Pasaporte Olímpico.		
Objetivos de la programación trabajados	1, 6, 9	Objetivos de la etapa trabajados	C, E y K
Contenidos			
Bloque A: Vida Activa y Saludable -Salud social: la actividad física como hábito y alternativa de salud frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas.			
Bloque B. Organización y gestión de la actividad física - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás.			
Bloque D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices - Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.			
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
3.3	CCL 5	Rúbrica	60%
4.4	CCEC 2	Rúbrica	40%

UPD2: Descubrimos nuestras capacidades físicas			
Trimestre	1º	Nº sesiones	4
<p>Muchos alumnos se sienten frustrados o abandonan los juegos en el recreo (baloncesto, fútbol, persecuciones, salto a la comba) porque se cansan rápido no saben gestionar su energía o creen que “no sirven” para el deporte al compararse con otros. Existe una falta de comprensión sobre cómo el cuerpo responde al esfuerzo y como cada persona tiene un potencial diferente que puede mejorar en el conocimiento de sus propias capacidades, se propone la siguiente SA:</p>			
Situación de aprendizaje	Participar en circuito de autoconocimiento en el que cada alumno explora sus posibilidades en fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.		
Competencias específicas	Contenidos transversales	Competencias clave	
1, 2	6	STEM, CPSAA	
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las sensaciones corporales propias (pulso, fatiga y respiración) durante y después de realizar esfuerzos físicos de diferente intensidad. 2. Autorregular la intensidad del esfuerzo en la ejecución de los retos físicos, adaptando el ritmo y la técnica para lograr la superación personal de forma segura. 		
Objetivos de programación trabajados	1, 6, 9	Objetivos de la etapa trabajados	B, K
Contenidos	<p>Bloque A: Vida Activa y Saludable: Hábitos de la vida saludable vinculados a la actividad física, la higiene y el cuidado del cuerpo, junto con la aceptación corporal y el autoconocimiento</p> <p>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física: pautas de higiene en la práctica física de planificación básica de proyectos motores, aplicando estrategias para su ejecución</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Desarrollo de capacidades perceptivo-motrices (coordinación, control postural, lateralidad y esquema corporal) y capacidades físicas básicas como fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
1.2	STEM2	Rúbrica	20%
2.1	CPSAA1	Diana de evaluación	20%
2.2	CPSAA4	Rúbrica	40%

UPD 3: Pruebas de atletismo: correr, saltar y lanzar			
Trimestre	1º	Nº sesiones	4
Tras haber explorado sus propias capacidades, los equipos se enfrentan al desafío de dominar las habilidades atléticas básicas para participar en unos grandes relevos. Se detecta la necesidad de mejorar la coordinación, la técnica y la colaboración entre compañeros, de manera que el rendimiento individual contribuya al éxito colectivo.			
Situación de aprendizaje	Participar en un circuito de postas donde se combinan acciones de carrera, salto y lanzamiento, reflexionando sobre los aspectos clave que permiten mejorar la eficacia del equipo.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
2, 3		4, 5, 6	CPSAA, CC
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollar y mejorar las habilidades motrices básicas de carrera, salto y lanzamiento mediante situaciones lúdicas y cooperativas, favoreciendo la coordinación y la ejecución técnica en contextos de relevos. 2. Consolidar la colaboración y el trabajo en equipo, comprendiendo la importancia de la aportación individual al rendimiento colectivo y valorando el esfuerzo propio y de los compañeros. 		
Objetivos de la programación trabajados	5, 6, 8, 10	Objetivos de la etapa trabajados	B, K
Contenidos	C. Resolución de problemas en situaciones motrices Toma de decisiones en situaciones de juegos en función del espacio, compañeros y adversarios, desarrollando la anticipación y la distribución del esfuerzo; desarrollo de capacidades perceptivo-motrices, como coordinación, lateralidad, control postural y esquema corporal; mejora de las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad) y ejecución y combinación de habilidades motrices (locomotrices, no locomotrices y manipulativas).		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
2.3	CPSAA 5	Escala de estimación	40%
3.2	CC3	Rúbrica	30%
3.3	CPSAA 3	Diana de autoevaluación	30%

UPD 4: Retos cooperativos entre países			
Trimestre	1º	Nº sesiones	4
Se ha observado en el alumnado dificultades para trabajar en equipo de forma eficaz, especialmente en la comunicación, la ayuda mutua y la toma de decisiones conjunta,			
Situación de aprendizaje	Superar el reto “unificación entre países”, en el que, organizados en grupos, deberán superar diferentes desafíos motrices cooperativos donde el éxito depende del grupo y no del rendimiento individual; a través de estas actividades, el alumnado reflexionará sobre las estrategias más eficaces y elaborará de forma conjunta un decálogo que guiará la convivencia y el trabajo cooperativo durante el curso.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
2 y 3		4, 5, 6	CPSAA
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollar la cooperación y el trabajo en equipo mediante retos colectivos. 2. Mejorar el respeto, la escucha y la responsabilidad en el grupo 		
Objetivos de la programación trabajados	5, 6, 9, 10	Objetivos de la etapa trabajados	B, C, K
Contenidos	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Resolución de problemas motrices en grupo mediante la colaboración y la toma de decisiones, desarrollando la creatividad motriz para adaptar el movimiento a distintas situaciones, junto con la mejora de la coordinación y la ejecución habilidades motrices básicas (locomotrices, no locomotrices y manipulativas).</p> <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Desarrollo de habilidades sociales como la escucha, el diálogo y la resolución de conflictos, junto con la gestión emocional mediante el reconocimiento y control de emociones, y el fomento de la deportividad a través del respeto a las normas y a los compañeros.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
2.1	CPSAA 5	Diana de evaluación	30%
3.1	CPSAA 1	Diana de autoevaluación	30%
3.3	CPSAA 3	Escala de estimación	40%

UPD 5: El Baile de las Naciones			
Trimestre	1º	Nº sesiones	4
Se plantea el reto “La Gran Ceremonia de Apertura” ante las dificultades del alumnado para expresarse corporalmente. Los equipos deberán			
Situación de aprendizaje	Crear una representación artística mediante el movimiento, el ritmo y la creatividad, trabajando de forma cooperativa. El proceso culmina con una ceremonia final que refleja la identidad de cada país y los valores olímpicos, promoviendo la expresión, la confianza y la unión del grupo.		
Competencias específicas	Contenidos transversales	Competencias clave	
1, 4	1, 3, 4, 5, 6	CPSAA, CCEC	
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> Regular emociones y fortalecer la confianza personal durante la creación y representación de movimientos, identificando y gestionando sentimientos propios y reacciones ante el grupo. Estimular la interacción social y la cooperación en equipos, promoviendo la comunicación corporal, la escucha activa, la negociación y la resolución de conflictos durante la preparación de la ceremonia. 		
Objetivos de la programación trabajados	1, 4	Objetivos de la etapa trabajados	J, K
Contenidos	<p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices Gestión emocional: reconocimiento y regulación de emociones a través del movimiento. Habilidades sociales: escucha, diálogo, negociación y asertividad.</p> <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz Cultura motriz: juegos y danzas como expresión cultural. Comunicación corporal: expresión de emociones e ideas. Actividades rítmico-musicales: movimientos guiados por música. Cultura del esfuerzo: perseverancia para lograr objetivos.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
1.4	CPSAA 1	Rúbrica	45%
4.1	CCEC 4	Escala de estimación	30%
4.5	CCEC 3	Rúbrica	25%

UPD 6: Juegos del mundo			
Trimestre	2º	Nº sesiones	4
El reto “La Feria de los Juegos del Mundo” parte del desconocimiento del alumnado sobre los juegos y tradiciones lúdicas de otros países, lo que dificulta la empatía y la comprensión intercultural. Para resolverlo los alumnos deberán:			
Situación de aprendizaje	Investigar y aprender un juego tradicional de su continente, lo prepara y lo enseña al resto de compañeros. El proceso culmina en una feria por estaciones donde cada equipo dirige su juego, fomentando la cooperación, la comunicación, el respeto y el conocimiento de la diversidad cultural.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
3,4		1, 4, 5	CCEC, CPSAA, CC
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer, valorar y transmitir juegos tradicionales de diferentes culturas, promoviendo el respeto por la diversidad y la igualdad en el ámbito deportivo. 2. Desarrollar la deportividad y la convivencia mediante el respeto a las normas, la aplicación de habilidades sociales y el esfuerzo personal en la práctica de juegos. 		
Objetivos de la programación trabajados	2, 4, 5, 6, 9, 10	Objetivos de la etapa trabajados	D, K, N
Contenidos	<p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Gestión emocional en la actividad física, desarrollo de habilidades sociales (escucha, diálogo y negociación), fomento de la deportividad y respeto a normas y participantes, y promoción de la convivencia evitando la discriminación.</p> <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz: Desarrollo de habilidades sociales como la escucha, el diálogo y la resolución de conflictos, junto con la gestión emocional mediante el reconocimiento y control emociones, y el fomento de la deportividad a través del respeto a las normas y a los compañeros.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
3.1	CPSAA1	Diana de evaluación	30%
3.2	CC3	Rúbrica	30%
4.1	CCEC1	Rúbrica	40%

UPD 7: Misión Invasión			
Trimestre	2º	Nº sesiones	4
Esta misión surge de la dificultad del alumnado para cooperar eficazmente y participar de forma equilibrada en deportes colectivos; para solucionarlo deberán:			
Situación de aprendizaje	Practicar deportes de invasión modificados en los que se valora no solo el resultado, sino también la realización de pases y el juego limpio.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
2, 3		4, 5	CPSAA
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mejorar la cooperación y la participación equilibrada en deportes de invasión, favoreciendo la toma de decisiones y el juego colectivo. 2. Desarrollar actitudes de respeto y deportividad, valorando el juego limpio y el cumplimiento de normas durante la práctica motriz. 		
Objetivos de la programación trabajados	5, 6, 8, 9	Objetivos de la etapa trabajados	A, K, M
Contenidos	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices -Toma de decisiones: anticipación a las decisiones ofensivas del adversario, ubicación y reubicación en el espacio en situaciones de persecución y de interacción con un móvil, y pase a compañeros desmarcados o en situación ventajosa en situaciones de colaboración-oposición.</p> <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices Habilidades sociales: escucha activa, diálogo, negociación y resolución de conflictos en contextos motrices, desarrollando asertividad y confianza en uno mismo.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
2.1	CPSAA5	Rúbrica	35%
3.1	CPSAA1	Rúbrica	30%
3.2	CPSAA1	Rúbrica	35%

UPD 8: Deportes alternativos			
Trimestre	2º	Nº sesiones	4
Se detecta la necesidad de crear situaciones con estímulos novedosos para fomentar la creatividad y la capacidad de resolución en contextos motrices; por ello, los países olímpicos deberán			
Situación de aprendizaje	Aprender y practicar disciplinas con reglas diferentes como el tchoukball, rugby flag, kickball o ultimate frisbee, enfrentándose a desafíos y buscando soluciones en equipo, para conseguir innovación mediante el movimiento.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
2 y 3		2, 4 y 5	CPSAA, CC
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollar habilidades motrices básicas y específicas a través de la práctica de deportes alternativos, mejorando el control corporal y la coordinación en situaciones de juego. 2. Aplicar las normas y principios básicos de los deportes alternativos en situaciones de cooperación-oposición, participando de forma activa, respetuosa y respetando las reglas del juego. 		
Objetivos de la programación trabajados	4, 5, 6, 8, 9, 10	Objetivos de la etapa trabajados	B, K
Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física: Elección de la práctica física en función de sus finalidades lúdicas, recreativas y cooperativas, respetando las decisiones de los demás, junto con el cuidado del material y la aplicación de medidas de seguridad para la prevención de accidentes.</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices: toma de decisiones en situaciones de juego, desarrollo de capacidades perceptivo-motrices (coordinación, control corporal y lateralidad), mejora de las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad), ejecución de habilidades motrices y adaptación creativa de movimiento a diferentes situaciones.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
2.1	CPSAA5	Rúbrica	30%
3.1	CPSAA1	Diana de evaluación	30%
3.2	CPSAA3 / CC3	Rúbrica	40%

UPD 9: Deporte adaptado e inclusión			
Trimestre	2º	Nº sesiones	4
Se detecta la necesidad de mejorar la empatía y la inclusión en el alumnado ante la discapacidad y el desconocimiento de las adaptaciones existentes en el deporte, para ello los alumnos deberán:			
Situación de aprendizaje	Superar el reto “Ponte en mis zapatillas”, en el que los alumnos practicarán modalidades adaptadas poco conocidas como Goalball, Vóley sentado, Slalom en silla o patines y Boccia, enfrentándose a situaciones donde el éxito depende de la cooperación total del equipo para eliminar barreras y prejuicios.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
3		1, 4 y 5	CPSAA, CC
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer y valorar la diversidad funcional y las adaptaciones en el deporte, fomentando actitudes de respeto, empatía e inclusión. 2. Participar activamente en modalidades deportivas alternativas, desarrollando la cooperación y asegurando la implicación de todo el grupo. 		
Objetivos de la programación trabajados	4, 5, 6, 8 y 9.	Objetivos de la etapa trabajados	A, K, N
Contenidos	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices -Toma de decisiones: Distribución del esfuerzo en situaciones individuales y adecuada ubicación y reubicación en el espacio en situaciones grupales, de persecución y con móvil.</p> <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices -Conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por competencia motriz, discapacidad, etnia, género u otras): identificación, efectos negativos y estrategias de prevención y solución.</p> <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz - Deporte e igualdad: El deporte adaptado y los Juegos Paralímpicos como parte del patrimonio cultural.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
3.1	CPSAA1	Rúbrica	30%
3.2	CC3	Escala graduada	30%
3.3	CPSAA3	Diana de evaluación	40%

UPD 10: Acroport			
Trimestre	2º	Nº sesiones	4
Se detecta la necesidad de desarrollar confianza mutua y coordinación grupal, ya que el alumnado suele tener dificultades para apoyarse en los compañeros y mantener la estabilidad en acciones colectivas. para abordarlo, cada país olímpico deberá:			
Situación de aprendizaje	Diseñar y ejecutar una figura de acroport que los represente, donde el éxito dependerá de la confianza en los compañeros, la precisión en la colocación y la estabilidad del conjunto, fomentando la cooperación, la comunicación no verbal y la responsabilidad compartida en la ejecución motriz.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
2 y 3		4, 5	CPSAA, CCEC
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollar la confianza y cooperación grupal, asegurando que cada alumno se apoye en sus compañeros y contribuya a la estabilidad del conjunto. 2. Mejorar la coordinación y comunicación no verbal, aplicando precisión y responsabilidad compartida en la ejecución de figuras motrices colectivas. 		
Objetivos de la programación	1, 5, 6	Objetivos de la etapa trabajados	A, K, Q
Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física: Cuidado y preparación del material según la actividad, y aplicación de medidas de seguridad para la prevención de accidentes, control del cuerpo y actuación básica ante posibles lesiones.</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices: desarrollo de capacidades perceptivo-motrices mediante el control postural, tónico-postural y la coordinación segmentaria, junto con la toma de decisiones en la distribución del esfuerzo y la ocupación del espacio en situaciones individuales y grupales</p> <p>D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices: Desarrollo de habilidades sociales como la escucha activa, el diálogo y la negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices, fomentando la asertividad y la confianza en uno mismo.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
2.3	CCEC3	Rúbrica	45%
3.1	CPSAA1	Lista de control	30%
3.3	CPSAA3	Diana de evaluación	25%

UPD 11: Rodando hacia la sostenibilidad			
Trimestre	3°	Nº sesiones	4
Se detecta que el alumnado presenta dificultades para desplazarse de forma autónoma y segura en bicicleta, así como para adoptar conductas responsables con el entorno.			
Situación de aprendizaje	Realizar recorridos en bicicleta respetando las normas de seguridad vial y el entorno, trabajando la movilidad sostenible. Como producto final, completarán una expedición en bicicleta con "Huella Cero", demostrando un uso responsable, seguro y sostenible.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
1, 2 y 5		3, 7	CPSAA, CC, STEM
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> Desplazarse de forma autónoma y segura en bicicleta por entornos naturales o urbanos, aplicando las normas de seguridad vial y las señales de maniobra básicas. Actuar con responsabilidad en el medio natural, aplicando protocolos de "Huella Cero" para minimizar el impacto ambiental y preservar el entorno. 		
Objetivos de la programación trabajados	7, 8	Objetivos de la etapa trabajados	A, K, O
Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física</p> <ul style="list-style-type: none"> Prevención de accidentes mediante el control corporal, el uso seguro de materiales y la aplicación de normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> Toma de decisiones: Distribución racional del esfuerzo y ubicación/reubicación en el espacio en situaciones grupales para superar obstáculos. 		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
1.1	CPSAA2	Escala de estimación	25%
2.2	CPSAA4	Rúbrica	25%
5.1	CC4 / STEM5	Lista de control	50%

UPD 12: Actividad física y salud del atleta			
Trimestre	3º	Nº sesiones	4
Se detecta que el alumnado presenta carencias en los hábitos de cuidado corporal antes, durante y después de la actividad física, lo que puede afectar a su bienestar y rendimiento. Para abordarlo, se plantean actividades orientadas a preparar el cuerpo, cuidarlo y implementar hábitos saludables.			
Situación de aprendizaje	Realizar un “chequeo olímpico” completo, demostrando autonomía en el cuidado de su cuerpo.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
1		3, 5	CPSAA, STEM
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diseñar y ejecutar un calentamiento autónomo y dirigido, identificando las fases de activación y movilidad necesarias para preparar el cuerpo ante el esfuerzo. 2. Adoptar hábitos de higiene, hidratación y ergonomía postural de forma habitual, reconociendo su importancia para la prevención de lesiones y la salud integral. 		
Objetivos de la programación trabajados	2, 3	Objetivos de la etapa trabajados	K, L
Contenidos	<p>A. Vida activa y saludable: Conocimiento de los efectos de la actividad física en el organismo, importancia de la hidratación y el descanso, hábitos de alimentación saludable y cuidado de la postura corporal en actividades cotidianas y ejercicio para prevenir lesiones.</p> <p>B. Organización y gestión de la actividad física: Planificación y ejecución de proyectos motores mediante el diseño de calentamientos autónomos (activación, movilidad y estiramientos) y aplicación de hábitos de higiene personal tras la práctica física como norma de convivencia.</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
1.1	STEM5 / CPSAA2	Escala graduada	30%
1.2	CPSAA2	Escala de estimación	40%
1.3	CPSAA2	Rúbrica	30%

UPD 13: Unidos por el oro			
Trimestre	3º	Nº sesiones	4
Se detecta la necesidad de mejorar la implicación conjunta del alumnado en actividades grupales, ya que en muchas ocasiones predomina una actuación individual que dificulta la consecución de objetivos comunes. Para abordarlo, se plantea la siguiente situación de aprendizaje			
Situación de aprendizaje	Participar en juegos y dinámicas cooperativas en los que el grupo debe organizarse, coordinarse y tomar decisiones compartidas para alcanzar una meta común, donde el éxito depende de la participación equilibrada, la ayuda mutua y la responsabilidad colectiva, reforzando así la colaboración, la comunicación y el respeto entre iguales.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
2, 3		4, 5	CPSAA
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Resolver situaciones tácticas básicas en deportes de invasión (desmarque y ocupación de espacios libres), priorizando el pase y la toma de decisiones colectiva sobre la acción individual. 2. Colaborar activamente en la dinámica de equipo, aceptando los diferentes roles asignados y respetando las normas de juego limpio y contacto físico controlado. 		
Objetivos de la programación	de la	6, 8, 9	Objetivos de la etapa A, K
Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física</p> <ul style="list-style-type: none"> -Elección de la práctica física: Uso del deporte como medio de colaboración y no solo oposición. -Planificación de proyectos: Establecimiento de una estrategia de equipo (ej. quién defiende y quién ataca). <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> -Táctica de invasión: Conceptos de "desmarque" (buscar espacios libres) y "defensa en zona". -Toma de decisiones: Elegir cuándo pasar y cuándo lanzar según la posición de los defensores. -Habilidades específicas: El pase, la recepción, el lanzamiento en suspensión y el ciclo de pasos. 		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
2.1	CPSAA3	Escala de estimación	40%
3.1	CPSAA1	Lista de Control	30%
3.2	CPSAA3	Diana de evaluación	30%

UPD 14: Comité Organizador: Diseñando los JJOO			
Trimestre	3º	Nº sesiones	4
Se detecta que el alumnado tiende a actuar de forma impulsiva ante situaciones motrices, sin planificar ni consensuar estrategias grupales. Para abordarlo, los equipos deberán superar la siguiente situación de aprendizaje			
Situación de aprendizaje	Diseñar y aplicar soluciones colectivas ante retos físicos sin reglas definidas, fomentando la planificación y el pensamiento táctico compartido. Como producto final, lograrán activar simbólicamente la llama olímpica tras superar los desafíos propuestos.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
2, 3		2, 4, 5, 6	CPSAA, STEM
Objetivos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Planificar estrategias grupales para resolver desafíos motrices cooperativos, utilizando el diálogo y el consenso como herramientas de organización. 2. Elaborar reglamentos y sistemas de puntuación para las pruebas olímpicas, demostrando creatividad e iniciativa en la gestión de proyectos motores. 		
Objetivos de la programación trabajados	5, 6, 9	Objetivos de la etapa trabajados	A, K, N
Contenidos	<p>B. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>-Elección de la práctica física: uso lúdico, recreativo, cooperativo y de liberación emocional, respetando las elecciones de los demás.</p> <p>-Planificación de proyectos motores: organización y regulación básica para llevar a cabo lo planificado.</p> <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>-Toma de decisiones: Distribución racional del esfuerzo y ubicación/reubicación en el espacio en situaciones grupales para superar obstáculos.</p> <p>-Creatividad motriz: Variación de la acción ante estímulos externos (cambios de posición de los compañeros para resolver el puzzle físico).</p>		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
2.1	STEM4 / CPSAA5	Rúbrica	40%
3.1	CPSAA1	Rúbrica	30%
3.2	CPSAA3	Diana de evaluación	30%

UPD 15: El festival de las Naciones			
Trimestre	3°	Nº sesiones	4
En esta última unidad se va a llevar a cabo un evento final en forma de ceremonia olímpica, el alumnado asume el rol de comité organizador y atleta para llevar a cabo la Ceremonia de Clausura de los Juegos Olímpicos. Tras haber co-diseñado el reglamento y las pruebas en la unidad anterior, los diferentes 'países' pondrán en práctica sus habilidades motrices y estrategias colectivas en un entorno de celebración y juego limpio.			
Situación de aprendizaje	Mostrar sus habilidades, estrategias y valores adquiridos a lo largo del curso en una ceremonia deportiva, compartiéndolas con el resto de los países y de la comunidad escolar, lo que permite evaluar el progreso individual y colectivo, consolidar los valores de inclusión y respeto trabajados, y cerrar este proyecto interdisciplinar mediante una reflexión compartida.		
Competencias específicas		Contenidos transversales	Competencias clave
4 y 3		4, 5, 6	CPSAA, CCEC
Objetivos	1. Participar de forma activa en el evento final de clausura, demostrando las habilidades motrices y valores sociales desarrollados a lo largo de la programación. 2. Reconocer el progreso propio y el de los compañeros mediante la reflexión crítica, reconociendo el esfuerzo y la superación personal por encima del resultado competitivo.		
Objetivos de la programación trabajados	5, 10	Objetivos de la etapa trabajados	A, K, N
Contenidos	B. Organización y gestión de la actividad física: Planificación y ejecución del evento final, valorando la práctica física como fenómeno social y recreativo. C. Resolución de problemas en situaciones motrices: Trabajo en equipo mediante la asunción de roles y desarrollar habilidades sociales, junto con el respeto a la diversidad y la inclusión de todos los participantes.		
Criterios de evaluación	Vinculación con los descriptores operativos	Instrumentos de evaluación	Porcentaje en la Calificación
4.1	CCEC1 / CCEC3	Escala de estimación	35%
3.2	CCEC4	Rúbrica	40%
3.1	CPSAA1	Diana de evaluación	25%

6.3 Contenidos transversales

De acuerdo con el Artículo 11 del Decreto 61/2022, en las UPD diseñadas se contribuirá al desarrollo de los siguientes contenidos transversales:

Contenidos transversales	UPD en los que se trabajan
1 Igualdad de género diversidad e inclusión	Todas las UPD
2 Prevención y resolución pacífica de conflictos	1, 4, 8, 13, 15
3 Estilos de vida saludables y respeto al medio ambiente	11, 12
4 Respeto deportividad y trabajo en equipo	2, 5, 8, 13, 15
5 Convivencia tolerancia y empatía	3, 6, 10, 13
6 Espíritu emprendedor creatividad y confianza personal	7, 9, 14, 15
7 Educación vial y primeros auxilios	11

Tabla 8. Realización de los contenidos transversales y su temporalización.

7. Metodologías

Siguiendo las directrices del Artículo 6 del Decreto 61/2022 de Madrid, la metodología de esta programación se orienta al desarrollo del Perfil de Salida mediante situaciones de aprendizaje contextualizadas en el marco olímpico. El modelo de intervención se fundamenta en la indagación y el descubrimiento, alejándonos de modelos reproductivos para potenciar la implicación cognitiva del alumnado (Delgado Noguera, 1991). En este sentido, y tomando como referencia principal a Sánchez Bañuelos (1984), las estrategias de práctica se diseñarán bajo un enfoque global, priorizando el juego como herramienta esencial para el desarrollo de las habilidades motrices básicas y específicas en esta etapa de transición.

Para alcanzar este aprendizaje comprensivo, se empleará el descubrimiento guiado y la resolución de problemas (Mosston y Ashworth, 2001), planteando retos donde el alumno deba explorar y decidir de manera autónoma. No obstante, y de acuerdo con la pedagogía de la situación de Blázquez (2017), se mantendrá una flexibilidad metodológica que permita el uso ocasional de técnicas de instrucción directa en momentos puntuales de seguridad o corrección técnica específica, garantizando así un desarrollo integral, motivador y accesible para todo el alumnado.

Estilo de enseñanza	Finalidad/Descripción	SA en las que se aplica
Mando directo y mando directo modificado	Reforzar la seguridad y organización grupal mediante instrucciones claras y control del comportamiento.	1, 11 y 12
Asignación de tareas	Promover la autonomía permitiendo que el alumno ejecute actividades a su propio ritmo y nivel.	2, 5, 8 y 9
Enseñanza recíproca	Potenciar el aprendizaje cooperativo mediante la observación y corrección entre compañeros por parejas.	2, 5 y 9
Microenseñanza	Potenciar la competencia comunicativa permitiendo que un grupo de alumnos enseñe un contenido al resto.	14
Trabajo por grupos	Organizar la práctica según niveles de ejecución o roles específicos para optimizar el aprendizaje.	8, 13 y 14
Descubrimiento guiado	Plantear interrogantes para que el alumnado encuentre la respuesta motriz adecuada a un problema.	7, 11 y 13
Resolución de problemas	Estimular la búsqueda de múltiples soluciones ante un reto táctico o motriz de forma autónoma.	4, 7, 13 y 14
Estilos socializadores	Desarrollar la empatía y el diálogo a través de situaciones que requieren consenso y trabajo grupal.	1, 4, 13 y 15

Estilos creativos	Impulsar la expresión personal y el pensamiento divergente mediante la creación libre de contenidos.	3, 6, 10 y 14
-------------------	--	---------------

Tabla 9. Estilos de enseñanza empleados en la programación didáctica.

A lo largo de la presente programación se implementarán diversas formas de agrupamiento, entendiendo que cada una de ellas estimula diferentes valores y aprendizajes. Mientras que el trabajo individual fomenta la autonomía y los ritmos personales, los agrupamientos por parejas y pequeños grupos serán fundamentales para desarrollar el diálogo, la responsabilidad compartida y la resolución pacífica de conflictos. Esta organización social se complementa con la aplicación de diversas metodologías activas, que sitúan al alumnado de 4º de Primaria como protagonista de su propio proceso de aprendizaje.

En la siguiente tabla se detalla la relación de estas metodologías con las Unidades de Programación, así como su justificación pedagógica y su aplicación práctica:

UPD	Metodología activa	Justificación	Descripción de la aplicación
1, 7 y 14	Aprendizaje Basado en Retos (APR)	Propiciar la superación de desafíos motores mediante el pensamiento crítico.	Resolución de enigmas de orientación y desafíos físicos para conseguir “medallas”.
11, 14 y 15	Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP)	Promueve la autonomía y el trabajo cooperativo hacia un producto final.	Los alumnos diseñan el reglamento olímpico y ejecutan la Ceremonia de Clausura.
4, 8 y 13	Aprendizaje cooperativo	Desarrolla la interdependencia	Dinámicas de equipo en juegos

		positiva y la responsabilidad grupal.	del mundo y deportes de invasión (balonmano / rugby).
11 y 12	Aprendizaje Basado en Problemas (ABP)	Contribuye a la investigación y la aplicación de conocimientos a la vida real	Resolución de situaciones sobre seguridad vial en bici y mejora de hábitos de salud.
Todas las UPD	Aprendizaje Dialógico	Construye conocimiento a través del diálogo y la interacción igualitaria.	Asambleas de reflexión post-sesión y debates sobre valores Olímpicos y juegos limpio.

Tabla 10. Reparto de metodologías en la Unidades de Programación Didácticas.

7.1 Trabajo por Proyectos

El enfoque metodológico de esta programación se alinea con los principios del aprendizaje experiencial de John Dewey (1938), quien defiende que el aprendizaje debe partir de la acción, la experiencia y la resolución de situaciones reales. En este sentido, el trabajo por proyectos permite al alumnado implicarse activamente en retos significativos y construir su propio aprendizaje.

Asimismo, dando cumplimiento al Artículo 7 del Decreto 61/2022 de la Comunidad de Madrid, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado y a la resolución colaborativa de problemas. Para ello, se emplea el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP), metodología que, según Trujillo (2015), permite adquirir competencias mediante la elaboración de propuestas que dan respuesta a problemas de la vida real.

Nombre del proyecto	UPD integrada	Descripción del proyecto y agentes implicados
Eco-ruta olímpica	UPD 11: Rodando hacia la sostenibilidad	Tras aprender el manejo de la bicicleta y las normas de seguridad vial, los alumnos diseñan un “Mapa de Rutas Seguras y Sostenibles” al centro. El proyecto culmina con la campaña “Huella Cero”, conciencia han dado comunidad escolar sobre el uso de transportes no contaminantes
Comité organizador JJOO	UPD 14: “Comité Olímpico: Diseñando los Juegos”	Los alumnos asumen un rol de colaboradores en la organización del evento, ayudando a planificar y diseñar, bajo las indicaciones del profesor, aspectos como los reglamentos de las pruebas, los sistemas de puntuación y los horarios de competición, aplicando los contenidos trabajados a una situación organizativa real.
Gala del Olimpo	UPD 15: “Ceremonia de Clausura: El Festival de las Naciones”	Tras el co-diseño del reglamento en la unidad previa el alumnado actúa como comité organizador y atleta. El proyecto consiste en la gestión de la ceremonia final: desde la preparación del protocolo de desfile por países hasta la exhibición de habilidades motrices y estrategias colectivas adquiridas. El proyecto final es un evento comunitario abierto a la comunidad escolar y familias, donde se realiza una reflexión compartida sobre el juegos limpio y se entregarán los reconocimientos Olímpicos, evaluando así el impacto social y motor del proyecto.

Tabla 11. Relación de proyectos y contribución desde las áreas.

7.2 Actividades complementarias y extraescolares

Con el objetivo de ofrecer al alumnado experiencias significativas desarrolladas dentro de un marco real y aplicable a la vida cotidiana, la presente programación didáctica trasciende el espacio del gimnasio escolar. Como indica el Decreto 61/2022, la Educación Física debe promover la interacción con el entorno y el uso responsable de los espacios públicos.

Para ello, se han planificado diversas actividades complementarias, entendidas como aquellas que tienen lugar dentro del horario lectivo y poseen un carácter obligatorio y evaluable al estar directamente vinculadas con las situaciones de aprendizaje.

Trimestre	UPD integrada	Actividad complementaria	Descripción y participación de los agentes
2º	UPD 7: "Ruta de orientación en el Olimpo".	Ruta de orientación en el entorno natural.	Se realizará una salida al Parque Municipal cercano para aplicar las técnicas de interpretación de mapas y balizamiento. Los alumnos deberán resolver retos de orientación espacial en un entorno real con incertidumbre.
2º	UPD 9: "Leyendas Paralímpicas"	Visita a la Sede del Comité Paralímpico Español (CPE)	Encuentro con deportistas Paralímpicos y charla sobre superación y adaptación. Los alumnos conocerán y probarán el material deportivo y los valores de la inclusión en los deportes de élite
3º	UPD 11: "Rodando hacia la sostenibilidad".	Jornada en el Parque Infantil de Tráfico.	Salida práctica donde los alumnos aplican las normas de seguridad vial con sus bicicletas.

			Interactuarán con agentes de movilidad para reforzar el respeto a las señales y la responsabilidad en la vía pública.
3º	UPD 15: "Ceremonia de Clausura".	Evento Final en el Polideportivo Municipal.	Uso de instalaciones deportivas (gimnasio y recreos) para la ejecución de la "Gala del Olimpo". Se invitará a la comunidad escolar para presenciar el producto final del proyecto.

Tabla 12. Relación de las UPD con sus respectivas salidas/excursiones programadas.

Estas salidas no solo refuerzan los contenidos técnicos, sino que humanizan el aprendizaje. Por ejemplo, en la UPD 9, el contacto con el CPE permite trabajar la empatía y la inclusión de forma tangible, mientras que en la UPD 11, la interacción con el entorno urbano refuerza el descriptor operativo CC4 sobre la adopción de estilos de vida sostenibles.

Por otro lado, las actividades extraescolares de GSD Moratalaz tienen un carácter voluntario y se desarrollan fuera del horario lectivo. En nuestro centro, estas actividades son gestionadas de forma interna por el Club Deportivo GSD, garantizando una total coherencia con el Proyecto Educativo del centro y los valores cooperativos. El objetivo es fomentar la adquisición de hábitos de vida saludables y el ocio activo más allá del contexto académico.

Desde el centro, y en línea con las propuestas del AMPA, se ofertarán dos días por semana diversas disciplinas coordinadas por el club, tales como natación, atletismo, patinaje, baloncesto, gimnasia rítmica y multideporte, entre otros. Estas actividades permiten dar continuidad a la motivación generada en las

sesiones de Educación Física, consolidando el compromiso del alumnado con la práctica y actividad física.

7.3 Recursos

Para el desarrollo de la presente programación en el contexto del **GSD** Moratalaz, se dispone de una amplia gama de recursos que garantizan una educación física inclusiva, moderna y de calidad, atendiendo a la ratio de entre 22 y 30 alumnos propia del centro.

7.3.1. Recursos personales

- **Alumnado:** Protagonista del proceso. El grupo de 4º de Primaria destaca por su diversidad cultural y de ritmos de aprendizaje, lo que convierte la interacción social en un recurso de aprendizaje entre iguales.
- **Docentes:** Incluye al especialista de Educación Física, los tutores de las cinco líneas de 4º y el equipo docente. La identidad cooperativa del centro facilita el trabajo interdisciplinar y el intercambio de buenas prácticas.
- **Familias:** En el modelo GSD, las familias son parte activa de la cooperativa y desempeñan un papel crucial como enlace entre el estudiante y la institución. Se mantiene una comunicación constante a través de plataformas digitales para involucrarlas en el fomento de hábitos de vida saludable. Asimismo, para garantizar un seguimiento individualizado, se establece una tutoría obligatoria cada trimestre con el fin de informar sobre el progreso del alumnado; no obstante, las familias tienen la posibilidad de solicitar tutorías adicionales siempre que lo consideren necesario para el bienestar educativo del estudiante.

- **Personal Especializado:** El centro cuenta, por un lado, con profesionales internos para asegurar una respuesta inclusiva en las sesiones, como especialistas en PT y AL, así como con la psicóloga del centro, quien colabora en la gestión de las dinámicas de grupo, la resolución de conflictos y el control emocional durante la competición. Y, por otro lado, en ciertas unidades específicas se contará con la colaboración de externos, como agentes de policía para las jornadas de seguridad vial (UPD 11) y deportistas paralímpicos del CPE para la sensibilización sobre la diversidad (UPD 9).

7.3.2. Recursos ambientales y materiales

Dada la infraestructura del centro GSD Moratalaz, la programación cuenta con espacios versátiles que permiten el trabajo simultáneo de varias líneas:

- **Instalaciones Deportivas:** El centro dispone de polideportivo cubierto, pistas exteriores multideporte, piscina y salas de psicomotricidad. Estos espacios permiten alternar actividades de gran grupo con talleres específicos.
- **Entorno Urbano y Natural:** Se aprovecharán los parques del distrito de Moratalaz para las UPD de orientación y ciclismo, así como las instalaciones del Club Deportivo GSD.
- **Material Específico:** Contamos con material convencional (balones, aros, picas) y específico para las UPD de los JJOO: bicicletas y cascos (UPD 11), material adaptado para deporte paralímpico (UPD 9) y equipos de música para las ceremonias (UPD 15).

7.3.3. Recursos digitales y tecnológicos

La integración de herramientas tecnológicas en esta programación no se plantea como un elemento decorativo, sino como un motor de autonomía y responsabilidad para el alumnado. En el área de Educación Física, el uso de dispositivos digitales permite conectar la práctica motriz con la cultura visual del estudiante, facilitando la autorregulación mediante el feedback inmediato y el análisis del movimiento (Monguillot et al., 2015). Asimismo, estos recursos garantizan la inclusión, ofreciendo soportes visuales y adaptaciones que responden al Diseño Universal para el Aprendizaje, fundamentales para atender a la diversidad del aula en GSD Moratalaz.

Recurso	Función	UPD
Tablets / iPads	Registro de marcas atléticas, grabación de gestos técnicos para co-evaluación y consulta de rutas.	UPD 5, 10, 12 y 14
Alexia (plataforma utilizada en el GSD)	Plataforma oficial para la gestión de contenidos, materiales de consulta y comunicación con familias.	Todas las UPD
YouTube	Apoyo visual para observar modelos técnicos de carrera, saltos, lanzamientos y mecánica de la bicicleta.	UPD 3, 4, 11 y 15
ARASAAC	Pictogramas de apoyo visual para garantizar el acceso a la información del alumnado con necesidades de apoyo (PT/AL).	Todas las UPD
Canva	Herramienta de diseño para la creación de dorsales, mapas de rutas seguras y documentos del Comité Organizador.	UPD 11, 14 y 15
Google Maps	Herramienta de geolocalización para la planificación de la "Eco-ruta" y el estudio de la movilidad sostenible.	UPD 7 y 11

Office 365	Procesador de textos y hojas de cálculo para el registro de resultados y redacción de reglamentos deportivos.	UPD 14
------------	---	--------

Tabla 13. Recursos que se pretenden utilizar y las UPD a las que van destinados.

8. Evaluación.

La evaluación en esta programación didáctica se concibe como un elemento regulador y esencial del proceso de enseñanza-aprendizaje. Siguiendo las directrices del Decreto 61/2022 de la Comunidad de Madrid, la evaluación se define como global, continua y formativa. No se limita a calificar el rendimiento del alumnado, sino que busca medir el grado de adquisición de las Competencias Específicas y servir como herramienta de mejora tanto para el estudiante como para la propia práctica docente.

Las características fundamentales que rigen este proceso son:

- **Global:** Atiende a las dimensiones motriz, cognitiva, social y afectiva.
- **Continua:** Se integra en el desarrollo de cada Situación de Aprendizaje, permitiendo detectar dificultades en tiempo real.
- **Formativa:** Proporciona un feedback constante que favorece la autorregulación del alumnado, especialmente relevante en el rol de "Comité Organizador".

8.1 ¿Qué se evalúa?

La evaluación en Educación Física se orientará a comprobar en qué medida el alumnado alcanza los objetivos y desarrolla las competencias previstas, de

acuerdo con la normativa vigente. Las competencias específicas recogidas en el Real decreto 157/2022 conectan el perfil de salida con los saberes básicos y los criterios de evaluación. A continuación, se presenta una tabla que muestra la relación entre las competencias específicas los descriptores operativos y los criterios de evaluación correspondientes al segundo ciclo de educación primaria en la asignatura de Educación Física.

Competencia específica	Criterios de evaluación	Descriptores operativos
<p>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.</p>	<p>1.1. Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico, social y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.</p> <p>1.2. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.</p> <p>1.3. Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p> <p>1.4. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, identificar las propias fortalezas y debilidades ante mensajes nocivos, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se</p>	<p>STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3</p>

	puedan producir en contextos de práctica motriz.	
2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	2.1. Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos. 2.2. Adoptar decisiones en situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales o grupales de oposición y de colaboración oposición, en contextos simulados de actuación. 2.3. Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.	STEM1, CPSAA4, CPSAA5
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 los participantes,	3.1. Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones. 3.2. Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, a los adversarios, compañeros, árbitros, espectadores y profesores y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes.	CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3

<p>para contribuir a la convivencia.</p>	<p>3.3. Desarrollar habilidades sociales de acogida, ayuda y colaboración al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos, mostrando un compromiso frente a las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.</p>	
<p>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.</p>	<p>4.1. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>4.3. Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo. 4.4. Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.</p> <p>4.5. Reproducir distintas combinaciones de movimientos o coreografías individuales y grupales que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.</p>	<p>CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4</p>
<p>5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y</p>	<p>5.1. Desarrollar y explorar de forma consciente, respetuosa y controlada por el docente una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>	<p>STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3</p>

<p>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>		
---	--	--

Tabla 14. Relación entre competencias específicas, criterios de evaluación y descriptores operativos de las competencias clave.

8.2 ¿Cómo se evalúa?

El Artículo 19, del Decreto 61/2022 establece la necesidad de implementar una evaluación que garantice la objetividad mediante el uso de instrumentos variados, diversos y adaptados a las distintas situaciones de aprendizaje, lo que implica superar los modelos tradicionales de examen en Educación Física y apostar por herramientas que permitan una observación sistemática del desempeño motriz y el desarrollo de competencias transversales; en este contexto, la presente programación didáctica se articula a través de diferentes técnicas que permiten obtener información relevante sobre el proceso de aprendizaje del alumnado, destacando, por un lado, observación sistemática, fundamental en educación física para valorar el desempeño motriz, la actitud y la interacción social durante sesiones, y, por otro lado, el análisis de las producciones, centrado en el estudio de los productos elaborados por el alumnado, como reglamentos, diseños del comité u hojas de registro de

resultados; en este contexto, la programación incorpora una batería de instrumentos diseñada específicamente para los “Juegos Olímpicos GSD”, que no solo facilita al docente emitir una calificación justa, sino también proporcionar feedback continuo y promover la participación activa del alumnado en su propia evaluación, asegurando así una valoración integral que atiende tanto al producto final como el proceso de aprendizaje, tal y como se detalla en la siguiente tabla:

Instrumento	Descripción técnica	Aplicación
Rúbrica	Matriz de evaluación que establece diferentes niveles de logro con conductas concretas asociadas a cada nivel.	Evalúa Ejecuciones motrices complejas, la calidad en la resolución de problemas motores y el grado de excelencia en las producciones creativas.
Escala graduada	Sistema de evaluación organizado por horquillas de puntuación que asocian un conjunto de conductas a un nivel de logro determinado.	Evalúa la progresión técnica y el desarrollo de las capacidades físicas, permitiendo situar el desempeño del alumno en rangos de mejora continua.
Lista de control	registro de carácter binario que permite constatar la presencia o ausencia de un elemento (Logrado/10 o No logrado/0)	Evalúa aspectos objetivos y conductas cerradas, tales como el cumplimiento de normas de seguridad el uso del material o la asistencia
Diana de evaluación	Gráfico radial compuesto por ítems graduables en 5 niveles que facilita la representación visual del desempeño.	Evalúa principalmente procesos de autoevaluación y convalidación en dimensiones actitudinales, de cooperación y de compromiso ético
Escala de valoración	Instrumento de estimación diseñado para recoger la	Evalúa las percepciones del alumnado, su gestión emocional ante

	intensidad o frecuencia de una conducta o sentimiento.	la práctica y el grado de esfuerzo percibido tanto por el docente como por el alumno.
--	--	---

Tabla 15. Relación entre las técnicas de evaluación y los respectivos instrumentos utilizados.

Una vez recogidas las evidencias a través de los instrumentos anteriormente descritos, estas serán contrastadas con los referentes de evaluación (Criterios de Evaluación) para determinar el grado de adquisición de las competencias. Para asegurar la objetividad, se establece una escala de gradación que permite identificar con precisión en qué punto del proceso de aprendizaje se encuentra el alumno:

Nivel de logro	Descripción del desempeño
No logrado	Ausencia de los elementos del criterio o presencia de conductas contrarias a lo esperado
En desarrollo	Existen avances, pero los aprendizajes asociados al criterio no se alcanzan de forma completa o estable.
Adecuado	La conducta esperada aparece de forma recurrente, aunque con imprecisiones puntuales según la situación.
Avanzado	Denota un dominio claro y permanente de la competencia en diversas situaciones con errores mínimos.
Totalmente logrado	Aplicación eficaz, eficiente y estable de la competencia en cualquier contexto, mostrando un dominio excelente.

Tabla 16. Niveles de los criterios de evaluación y competencias.

8.3 ¿Quién lo evalúa?

La evaluación en esta programación se entiende como un proceso participativo y democrático, donde la responsabilidad no recae exclusivamente en la figura docente, sino que se distribuye entre todos los agentes implicados para fomentar la reflexión crítica y la autonomía.

➤ **Heteroevaluación**

Es la evaluación realizada por el profesor de Educación Física. Su papel es fundamental como guía y observador sistemático a lo largo de las 15 Unidades de Programación. Mediante la observación directa y el uso de rúbricas, el docente evalúa no solo el producto final de las Olimpiadas, sino el progreso constante, la adquisición de habilidades técnicas y la actitud del alumnado hacia el esfuerzo y el grupo.

➤ **Autoevaluación (El alumno sobre sí mismo)**

En coherencia con el desarrollo de la competencia de "Aprender a aprender" (CPSAA), el alumno asume un papel activo en su propio proceso. A través de cuestionarios de reflexión y el "Cuaderno del Comité", el estudiante analiza sus fortalezas y áreas de mejora. Este proceso es clave en unidades como la UPD 3 (Salud) o la UPD 11 (Seguridad Vial), donde la toma de conciencia sobre los propios hábitos es el principal objetivo.

➤ **Coevaluación (Evaluación entre iguales)**

Dada la estructura cooperativa de los Juegos Olímpicos de GSD Moratalaz, la evaluación entre compañeros resulta imprescindible. Los alumnos, organizados por "comités" o "países", utilizan herramientas como la Diana de Evaluación para valorar el desempeño de sus iguales en aspectos como la colaboración, el

respeto a las reglas y el apoyo mutuo. Este proceso refuerza la cohesión grupal y la capacidad crítica desde el respeto.

➤ **Evaluación de la práctica docente (El profesor sobre su labor)**

Finalmente, el propio docente evalúa su intervención pedagógica. Al concluir cada trimestre, se analizarán los resultados obtenidos, la idoneidad de los recursos empleados y el feedback de los alumnos para realizar los ajustes necesarios en la programación.

8.4 ¿Cuándo se evalúa?

La evaluación se concibe como un proceso dinámico y flexible que se desarrolla de manera sincrónica al proyecto olímpico, distinguiéndose tres momentos temporales clave. En primer lugar, se llevará a cabo una evaluación inicial o diagnóstica al comienzo de las unidades con mayor carga técnica, como la UPD 4 (Atletismo) o la UPD 11 (Ciclismo). El objetivo de esta fase es identificar los conocimientos previos y el nivel motivador de partida del alumnado, permitiendo al docente realizar los ajustes necesarios en el diseño de las tareas para asegurar que todos los estudiantes puedan participar con éxito independientemente de su experiencia previa en dichas disciplinas.

Posteriormente, la **evaluación continua o formativa** se convierte en el eje vertebrador de las 15 unidades didácticas, desarrollándose de forma sistemática durante cada sesión. Este proceso permite detectar en tiempo real posibles dificultades de aprendizaje, bloqueos emocionales o conflictos en la dinámica de los "comités olímpicos". A través del feedback constante y el uso de instrumentos como el Cuaderno del Comité, el docente puede reorientar su intervención pedagógica y adaptar el ritmo de enseñanza a la evolución real del grupo,

garantizando un acompañamiento constante en la adquisición de las competencias.

Finalmente, se realizará una **evaluación final o sumativa** al concluir cada unidad y, de manera más relevante, tras los momentos clave a lo largo de cada trimestre como la UPD 15 (Ceremonia de Clausura). En este momento, se sintetiza toda la información recogida mediante las rúbricas y las producciones del alumnado para determinar el grado de consecución de los criterios de evaluación y los objetivos previstos. Esta valoración final no se entiende como un cierre definitivo, sino como una base informativa fundamental para establecer las metas del siguiente ciclo de aprendizaje y reflexionar sobre el progreso global del estudiante a lo largo del curso escolar.

8.5 Criterios de calificación

En este apartado se concreta el sistema de ponderación que permite traducir el desempeño del alumnado en una calificación numérica y cualitativa. La evaluación se fundamenta en la distribución equilibrada de los pesos porcentuales asignados a cada unidad, garantizando que la nota final refleje de manera fiel la adquisición de las competencias previstas. La siguiente tabla detalla la ponderación de la nota final, relacionando cada unidad didáctica evaluación y el porcentaje asignado:

UPD	Criterio de evaluación	Descriptorios operativos	Porcentaje de calificación
1	3.3	CCL5	60%
	4.4	CCEC2	40%
2	1.2	STEM2	20%
	2.1	CPSAA1	20%
	2.2	CPSAA4	40%

3	2.3	CPSAA5	40%
	3.2	CC3	30%
	3.3	CPSAA3	30%
4	2.1	CPSAA5	30%
	3.1	CPSAA1	30%
	3.3	CPSAA3	40%
5	1.4	CPSAA1	45%
	4.1	CCEC4	30%
	4.5	CCEC3	25%
6	3.1	CPSAA1	30%
	3.2	CC3	30%
	4.1	CCEC1	40%
7	2.1	CPSAA5	35%
	3.1	CPSAA1	30%
	3.2	CPSAA1	35%
8	2.1	CPSAA5	30%
	3.1	CPSAA1	30%
	3.2	CPSAA3 / CC3	40%
9	3.1	CPSAA1	30%
	3.2	CC3	30%
	3.3	CPSAA3	40%
10	2.3	CCEC3	45%
	3.1	CPSAA1	30%
	3.2	CPSAA3	25%
11	1.1	CPSAA2	25%
	2.2	CPSAA4	25%
	5.1	CC4 / STEM5	50%
12	1.1	STEM5 / CPSAA2	30%
	1.2	CPSAA2	40%
	1.3	CPSAA2	30%
13	2.1	CPSAA3	40%
	3.1	CPSAA1	30%
	3.2	CPSAA3	30%
14	2.1	STEM4 / CPSAA5	40%
	3.1	CPSAA1	30%
	3.2	CPSAA3	30%
15	3.1	CPSAA1	25%
	3.2	CCEC4	40%
	4.1	CCEC1 / CCEC3	35%

Tabla 17. Relación entre unidades de programación didácticas, criterios de evaluación descriptores operativos y porcentaje de evaluación.

8.6 Evaluación de la práctica docente.

Esta programación se sustenta en lo dispuesto por el Art.23 de la Orden EFP/678/2022, con el firme propósito de trascender la mera fiscalización del desempeño profesional para centrarse en la calidad pedagógica y la pertinencia de las UPD frente a la realidad del aula. Este análisis, esencial para calibrar el éxito de nuestra “Misión Olímpica”, se articula a través de un enfoque dual que combina la **observación sistemática** del maestro, analizando aspectos como la gestión de recursos, la inclusión y el clima de convivencia, con la **retroalimentación directa** de los estudiantes mediante instrumentos participativos, tales como dianas de evaluación o rúbricas de satisfacción. Al integrar la perspectiva de los “países Olímpicos” sobre la claridad de las metas y su propia motivación se garantiza que el documento pueda programático permanezca vivo y sea capaz de evolucionar asegurando una respuesta educativa flexible segura y plenamente significativa para todo el alumnado.

Criterios de evaluación	Escala de valoración				
Claridad en las explicaciones					
¿El profesor transmite los objetivos y tareas de forma clara y comprensible?	1	2	3	4	5
¿Las instrucciones recibidas facilitan la realización de las actividades sin dudas?	1	2	3	4	5
¿Se aplican demostraciones o ejemplos que facilitan el aprendizaje?	1	2	3	4	5
Interacción y comunicación					
¿El docente se interesa por las opiniones y escucha las propuestas del grupo?	1	2	3	4	5
	1	2	3	4	5

¿Se garantiza un ambiente de respeto y una resolución positiva de conflictos?					
Motivación y entusiasmo					
¿El profesor proyecta interés por la materia y manifiesta una actitud positiva?	1	2	3	4	5
¿Las propuestas de clase resultan atractivas e impulsan al esfuerzo personal?	1	2	3	4	5
Organización y gestión del tiempo					
¿Conseguirás que las sesiones presenten una estructura clara y el material preparado?	1	2	3	4	5
¿Se optimiza el tiempo de clase para realizar una práctica física efectiva?	1	2	3	4	5
Uso de recursos y materiales					
¿Los materiales utilizados son variados, seguros y adecuados a las actividades?	1	2	3	4	5
¿Se emplean recursos originales que despiertan tu interés por la actividad?	1	2	3	4	5
Apoyo y feedback					
¿El docente te orienta y te ayuda a superar tus dificultades motrices?	1	2	3	4	5
¿Recibes esa información específica sobre tus progresos y cómo puedes mejorar?	1	2	3	4	5

Tabla 18. Escala de valoración de la evaluación de la práctica docente.

La información obtenida mediante estos instrumentos será registrada y analizada sistemáticamente al cierre de cada unidad y de forma más profunda al finalizar cada trimestre. Este proceso permitirá identificar tendencias fortalezas y posibles de ajustes de la intervención pedagógica, transformando las valoraciones de alumnado en objetivos de mejora concretos. Las conclusiones derivadas de esta reflexión se integrarán en la memoria final de la programación sirviendo de base para la toma de decisiones metodológicas y permitiendo que la práctica docente evolucione en sintonía con las necesidades detectadas en el grupo-clase.

6. Atención a las diferencias individuales del alumnado.

La atención a la diversidad en esta programación se fundamenta en el artículo 6 del Real decreto 157/2022, que enfatiza la inclusión educativa, la atención personalizada y la flexibilización de las alternativas metodológicas. En el contexto de GSD Moratalaz, el grupo de cuarto de primaria presenta una notable heterogeneidad cultural y distintos ritmos de aprendizaje, incluyendo un alumno con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

Para dar respuesta a esta realidad, se adopta el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) (Pinilla-Arbex, 2020), no como una adaptación puntual, sino como una estrategia para crear un entorno de aprendizaje accesible desde su origen.

6.1 Concreción del DUA en las situaciones de diversidad

A continuación, se presentan las acciones estratégicas diseñadas para garantizar la inclusión y la equidad durante el desarrollo las unidades.

Situación de diversidad	de	Acciones desarrolladas para garantizar el DUA
Diversidad de género	de	Uso del lenguaje no sexista información de equipos mixtos en las “delegaciones olímpicas”. Incorporación De referentes deportivos femeninos y masculinos (Olimpiadas y Paralimpiadas) para diversificar los modelos de éxito
Diversidad cultural familiar	y	Aprovechamiento del desfile de naciones para que el alumnado comparta valores y tradiciones de sus orígenes. Normalización de la multiculturalidad como un activo del grupo, integrando juegos tradicionales de diferentes culturas.
Alumnado con TDAH	con	Implementación de rutinas claras (inicio/fin de sesión) y apoyos visuales para las explicaciones. Segmentación de tareas en pasos cortos, uso de refuerzos positivos y

	asignación de roles de responsabilidad (ej. capitán del material) para canalizar la actividad.
Ritmos de aprendizaje	Flexibilización de los tiempos de ejecución y diseño de tareas con distintos niveles de complejidad (estaciones de aprendizaje) para que cada “atleta” progrese según su punto de partida.

Tabla 19. Concreción del DUA en las situaciones de diversidad del aula.

6.2 Actividades de refuerzo y ampliación.

Atendiendo a los distintos ritmos de asimilación y seguimiento siguiendo lo establecido en la LOMLOE, se proponen actividades que permiten ajustar el nivel de exigencia según las necesidades detectadas durante la evaluación formativa.

Competencia específica	Actividades de refuerzo	Actividades de ampliación
1.Estilo de vida saludable	Elaboración de un menú olímpico visual clasificando alimentos saludables y hábitos de higiene.	Diseño de un decálogo de salud para compartir con las familias a través de la plataforma Alexia GSD.
2.Proyectos motores	Estaciones de práctica con materiales adaptados (pelotas de diferentes tamaños/pesos) para facilitar el éxito motriz.	Realización de un desafío de habilidades en el alumno diseña una variante del juego para sus compañeros.
3.Autorregulación e interacción	Uso de tarjetas de rol con funciones sencillas y explícitas para mejorar la organización del grupo.	Programa de “Mediadores Olímpicos”: alumnos que ayudan a resolver conflictos y velan por el juego limpio.
4.Cultura motriz	Visualización de clips históricos olímpicos del deporte trabajado y realización de una ficha visual sobre el valor del esfuerzo y las reglas básicas para simplificar la comprensión.	Investigación breve sobre el origen del deporte y propuesta de una regla nueva o cambio de norma para hacer el juego más divertido o participativo, asumiendo el rol de “analista olímpico”.
5.Interacción con el entorno	Cuaderno de retos sencillos sobre normas de	Diseño de una ruta de movilidad sostenible y

	seguridad vial en el patio del colegio.	segura desde el domicilio hasta el centro GSD Moratalaz.
--	---	--

Tabla 20. Actividades de esfuerzo y ampliación.

10. Contribución de la programación al desarrollo de otros planes

Esta programación didáctica no se concibe como un elemento aislado, sino como una pieza clave dentro de la creación del proyecto educativo de centro (PEC). Siguiendo el hilo conductor de los Juegos Olímpicos, la Educación Física actúa como un eje transversal que refuerza las metas compartidas de la comunidad escolar integrándose en los siguientes planes institucionales:

10.1 Plan de fomento de la lectura y mejora de la expresión oral y escrita

El cumplimiento con el Decreto 61/2022 de Madrid que establece el trabajo de la comprensión lectora y la expresión en todas las áreas, nuestra “Misión Olímpica” impulsa la competencia lingüística mediante:

- **Comprensión lectora:** la interpretación de los reglamentos con diseñados y la lectura de las tarjetas de desafío o retos técnicos en cada UPD.
- **Expresión oral y escrita:** la realización de asambleas al inicio y cierre de sesión para consensuar estrategias colectivas, junto con la redacción de breves reflexiones en el cuaderno de bitácora del atleta sobre los valores Olímpicos trabajados.

10.2 Plan de convivencia y resolución de conflictos

Este aspecto constituye uno de los pilares fundamentales de la propuesta, ya que la Educación Física ofrece un entorno real para el aprendizaje y desarrollo

del alumnado. La programación contribuye a este plan mediante la aplicación de metodologías que requieren de cooperación, participación constante y una responsabilidad por parte de todos, favoreciendo de esta forma la gestión emocional, el respeto a las normas (juego limpio) y el uso del diálogo como herramienta para la resolución de conflictos.

10.3 Plan de digitalización y competencia digital

La programación se adapta a la realidad tecnológica mediante la integración estratégica de recursos digitales, lo que en esta programación se concreta en el uso de herramientas que permiten el registro y análisis de secuencias motrices, favoreciendo la autorreflexión y la toma de conciencia del propio proceso, así como en la búsqueda selección y tratamiento de la información a través de la red, contribuyendo a la construcción de un conocimiento compartido por todos.

10.3 Plan de vida saludable y sostenibilidad

Por último, se contribuye a este plan mediante la interpretación de reglamentos co-diseñados, la lectura de desafíos técnicos y la realización de asambleas diarias para consensuar estrategias colectivas o redactar reflexiones sobre los valores eléctricos en el cuaderno de bitácora. Asimismo, la asignatura fortalece el plan de convivencia a través de metodologías cooperativas que reducen el individualismo y el uso del juego limpio para la resolución pacífica de conflictos. Respecto al plan de digitalización, se integran recursos tecnológicos para el registro y análisis de secuencias motrices junto con la búsqueda de información sobre tradiciones deportivas internacionales. Finalmente, promueve un estilo de vida saludable y sostenible mediante el cuidado del material y el entorno, junto con hábitos de higiene y alimentación que fomentan una vida activa más allá del ámbito escolar.

11. Conclusiones.

En conclusión, el desarrollo de esa programación didáctica ha supuesto un proceso de aprendizaje profundo y necesario, especialmente por la toma de conciencia de todo el trabajo que existe detrás de la planificación educativa. A lo largo de su elaboración he podido comprobar con una programación didáctica no es únicamente un documento teórico, sino una herramienta compleja, detallada y fundamental para garantizar una intervención educativa coherente estructurada y de calidad.

Este trabajo me ha permitido acercarme a la realidad docente desde una perspectiva más práctica y realista, entendiendo que cada decisión metodológica, cada actividad y cada instrumento de evaluación tienen un propósito concreto orientado desarrollo de los alumnos. En muchas ocasiones, como estudiante, no sé es consciente del nivel de planificación, reflexión y adaptación que requiere el diseño de una propuesta educativa completa, ni de la responsabilidad que implica garantizar una enseñanza ajustada a las necesidades de los alumnos. Además, la programación elaborada bajo el hilo conductor de los Juegos Olímpicos me ha hecho comprender la importancia que tiene un eje motivador para poder articular el proceso de enseñanza aprendizaje. También me ha permitido reforzar la idea de que la Educación Física no solo se centra en el desarrollo motriz, sino también en la formación de valores como el esfuerzo, la superación, el respeto, la igualdad y la cooperación, elementos directamente vinculados con los valores Olímpicos.

12. Bibliografía.

Dewey, J. (1989). *Experiencia y educación*. Biblioteca Nueva. (Obra original publicada en 1938).

Monguillot Hernando, M., González Arévalo, C., Zurita Mon, C., Almirall Batet, L., & Guitert Catasús, M. (2015). *Play the game: gamificación y hábitos saludables en educación física*. *Apunts Educación Física y Deportes*, 119, 71–79.

Mosston, M., & Ashworth, S. (1993). *La enseñanza de la educación física: La reforma de los estilos de enseñanza*. Hispano Europea.

Pinilla-Arbex, J. (2023). *Diseño universal para el aprendizaje en educación física*. Editorial Inclusión.

Trujillo Sáez, F. (2015). *Aprendizaje basado en proyectos: Infantil, Primaria y Secundaria*. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

UNESCO. (2020). *Global education monitoring report 2020: Inclusion and education – All means all*. UNESCO Publishing.

13. Anexos

13.1 Contextualización y justificación de la UPD

La unidad de programación didáctica (UPD) escogida es la número 8, titulada “Deportes Alternativos”, diseñada para el curso académico 2025 -2026, está destinada al alumnado de 4ª primaria del centro educativo Gredos San Diego de Moratalaz, cuenta con un ratio de 22 alumnos por aula. Está enmarcada en el contexto normativo del Real Decreto 157/2022 y el Decreto 61/2022 de la Comunidad de Madrid, se desarrolla bajo el hilo conductor de la “Misión Olímpica”. El propósito fundamental es exponer al alumnado a estímulos motrices novedosos y reglas no convencionales a través de disciplinas como el Ultimate frisbee, Tchoukball, Kickball y Rugby flag, garantizando así la igualdad de oportunidades y la inclusión real al eliminar la ventaja competitiva de los deportes tradicionales. Mediante este enfoque, se busca potenciar no solo la competencia motriz y la resolución de problemas en entornos de colaboración-oposición, sino también fortalecer valores transversales como la toma de decisiones estratégica, el respeto a las normas de juegos limpio y la convivencia positiva, elementos esenciales para que el estudiante se desarrolle tanto en el ámbito deportivo como en su realidad cotidiana.

13.2 Atención a la diversidad y aplicación del Diseño Universal para el Aprendizaje

Esta unidad de programación didáctica se diseña desde los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), con el fin de garantizar la participación de todo el alumnado independientemente de sus características individuales, se plantean situaciones de aprendizaje flexibles que permiten ajustar la práctica a diferentes ritmos, niveles y necesidades dentro del grupo.

En relación con él cómo se aplica el DUA, se incorporan diferentes formas de representación de la información mediante explicaciones breves acompañadas de apoyos visuales (demostraciones prácticas o señalización del espacio), facilitando la comprensión de las consignas. También se ofrecen múltiples formas de acción y expresión, permitiendo adaptar la ejecución de las tareas a través de variantes en la dificultad (modificación de distancias, número de pases o condiciones de éxito), lo que favorece la autorregulación y el ajuste al nivel de cada grupo. Por último, se promueven distintas formas de implicación mediante actividades dinámicas, retos progresivos y respuestas cooperativas que incrementan la motivación y el compromiso del alumnado.

En cuanto a **cuándo se aplica**, estos principios están presentes a lo largo de toda la unidad: en la fase inicial de cada sesión (mediante la presentación accesible de las tareas), durante la práctica (a través de la adaptación progresiva de las actividades y la posibilidad de elección en algunos aspectos) y en la fase final (mediante espacios de reflexión y autoevaluación que permitan al alumnado tomar conciencia de su propio aprendizaje).

Como herramienta clave para favorecer la inclusión y la participación, se incorporan roles de responsabilidad organizados de forma rotativa en pequeños grupos. Entre ellos destacan el **encargado de material**, que es responsable de la preparación, distribución y recogida del equipamiento, **el coordinador de equipo**, que se encarga de organizar la participación y facilita la implicación de todos los miembros, **el árbitro o juez**, que supervisa el cumplimiento de las normas y favorece la resolución dialogada de conflictos y en algunos casos, el **observador o ayudante**, que apoya en la supervisión de la actividad y aporta retroalimentación sencilla al grupo. Estos roles se asignan al inicio de cada

sesión y se alternan progresivamente, permitiendo distribuir la responsabilidad, y mejorar la autonomía.

13.3 Objetivos didácticos y su contribución a los objetivos de etapa y de la UPD.

Los objetivos didácticos de esta UPD se han diseñado para garantizar una actuación coherente desde la práctica hacia la adquisición de competencias generales.

Objetivo didáctico 1: Desarrollar la creatividad motriz y la capacidad de resolución de problemas en situaciones deportivas nuevas, adaptándose a reglas novedosas y tomando decisiones efectivas en contextos de juego poco familiares.

Este objetivo contribuye directamente al **objetivo de etapa 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) y al **objetivo de etapa B** (desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu).

Así como a los **objetivos de programación: 4** (Integrar la práctica físico-deportiva como una opción de ocio y cultura, conociendo juegos de todo el mundo), **5** (Participar en los juegos y competiciones aplicando principios de inclusión, respeto y juego limpio entre naciones) y **6** (Desarrollar habilidades de trabajo en equipo para resolver desafíos cooperativos y fortalecer la cohesión del país.)

Objetivo didáctico 2: Conseguir una mejora la cooperación y la comunicación asertiva en situaciones de equipo, respetando la diversidad del grupo.

Este objetivo se vincula principalmente con el **objetivo de etapa B**, al promover el trabajo en equipo, la responsabilidad y la interacción social, y la de forma complementaria con el **objetivo de etapa K**, al favorecer el respeto a las diferencias y el desarrollo personal y social a través de la práctica motriz.

Así a los **objetivos de programación: 8** (adaptar las capacidades físicas y habilidades motrices a las demandas de las diferentes disciplinas olímpicas), **9** (mejorar la toma de decisiones y el respeto a las normas consensuadas en la "Constitución" de cada país) y **10** (evaluar y registrar el progreso de la propia condición motriz y el nivel de logro de los retos olímpicos de forma responsable).

13.4 Competencias clave y específicas y su relación con los objetivos y contenidos.

Los contenidos sitúan en torno a dos ejes principales del currículo:

- **Bloque B. Organización y gestión de la actividad física:** incluye la elección de la práctica con fines lúdicos-cooperativos, El respeto a la diversidad de elecciones, el cuidado del material específico de los deportes alternativos y la prevención de riesgos mediante el uso correcto del equipamiento,
- **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:** Abarca la toma de decisiones tácticas (pases), el desarrollo de capacidades físicas y perceptivo-motrices (coordinación y lateralidad) y, fundamentalmente, la creatividad motriz adaptada a situaciones de juegos poco familiares.

- **Contenidos transversales:** se integran de forma sistemática el aprendizaje de la resolución pacífica de conflictos (punto 2), el fomento de la deportividad y el trabajo en equipo (punto 4) y la mejora de la convivencia y la empatía (punto 5), garantizando la no discriminación en función del nivel de habilidad o género.

13.5 Criterios de evaluación y descriptores operativos

Los criterios de evaluación de la presente unidad de programación didáctica se han seleccionado en coherencia con los objetivos planteados y los aprendizajes que se pretenden desarrollar a lo largo de las sesiones. Estos criterios permiten valorar tanto el desempeño motriz del alumnado en contextos de práctica real como su capacidad para regular su comportamiento, gestionar sus emociones y participar de forma activa y respetuosa en situaciones de trabajo en equipo. Estos criterios se vinculan con los descriptores operativos de las competencias clave, garantizando una evaluación que atiende no solo al resultado, sino también al proceso de aprendizaje.

2.1 Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.

- 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.

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

- 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.

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

- 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.
- CC3: Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas de la actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, cuidar el entorno, de rechazar prejuicios, y de oponerse a cualquier forma de discriminación y violencia.

13.6 Metodología y recursos.

En esta unidad, se adoptará una metodología inclusiva que combina la asignación de tareas con estructuras de aprendizaje cooperativo y aprendizaje dialógico. Este enfoque conjunto busca no solo la eficiencia motriz, sino también la construcción social del conocimiento y el desarrollo de la autonomía personal.

Metodología principal y estrategias activas

- **Asignación de tareas:** es el eje que promueve la autonomía. Se presentan tarjetas de desafíos técnicos (ej. tipo de lanzamientos en Ultimate) que permiten al alumnado ejecutar las actividades a su propio ritmo. Eso facilita que el docente pueda atender de forma individualizada a los diferentes niveles de competencia mientras los alumnos gestionan su progreso.
- **Aprendizaje cooperativo:** esta metodología se aplica para transformar al grupo en una comunidad de aprendizaje. A través de ella, se desarrolla la interdependencia positiva, donde el éxito del país olímpico depende del esfuerzo de todos sus integrantes, y la responsabilidad grupal, donde cada alumno asume un rol específico esencial para el funcionamiento del equipo.
- **Aprendizaje dialógico:** se implementa como herramienta para construir conocimiento a través del diálogo igualitario. En un contexto de deportes alternativos con reglas nuevas, el diálogo permite que todos los alumnos, independientemente de su estatus motor, aporten ideas para resolver problemas tácticos, validando sus argumentos por su calidad y no por la jerarquía del alumno que los emite.

Estilos de enseñanza implementados:

- **Mando directo modificado:** utilizando de forma breve al inicio para comunicar normas de seguridad y el uso concreto de materiales específicos (como los cuadros de Tchoukball), garantizando un entorno de práctica seguro.

- **Descubrimiento guiado:** el docente plantea retos mediante preguntas que obligan al alumno a reflexionar. Este estilo es el puente hacia el aprendizaje dialógico, ya que las respuestas se consensúan entre los compañeros para encontrar la mejor solución táctica.
- **Estilos creativos:** se fomenta la toma de decisiones permitiendo que los equipos propongan variantes a las reglas originales, adaptando los deportes alternativos a sus propias necesidades y desarrollando el pensamiento crítico.

Recursos materiales

- **Específicos:** discos voladores, cuadros de rebote, cinturones de *flag*, balones de goma espuma, tarjeta de tareas plastificadas, conos de señalización, aros, petos de colores para identificar a los países participantes.
- **Especiales:** pabellón y pistas del GSD Moratalaz, organizados para facilitar tanto la práctica autónoma como el debate grupal.

13.7 Actividades de enseñanza-aprendizaje.

Ultimate frisbee			
Nº sesión	1	Fecha	05/05/2026
Objetivos	Adaptar la coordinación óculo-manual al lanzamiento y recepción del disco volador.		
Recursos	Frisbees, conos y petos.		
Organización de la clase	Pista polideportiva		
Calentamiento			
10´	<p>El disco caliente: Se colocan por grupos de 5, se deberán pasar el disco con la mayor precisión posible. Para aumentar la dificultad, cada vez que el grupo consiga completar diez pases consecutivos sin que el disco caiga, todos los integrantes darán un paso hacia atrás, incrementando progresivamente la distancia entre ellos y ajustando la exigencia de la tarea en función de su propio rendimiento.</p>		
Parte principal			
35´	<p>Técnica de lanzamiento: por parejas deberán practicar lanzamientos backhand y forehand variando las distancias para aumentar dificultad en función de su grado de consecución.</p> <p>El gato y el ratón: se colocan por tríos, dos se pasan el disco y uno intenta interceptarlo. El compañero que tiene el disco no puede desplazarse, debiendo mantener el pie de pivote (un pie fijo en el suelo que actúa como apoyo mientras el otro puede moverse). Para asegurar la participación y evitar que un alumno permanezca mucho tiempo sin interceptar el disco, se establece un límite de 20 pases consecutivos; si la pareja atacante los completa sin pérdida, se produce cambio de roles, pasando el defensor a formar parte del ataque y uno de los atacantes a defender.</p> <p>El juego de los 10 pases: Se forman equipos de 6 personas, que se enfrentan entre sí con el objetivo de completar 10 pases consecutivos sin que el disco toque el suelo ni sea interceptado. Como condición del juego, será obligatorio que todos los miembros del equipo hayan realizado al menos un pase antes de poder completar la secuencia. Variante: se introduce defensa individual, y el equipo que consigue punto puede decidir si mantiene la misma organización defensiva o realiza un cambio de emparejamientos.</p>		
Vuelta a la calma			
10´	<p>Bomba: los alumnos se colocan por grupos de 5-6 personas formando un círculo y sentados. Se deberán pasar un frisbee a corta distancia mientras que un compañero se sitúa en el centro contando mentalmente hasta 30. Durante el conteo debe decir distintas premisas como “cambio de sentido”, “regalito” (elegir a quien pasa del frisbee) y al acercarse el final, “aviso de bomba”, de forma que cuando diga “bomba” la persona que tenga el frisbee pasa al centro y continúa el juego.</p>		

Reflexión grupal: para que los alumnos reflexionen sobre lo trabajado en la sesión y escuchen diversas opiniones, como, por ejemplo: ¿Qué ha sido más difícil, lanzar o recibir sin que se caiga?
--

Tchoukball	
Nº sesión	2
Fecha	07/05/2026
Objetivos	Practicar el juego sin contacto y la precisión del rebote.
Recursos	Balones de balonmano, dos cuadro de rebote o camas elásticas, petos.
Organización de la clase	Pista polideportiva
Calentamiento	
10´	Un, dos, tres, rebota otra vez: consiste en lanzar el balón al cuadro de rebote o cama elástica y atrapar el rebote propio sin que toque el suelo. Para lograr una mayor participación y dinamismo, se dispondrá de varios cuadros de rebote distribuidos por el espacio. Los alumnos tendrán un número asignado del 1 al 3, de manera que, cuando el profesor diga un número, todos los alumnos correspondientes se desplazarán rápidamente desde su posición hasta el cuadro de rebote más cercano, donde deberán lanzar el balón sin que toque el suelo y atraparlo correctamente con las manos.
Parte principal	
40´	<p>Punto a la de tres: por equipos de 6, el alumnado debe realizar una secuencia de pases sin que el balón caiga al suelo y, tras un mínimo de 3 pases consecutivos, realizar un lanzamiento al cuadro de rebote. El objetivo es que el balón rebote correctamente y sea recogido por un compañero del mismo equipo sin que toque el suelo, consiguiendo así un punto. Cada vez que el equipo consiga puntuar, aumentará el número mínimo de pases necesarios antes del lanzamiento final, pasando de 3 a 4, después a 5 y así sucesivamente, ajustando progresivamente la dificultad de la tarea en función del rendimiento del grupo.</p> <p>3 vs 3: en grupos de seis alumnos, se forman dos equipos de tres jugadores: tres atacantes y tres defensores. El equipo atacante inicia la jugada realizando pases entre sus miembros (máximo 3) antes de lanzar al cuadro de rebote para intentar conseguir punto. El equipo defensor no puede interceptar los pases ni el lanzamiento, y su función es colocarse para recoger el balón únicamente después del rebote en el cuadro. Si el balón cae al suelo tras el rebote, el equipo atacante suma punto; si el equipo defensor lo atrapa, se continúa el juego sin punto. Tras un tiempo determinado, se cambian los roles entre atacantes y defensores.</p>

	Mini partido de Tchoukball: los equipos de la anterior actividad se enfrentan a otro equipo y jugarán un partido. Solo se puntúa si el balón rebota en el cuadro y toca el suelo fuera del área prohibida. Está prohibido interceptar pases.
Vuelta a la calma	
5´	Se recoge el material y se realiza una respiración dirigida, en la que deberán colocarse en una postura cómoda (tumbados, sentado o de pie) y tendrán que concentrarse en inhalar lentamente por la nariz hasta llenar sus pulmones, mantener el aire unos segundos y exhalar poco a poco por la boca.

Kickball			
Nº sesión	3	Fecha	12/05/2026
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollar habilidades de golpeo con el pie y carrera de bases. - Coordinar acciones con los compañeros para organizar estrategias básicas de equipo en situaciones de juego colectivo. 		
Recursos	Balón de goma espuma grande, aros (como bases).		
Organización de la clase	Campo de béisbol adaptado en el patio.		
Calentamiento			
10´	El pateador: por parejas, uno se convierte en el pateador que lanzará la pelota de goma espuma todo lo lejos que pueda y el otro será el interceptor que deberá conseguir atraparla al vuelo sin que se caiga al suelo. Cuando el profesor lo indique cambiarán de rol.		
Parte principal			
40´	<p>Captura y pase: en grupos de 6, se colocan 3 zonas de base marcadas en el espacio con aros. Un alumno (el pateador) realiza un golpeo suave del balón y el resto del grupo debe actuar rápidamente como “cazadores de bases”, que consiste en recoger el balón lo antes posible y realizar una carrera-pase en equipo para enviarlo a la base central antes de que el pateador llegue.</p> <p>Kick-olimpiadas: la clase se divide en dos equipos, uno atacante y otro defensor. Un jugador del equipo defensor rueda el balón por el suelo hacia el pateador, que lo golpea y corre por las bases intentando completar el recorrido. El equipo defensor debe recoger el balón, y pasarlo rápidamente a una base. Si el balón llega antes que el corredor, este queda eliminado; si llega después, el corredor se queda en la base y podrá seguir avanzando cuando el siguiente compañero pateo. No puede haber dos jugadores en la misma base, por los que, si un corredor es alcanzado por otro, queda eliminado. Si el balón está</p>		

	<p>tapado al vuelo el pateador también queda eliminado. Si un jugador consigue recorrer todas las bases sin ser eliminado, realiza un “home run” y tiene doble punto. Tras una ronda, los equipos cambian de rol. Cada vez que un equipo consiga puntuar, se incrementa la dificultad del golpeo, realizando el lanzamiento desde mayor distancia. Además, en caso de “home run”, se amplía la distancia entre bases, obligando al corredor a recorrer un espacio mayor, ajustando así el esfuerzo y la exigencia de la tarea en función del rendimiento del grupo.</p>
Vuelta a la calma	
5´	<p>Pase tranquilo: El alumnado se organiza en grupos de 6, formando un círculo sentados y pasándose el balón de kickball de forma suave entre compañeros, nombrando a la persona a la que se lo envían y manteniendo un ritmo cada vez más lento para volver a la calma.</p> <p>Reflexión grupal: con la intención de reflexionar sobre lo trabajado en la sesión y escuchar diversas opiniones, el profesor introduce una breve reflexión con preguntas como: ¿Dónde preferís jugar y por qué?, ¿defensores o pateadores? ¿Habéis organizado la defensa para cubrir el campo estratégicamente?</p>

Rugby Flag			
Nº sesión	4	Fecha	14/05/2026
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Resolver situaciones de oposición sin contacto físico. - Desarrollar la cooperación y la comunicación motriz en situaciones de oposición sin contacto, garantizando la participación de todo el equipo. 		
Recursos	Cinturones con cintas (flags), balones de rugby de goma espuma, petos.		
Organización de la clase	Polideportivo o patio		
Calentamiento			
10´	<p>Caza-colas: todo el alumnado porta un peto o cinta en la parte trasera del pantalón. El objetivo del juego es intentar conseguir el mayor número de cintas posibles sin perder la propia.</p>		
Parte principal			
30´	<p>Pase hacia atrás: se organizan en cuatro filas de seis alumnos, deben avanzar por el espacio realizando pases exclusivamente hacia atrás. Se comienza caminando, progresando a trote y finalmente a carrera, consiguiendo la comprensión de la regla básica del rugby flag y la coordinación en desplazamiento.</p> <p>El muro: un jugador defensor intentará quitar el flag a tres atacantes que deben cooperar para cruzar la línea de fondo sin ser interceptados.</p>		

	<p>Trabajando la evasión, la toma de decisiones y la ocupación del espacio.</p> <p>Torneo olímpico: Se realizan partidos de 6x6 con reglas adaptadas: no está permitido el contacto físico, los pases deben realizarse hacia atrás y el objetivo es conseguir ensayo cruzando la línea de marca. Consiguiendo de esta forma la cooperación el respeto de normas y la aplicación global del juego. Cada ensayo tendrá una puntuación progresiva según el nivel de dificultad alcanzado en la jugada (por ejemplo, mayor número de pases consecutivos, participación de más miembros del equipo o mayor distancia recorrida antes de anotar), de manera que cada acción de anotación suponga un reto adicional para el equipo, incrementando progresivamente las condiciones necesarias para puntuar</p>
Vuelta a la calma	
5-10´	Los alumnos realizan la diana de autoevaluación para valorar su nivel de participación, implicación y comportamiento cooperativo durante la unidad.

13.8 Evaluación.

El procedimiento de evaluación se ha diseñado desde enfoque formativo y compartido, orientado a valorar tanto el desempeño motriz como la capacidad de cooperación y reflexión del alumnado. La calificación final se obtiene a partir de diferentes instrumentos de evaluación. En primer lugar, mediante la observación del docente en situaciones de juego real modificado real o modificado se cumplimentan dos rúbricas que suponen el 30% y 40% de la nota final, permitiendo valorar tanto la consecución de los objetivos motrices como el respeto de las normas, la deportividad, y la participación en el juego. Por otro lado, el alumno realiza una autoevaluación a través de una diana al finalizar las sesiones, que representa el 30% de la calificación, favoreciendo la identificación y gestión de sus emociones durante la práctica. Consiguiendo que dentro de la evaluación se incluya la valoración del proceso y el resultado, implicando activamente al alumnado en su aprendizaje.

- **Rúbrica de desempeño motriz y adaptación (criterio de evaluación**

2.1 – 30%):

Este instrumento será aplicado por el docente para evaluar la capacidad del alumnado de adaptar sus habilidades motrices a las reglas de los deportes alternativos. La rúbrica cuenta con cuatro niveles de logro (del 1 al 4), dónde se valorar la fluidez en la ejecución, la correcta aplicación de las normas específicas y la eficacia en la resolución de situaciones motrices nuevas. Este instrumento permite documentar al progreso técnico y proporciona un feedback inmediato durante la práctica.

Indicadores	Nivel 1 (25%)	Nivel 2 (50%)	Nivel 3 (75%)	Nivel 4 (100%)
Toma de decisiones y seguimiento del juego (10%)	Toma continuamente decisiones que provocan la pérdida de posesión del móvil y permiten el avance rival sin oposición.	Identifica el rol asignado pero requiere de 3 o más avisos del docente para posicionarse correctamente en el campo.	Mantiene la posesión del móvil en al menos la mitad de sus intervenciones, orientando su acción hacia la meta rival.	Anticipa el juego, mantiene la posesión bajo presión y explica tras la sesión por qué tomó cada decisión táctica.
Habilidades técnicas en deportes alternativos (10%)	Falla más del 75% de los intentos de golpeo o recepción del móvil en situaciones de juego real.	Ejecuta lanzamientos o pases que llegan a su destino solo si se realizan sin presencia de defensores cerca.	Completa con éxito 3 de cada 5 pases o recepciones mientras se desplaza por el espacio de juego.	Controla el móvil sin pérdida de ritmo y encadena un gesto técnico con una acción de apoyo a un compañero.
Control corporal (10%)	Traspasa las líneas del campo o invade zonas	Mantiene el equilibrio en desplazamientos, pero detiene su	Se desplaza hacia los espacios libres de juego	Ajusta su postura y lateralidad para proteger

	prohibidas en más de 5 ocasiones durante el juego.	marcha por completo para poder manipular el material.	coordinando el movimiento de pies con el manejo del móvil.	el móvil, manteniendo siempre una visión periférica.
--	--	---	--	--

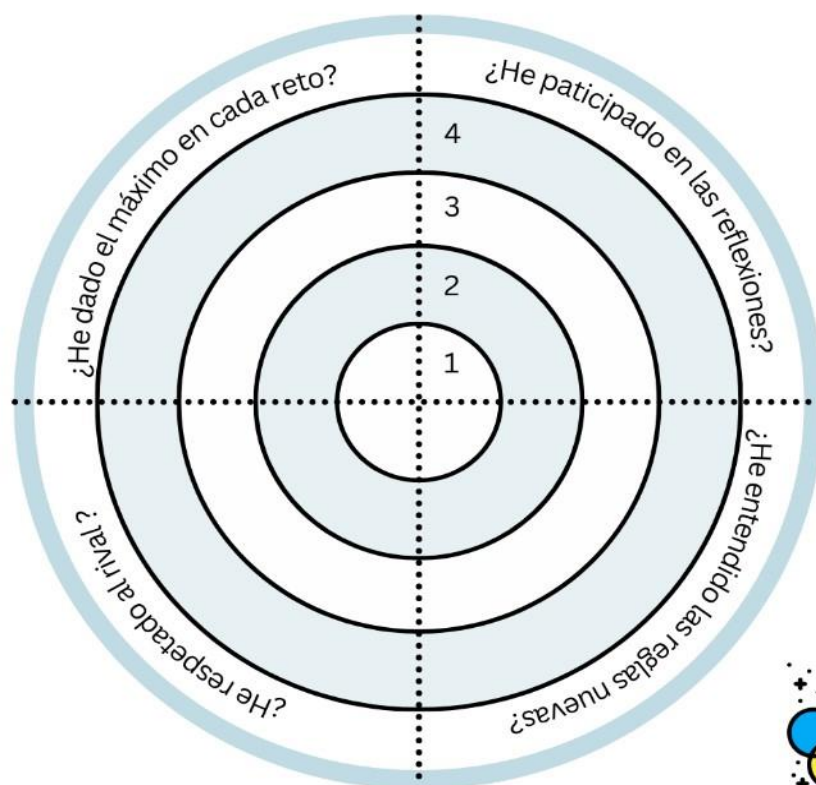
Tabla 21. Rúbrica del criterio de evaluación 2.1

○ **Diana de autoevaluación (criterio de evaluación 3.1 – peso: 30%):**

La diana de evaluación es una herramienta visual de autoevaluación que los alumnos completarán al finalizar la unidad. En ella, cada atleta olímpico debe reflexionar sobre su nivel de implicación, el respeto al juego limpio y su actitud ante la resolución pacífica de conflictos. Al unir los puntos en los diferentes ejes de la diana (participación, esfuerzo, respeto y compañerismo), el estudiante obtiene un gráfico de su desempeño socio-afectivo, facilitando la toma de conciencia sobre sus áreas de mejora personal.

Diana de autoevaluación

1= Necesita mejorar. | 2 = En proceso | 3 = Adecuado | 4 = Excelente



Lee cada uno de los criterios y valora tu desempeño marcando el nivel que consideres que mejor lo representa en cada sección de la diana. Cuanto más hacia el centro marques, mayor será el nivel alcanzado.

Tabla 22. Diana de autoevaluación del criterio de evaluación 3.1

- **Rubrica estrategia y cooperación (criterio de evaluación 3.2 – peso: 40%):**

Para evaluar la capacidad de aplicar estrategias de equipo y la interdependencia positiva, se empleará esta segunda rúbrica enfocada en la competencia social y ciudadana. El profesor observará como el alumno se comunica con su equipo, si asume los roles asignados y si propone soluciones tácticas durante los mini-partidos y retos cooperativos. Los niveles de todo permitirán diferenciar desde un nivel inicial de juegos individualista hasta un nivel avanzado de juegos colectivos y solidarios, alineado con los objetivos de la “Misión Olímpica”.

Indicadores	Nivel 1 (25%)	Nivel 2 (50%)	Nivel 3 (75%)	Nivel 4 (100%)
Respeto de normas y juego limpio (10%)	No respeta las normas ni muestra actitud deportiva	Respeto las normas de forma irregular y necesita recordatorios	Respeto las normas y mantiene una actitud de juegos limpio	Respeto y ayuda a cumplirlas normas favoreciendo el juego limpio en el grupo
Convivencia y respeto hacia los compañeros (10%)	Muestra conductas poco respetuosas o disruptivas	Respeto a los demás de forma puntual con ayuda docente	Mantiene una actitud respetuosa hacia compañeros y adversarios	Promueve activamente el respeto, la inclusión y el buen clima del grupo
Desempeño de roles dentro del equipo (10%)	No asume ninguna responsabilidad dentro del grupo	Cumple su rol asignado de forma básica o rígida	Desempeña su rol con compromiso, aportando valor al funcionamiento grupal	Ejerce su rol con liderazgo positivo y facilita la organización de los demás
Resolución de conflictos y dialogo en el juego	Ante un conflicto, eleva el tono de voz, protesta decisiones o abandona la tarea sin intentar resolver la situación	Ante un conflicto necesita la intervención del docente para aceptar decisiones o retomar la actividad	Resuelve conflictos mediante el diálogo, expresando su opinión y aceptando acuerdos con sus compañeros	Propone soluciones dialogadas, Escucha activamente y contribuye a mantener un clima positivo de convivencia

Tabla 23. Rúbrica del criterio de evaluación 3.2

13.6 Conclusión

La elaboración de esta unidad de programación didáctica me ha permitido diseñar una propuesta coherente, inclusiva y adaptada al contexto real del aula, en la que los deportes alternativos se convierten en una herramienta eficaz para el desarrollo del alumnado. A través de situaciones motrices novedosas y metodologías activas, no solo se ha conseguido alcanzar la adquisición de habilidades físicas, sino también el desarrollo de la cooperación, la toma de decisiones y la convivencia positiva del grupo. Además, la integración de los principios inclusivos y la evaluación formativa garantiza la participación de todo el alumnado, respondiendo a sus diferentes necesidades y promoviendo un aprendizaje que pueda ser transferible a su vida cotidiana.