



**COMILLAS**  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

# TRABAJO FIN DE GRADO

## Programación Didáctica de Educación Física

Curso 2023-2024 Doble Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
y en Educación Primaria con mención en lengua extranjera: inglés y mención  
en Educación Física

**Alumno:** Miguel Hernández Torres

**Tutor:** Aitor Centeno Fernández



# GAMERS AL GIMNASIO



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA  
ED. FÍSICA PARA PRIMARIA

## ÍNDICE

<b>1. Introducción</b> .....	<b>8</b>
<b>2. Fundamentación teórica-normativa</b> .....	<b>9</b>
<b>3. Contextualización</b> .....	<b>11</b>
3.1 Contextualización del centro .....	11
3.2 Ubicación.....	11
3.3 Descripción del entorno .....	11
3.4 Perfil de las familias .....	11
3.5 Perfil del alumnado del centro.....	12
3.6 Curso .....	12
3.7 Perfil de los alumnos del curso seleccionado .....	12
3.8 Planes y/o proyectos.....	13
3.9 Recursos personales .....	13
3.10 Recursos materiales .....	13
<b>4. Objetivos</b> .....	<b>14</b>
4.1 Objetivos de etapa .....	14
4.2 Objetivos de la programación.....	16
<b>5. Competencias</b> .....	<b>17</b>
5.1 Competencias clave .....	17
5.2 Competencias específicas.....	21

<b>6. Contenidos.....</b>	<b>24</b>
<b>6.1 Secuenciación de contenidos.....</b>	<b>25</b>
6.1.1 Unidad Didáctica “Fortnite” .....	28
6.1.2 Unidad Didáctica “Mario Bros” .....	29
6.1.3 Unidad Didáctica “Pac-Man” .....	30
6.1.4 Unidad Didáctica “Pokémon” .....	31
6.1.5 Unidad Didáctica “Sonic the Hedgehog” .....	32
6.1.6 Unidad Didáctica “Super Mario Kart” .....	33
6.1.7 Unidad Didáctica “Zelda” .....	34
6.1.8 Unidad Didáctica “Just Dance” .....	35
6.1.9 Unidad Didáctica “Wii Sports” .....	36
6.1.10 Unidad Didáctica “Pokémon GO” .....	37
6.1.11 Unidad Didáctica “Dance Dance Revolution” .....	38
6.1.12 Unidad Didáctica “Street Fighter” .....	39
6.1.13 Unidad Didáctica “Angry Birds” .....	40
6.1.14 Unidad Didáctica “FIFA – Carta Ultimate” .....	41
6.1.15 Unidad Didáctica “NBA 2K” .....	42
6.2 Contenidos transversales .....	43
<b>7. Metodología.....</b>	<b>45</b>
7.1 Principios de intervención.....	45
7.2. Estilos de enseñanza .....	45
7.3. Aplicación de las metodologías específicas .....	47
<b>8. Evaluación.....</b>	<b>52</b>
8.1 ¿Qué se evalúa? .....	57
8.2 ¿Cómo se evalúa? .....	61
8.3 ¿Quién evalúa? .....	63

8.4 ¿Cuándo se evalúa? .....	63
<b>9. Atención a la diversidad.....</b>	<b>70</b>
9.1 Implementación del DUA.....	71
<b>10. Contribución de la programación al desarrollo de otros planes.....</b>	<b>72</b>
10.1 Desarrollo lingüístico y comunicativo.....	72
10.2 Fomento de la lectura y comprensión lectora.....	72
10.3 Desarrollo de competencias sociales y ciudadanía .....	73
10.4 Integración de las TIC y la competencia digital .....	73
<b>11. Conclusiones.....</b>	<b>74</b>
<b>12. Bibliografía.....</b>	<b>76</b>
<b>13. Anexos.....</b>	<b>78</b>
13.1. Introducción .....	78
13.2. Contextualización de la SA .....	79
13.3. Fundamentación normativa .....	80
13.4. Elementos curriculares de la SA .....	81
13.4.1 Competencias .....	81
13.4.2 Objetivos .....	82
13.4.3 Contenidos .....	83
13.4.4 Criterios de evaluación .....	83
13.5. Metodología.....	84
13.6. Actividades de enseñanza-aprendizaje .....	87
13.7. Procedimiento de evaluación .....	92
13.8. Atención a la diversidad.....	94

<b>13.9. Conclusión.....</b>	<b>95</b>
<b>13.10. Bibliografía .....</b>	<b>97</b>
<b>13.11. Recursos elaborados.....</b>	<b>98</b>

## 1. Introducción

Desde una temprana edad, me han interesado las áreas de la educación y el deporte. Estos dos temas han marcado mi formación y me han llevado a descubrir que mi verdadera pasión está en combinar ambos. Por eso, he decidido enfocar mi Trabajo de Fin de Grado (TFG) en crear una programación de Educación Física para niños de 4º de Primaria.

Durante mis prácticas en diferentes colegios, trabajé con niños de varias edades y descubrí que disfruto mucho enseñando Educación Física a los de 4º de Primaria. Esta experiencia me ayudó a elegir este curso para mi proyecto.

El presente trabajo, trata sobre cómo diseñar una programación de Educación Física que sea adecuado y efectivo. Incluye teoría basada en las leyes educativas actuales, una contextualización del colegio donde se aplicará el programa y una explicación de los objetivos, competencias, contenidos y métodos de enseñanza que voy a utilizar. También abarca aspectos sobre cómo evaluaré a los estudiantes y cómo prestaré atención a las necesidades de todos. Además, presento una unidad didáctica llamada “FIFA - Carta Ultimate Team”.

Griggs (2007), mencionan la importancia de incluir la actividad física en las escuelas para mejorar la salud y las habilidades sociales y mentales de los estudiantes. A través del deporte, los estudiantes aprenden a trabajar en equipo, a gestionar conflictos, y a establecer metas personales, lo cual es fundamental para su crecimiento personal y académico.

En el mismo estudio, el autor argumenta que el ejercicio regular en un entorno estructurado, como el que proporciona la escuela, ayuda a los estudiantes a mejorar su autoestima y a manejar el estrés, lo que a su vez puede traducirse en un mejor desempeño académico. Además, el estudio sugiere que la actividad física puede ser un medio eficaz para integrar a estudiantes de diferentes orígenes y capacidades, fomentando un ambiente escolar más inclusivo y solidario.

## 2. Fundamentación teórica-normativa

La presente programación didáctica de Educación Física para Educación Primaria esta fundamentada en un marco legal y teórico que busca responder a los diferentes desafíos educativos del siglo XXI. Este marco legal se enmarca principalmente en la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, que modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), y se detalla en el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, para la Educación Primaria, especialmente en las comunidades como Madrid, que sigue el Decreto 61/2022, de 13 de julio.

El Real Decreto 157/2022 constituye un documento clave en la definición del currículo y estándares educativos en España. Según este decreto, la educación física no solo se enfoca en el desarrollo de habilidades motrices, sino que también integra elementos de desarrollo personal y social, alineados con los objetivos de la Unión Europea y la Unesco para la década 2020-2030. Este enfoque refleja una clara influencia de tendencias educativas a nivel internacional, especialmente en lo que hace referencia a la promoción de estilos

de vida activos y saludables, y el desarrollo de competencias para la vida cotidiana, así lo argumenta Sterling (2001) que la educación no solo trata de conocimientos ambientales, sino también de fomentar valores, perspectivas y competencias que apoyen el desarrollo sostenible.

La interdisciplinariedad aparece como un concepto clave en las programaciones didácticas modernas, dando importancia de integrar diferentes áreas curriculares. Autores como Bell et al. (2022), Castañer y Trigo (1998) y Beane (1997) destacan las ventajas de este enfoque interdisciplinar, donde se promueve la integración de conocimientos y habilidades de diversas áreas para una aprendizaje más completo y significativo.

La LOMLOE y el Real Decreto 157/2022 resaltan la importancia de la educación inclusiva, equitativa y de calidad, en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 de las Naciones Unidas, especialmente el ODS4: Educación de Calidad. Estos objetivos están a favor de una educación que promueva la igualdad de género, los derechos humanos, la cultura de paz y la valoración de la diversidad cultural, por ello se integra en la programación didáctica de Educación Física.

## 3. Contextualización

### 3.1 Contextualización del centro

El centro educativo "CEIP Miguel Hernández" se localiza en Alcobendas, un municipio al norte de la Comunidad de Madrid, España. Alcobendas es reconocida por su calidad de vida, infraestructuras modernas y abundantes espacios verdes, proporcionando un entorno ideal para el desarrollo educativo. En este centro, se ofrece educación infantil y primaria, con dos líneas por curso y una media de 25 alumnos por clase. Esto garantiza un ambiente educativo cercano y favorece a tener una atención más individualizada para cada estudiante.

### 3.2 Ubicación

Situado en Alcobendas, proporciona una excelente conectividad con el resto de la provincia de Madrid, facilitando el acceso de los estudiantes y el personal educativo.

### 3.3 Descripción del entorno

El entorno se caracteriza por su seguridad y tranquilidad. Además, la ciudad ofrece una amplia diversidad de áreas residenciales, comerciales y recreativas, numerosos espacios verdes, lo que la convierte en un entorno ideal para la educación y el desarrollo de los estudiantes.

### 3.4 Perfil de las familias

El perfil de las familias del centro educativo suele ser principalmente de clase media y alta, trabajadoras y que buscan que sus hijos crezcan en un ambiente enriquecedor. Valoran la educación de sus hijos y están

comprometidas con su desarrollo académico y personal. Muchas de estas familias trabajan en el sector tecnológico, financiero o empresarial de la zona.

### 3.5 Perfil del alumnado del centro

El alumnado del centro es diverso, donde se refleja la multiculturalidad de la sociedad actual. Los estudiantes provienen de familias comprometidas con su educación y suelen mostrar un adecuado nivel de motivación y curiosidad por aprender.

### 3.6 Curso

En este contexto, se ha seleccionado el cuarto curso de Educación Primaria. Los estudiantes de este curso son niños y niñas de aproximadamente 9 años de edad, en una etapa crucial de su desarrollo académico y personal. A esta edad, ya han adquirido habilidades básicas de lectura, escritura y cálculo, y están listos para profundizar en su aprendizaje y explorar nuevas áreas de conocimiento. Además, siguen desarrollando su capacidad para trabajar en equipo, resolver problemas y expresar sus emociones.

### 3.7 Perfil de los alumnos del curso seleccionado

La programación va dirigida al curso de 4ºB, el cual está compuesto por 25 alumnos, con edades comprendidas entre los 9 y los 10 años. Dentro de este grupo, no hay estudiantes repetidores, sin embargo, cabe destacar la presencia de un alumno con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). La mayoría de los alumnos de este curso tienen un perfil activo y participan en alguna actividad deportiva fuera del contexto escolar, por lo que en general presentan interés por la asignatura de Educación Física.

### 3.8 Planes y/o proyectos

En nuestro centro, se apuesta por una educación que va más allá de las materias académicas. Se cree en el desarrollo integral de los estudiantes, en su capacidad de pensar de forma crítica, resolver problemas y trabajar en equipo. El proyecto educativo del centro se basa en valores como el respeto, la empatía y la responsabilidad.

### 3.9 Recursos personales

El equipo docente del centro está compuesto por profesionales cualificados y que están comprometidos en guiar y apoyar a los alumnos en su camino académico. Además, se cuenta un equipo de profesionales de apoyo especializado en atención educativa y psicológica, así como con colaboradores externos que enriquecen la formación de nuestros estudiantes en ciertas áreas.

### 3.10 Recursos materiales

En cuanto a las instalaciones, el centro dispone de aulas amplias y luminosas, biblioteca, sala de informática, laboratorio de ciencias, algunas áreas verdes, un pabellón amplio y el patio, compuesto por dos pistas de baloncesto y dos pistas de fútbol sala. Además, se cuenta con una amplia variedad de recursos materiales, como libros de texto, material didáctico, equipos informáticos (ordenadores, proyectores, pantallas digitales...) y numeroso material deportivo.

## 4. Objetivos

### 4.1 Objetivos de etapa

En el Artículo 5 del Decreto 61/2022 vienen definidos los siguientes objetivos de etapa de Educación Primaria:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar poniéndose en el lugar del otro, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como su participación en una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que les permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relacionan.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas y las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres, y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones.
- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua española y desarrollar hábitos de lectura.

- f) Adquirir en, al menos, la lengua inglesa, la competencia comunicativa básica que les permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas en este idioma.
- g) Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.
- h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura.
- i) Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, para el aprendizaje, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que reciben y elaboran.
- j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.
- m) Desarrollar sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios y estereotipos de cualquier tipo.

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

## 4.2 Objetivos de la programación

### Objetivo general:

- Desarrollar competencias integrales en el alumnado mediante la práctica de actividades físicas y deportivas, fomentando hábitos de vida activos y saludables, y una actitud proactiva en el aprendizaje y la participación.

### Objetivos específicos:

- a) Concienciar sobre la importancia de mantener un estilo de vida activo y saludable.
- b) Incentivar a participar en actividades física tanto dentro como fuera del ámbito escolar.
- c) Educar sobre la importancia de la alimentación saludable, la higiene personal y la práctica regular de actividad física.
- d) Respetar las diferencias individuales y las capacidades, promoviendo un ambiente inclusivo y de aceptación.
- e) Reconocer y disfrutar de las posibilidades que ofrece el entorno urbano y natural para desarrollar actividades físicas de forma responsable y sostenible.

## 5. Competencias

### 5.1 Competencias clave

Según el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, las competencias clave son las siguientes. Además, se va a relacionar cada competencia con un Perfil de Salida que se esperará que cada alumno desarrolle tras terminar la etapa en Educación Primaria:

#### **a) Competencia en comunicación lingüística (CCL):**

**CCL1:** Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.

**CCL5:** Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder, para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

#### **b) Competencia plurilingüe (CP):**

Aunque la normativa actual no vincula directamente la competencia plurilingüe con las competencias específicas de la asignatura de Educación Física, fomentaremos esta competencia de manera implícita durante las sesiones. Esto se puede lograr a través de

fortalecer relaciones interpersonales entre estudiantes de diferentes culturas, creando contextos que promuevan la interacción entre estudiantes y usando extranjerismos habituales relacionados con los deportes.

**c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM):**

**STEM1:** Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

**STEM2:** Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.

**STEM5:** Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.

**d) Competencia digital (CD):**

La competencia digital no se vincula explícitamente con la Educación Física según la normativa actual, así que, incorporaremos el uso de las TIC en la asignatura para enriquecer el aprendizaje del alumnado.

**g) Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA):**

**CPSA1:** 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.

**CPSAA2:** Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.

**CPSAA3:** Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.

**CPSAA4:** Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.

**CPSAA5:** Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.

**h) Competencia ciudadana (CC):**

**CC2:** Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la

Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad, y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

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

**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.

**i) Competencia emprendedora (CE):**

**CE1:** Reconoce necesidades y retos que afrontar y elabora ideas originales, utilizando destrezas creativas y tomando conciencia de las consecuencias y efectos que las ideas pudieran generar en el entorno, para proponer soluciones valiosas que respondan a las necesidades detectadas.

**CE3:** Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

**j) Competencia en conciencia y expresión culturales (CCEC):**

**CCEC1:** Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias entre distintas culturas y la necesidad de respetarlas.

**CCEC2:** Reconoce y se interesa por las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

**CCEC3:** Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.

**CCEC4:** Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.

## 5.2 Competencias específicas

Las competencias específicas están vinculadas a las competencias clave a través de los descriptores operativos. A continuación, se muestra una tabla donde se recogen las competencias específicas vinculadas a los descriptores operativos.

<b>Competencias específicas</b>	<b>Descriptor operativos</b>
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.	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, 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 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, para contribuir a la convivencia.	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 a la cultura, 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, adoptando medidas de responsabilidad durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.	STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3.

**Tabla 1. Relación de competencias específicas y descriptores operativos.**

Para organizar la información de manera clara y concisa, se presenta una tabla que relaciona los Objetivos de la Programación con los Objetivos de Etapa y Competencias Clave y Específicas en Educación Primaria;

<b>Objetivo de la Programación</b>	<b>Objetivo de Etapa</b>	<b>Competencias Clave</b>	<b>Competencias Específicas</b>
Desarrollar competencias integrales mediante prácticas físicas y deportivas.	b), c), d), k), m), n)	CPSAA (CPSAA2, CPSAA3, CPSAA5), CE (CE1, CE3), STEM (STEM5), CCL (CCL1, CCL5), CC (CC2, CC3, CC4)	1, 2, 3, 4, 5
Concienciar sobre la importancia de un estilo de vida activo y saludable.	k), m)	CPSAA (CPSAA2), STEM (STEM5), CE (CE3)	1, 5
Incentivar la participación en actividades físicas dentro y fuera de la escuela.	k), n)	CPSAA (CPSAA2, CPSAA3), CE (CE3)	1, 3, 5
Educar sobre la importancia de la alimentación saludable y la higiene personal.	k)	CPSAA (CPSAA2), STEM (STEM5)	1, 5
Respetar las diferencias individuales y fomentar un ambiente inclusivo.	d), m)	CCL (CCL1, CCL5), CC (CC2, CC3), CE (CE1)	3, 4, 5
Reconocer y disfrutar de las posibilidades de actividades físicas en entornos urbanos y naturales.	k), l)	CC (CC2, CC4), CE (CE1), CCEC (CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4), STEM (STEM5)	3, 4, 5

**Tabla 2. Relación de objetivos de la programación, objetivos de etapa y competencias clave y específicas.**

## 6. Contenidos

El Real Decreto 157/2022 establece seis bloques fundamentales de contenidos que deben ser integrados en la programación didáctica de Educación Física para 4º de Primaria:

- A. Vida activa y saludable
- B. Organización y gestión de la actividad física
- C. Resolución de problemas en situaciones motrices
- D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices
- E. Manifestaciones de la cultura motriz
- F. Interacción eficiente y cuidadosa con el entorno.

Estos contenidos son esenciales para el desarrollo de competencias específicas y generales en los estudiantes. En este Trabajo de Fin de Grado, se propone una estructura de contenidos para la Educación Física en 4º de Primaria, organizada en quince unidades didácticas distribuidas a lo largo del año académico, con cinco unidades por cada trimestre. Estas unidades suelen ser de tipo práctico, sin embargo, hay algunas unidades que se desarrollarán contenidos teóricos.

Las unidades donde hay parte teórica se plantearán en el aula correspondiente, donde se hagan diferentes actividades, casos prácticos o cuestionarios sobre el contenido trabajado en esa unidad.

Por otro lado, los contenidos prácticos se llevarán a cabo en las instalaciones deportivas de la escuela (gimnasio y pistas exteriores). Estas

sesiones están dedicadas a la práctica de actividades físicas enfocadas en los contenidos de la unidad del curso. Además, se tendrá en cuenta las condiciones climatológicas, llevando a cabo sesiones en el gimnasio los días de lluvia para asegurarnos la realización de las actividades de la manera más segura.

## 6.1 Secuenciación de contenidos

La secuenciación de los contenidos de Educación Física en 4<sup>o</sup> de Primaria con el calendario académico, tomando como referencia el calendario de la Comunidad de Madrid. De acuerdo con este calendario, se detallada los puntos esenciales para la organización del curso escolar:

- Inicio y fin de clases: El curso escolar en la Comunidad de Madrid comienza el día 6 de septiembre y finaliza el día 21 de junio.
- Horas semanales: Para el curso de 4<sup>o</sup> primaria, se asignan tres horas semanales de Educación Física programadas los días; lunes, miércoles y viernes, distribuidas en sesiones de 45 minutos cada una.

División del curso por trimestres:

- Primer trimestre: Desde el día 6 de septiembre hasta el día 1 de diciembre (fin de evaluación). Este periodo incluye el desarrollo de las primeras cinco unidades didácticas.
- Segundo Trimestre: Desde el día 4 de diciembre hasta el día 15 de marzo (fin de evaluación). Durante este trimestre se desarrollarán las siguientes cinco unidades.

- Tercer Trimestre: Desde el día 18 de marzo hasta el día 14 de junio (fin de evaluación). Este último trimestre abarcará las cinco unidades didácticas finales.

La programación didáctica seguirá la siguiente temporalización durante el transcurso del curso académico:

Septiembre			6	7	8
	11	12	13	14	15
	18	19	20	21	22
	25	26	27	28	29
Octubre	2	3	4	5	6
	9	10	11	12	13
	16	17	18	19	20
	23	24	25	26	27
	30	31			
Noviembre			1	2	3
	6	7	8	9	10
	13	14	15	16	17
	20	21	22	23	24
	27	28	29	30	
Diciembre					1

Día no lectivo  
 Inicio/final curso  
 Fin evaluación

UD 1 "Fortnite"
UD 2 "Mario Bros"
UD 3 "Pac-Man"
UD 4 "Pokémon"
UD 5 "Sonic the Hedgehog"

Diciembre	4	5	6	7	8
	11	12	13	14	15
	18	19	20	21	22
	25	26	27	28	29
Enero	1	2	3	4	5
	8	9	10	11	12
	15	16	17	18	19
	22	23	24	25	26
Febrero				1	2
	5	6	7	8	9
	12	13	14	15	16
	19	20	21	22	23
Marzo					1
	4	5	6	7	8
	11	12	13	14	15
	18	19	20	21	22

Día no lectivo  
 Inicio/final curso  
 Fin evaluación

UD 6 "Super Mario Kart"
UD 7 "Zelda"
UD 8 "Just Dance"
UD 9 "Wii Sports"
UD 10 "Pokémon GO"

Marzo	18	19	20	21	22
	25	26	27	28	29
Abril	1	2	3	4	5
	8	9	10	11	12
	15	16	17	18	19
	22	23	24	25	26
Mayo			1	2	3
	6	7	8	9	10
	13	14	15	16	17
	20	21	22	23	24
Junio	27	28	29	30	31
	3	4	5	6	7
	10	11	12	13	14
	17	18	19	20	21

Día no lectivo  
 Inicio/final curso  
 Fin evaluación

UD 11 "Dance Dance Revolution"
UD 12 "Street Fighter"
UD 13 "Angry Birds"
UD 14 "FIFA - Carta Ultimate"
UD 15 "NBA 2K"

6.1.1 Unidad Didáctica “Fortnite”					
<b>Tipo de sesión</b>	Teórica y práctica	<b>Trimestre</b>	1	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	En esta unidad didáctica, se pretende que los alumnos reconozcan la importancia de la actividad física como parte de un estilo de vida saludable y socialmente beneficioso. Se centrará en promover la aceptación de los distintos tipos de cuerpos y en establecer límites para evitar la competencia desmedida. Además, para promover la diversidad y la igualdad se fomentará la participación de todos los estudiantes en una variedad de actividades físico-deportivas.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>		<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>	
1 y 2	STEM, CPSAA y CE		A, B y K	a y d	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover la importancia de la actividad física como parte de un estilo de vida saludable.</li> <li>▪ Fomentar la apreciación de la diversidad corporal y la inclusión de todos los estudiantes en las actividades físicas.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque A. Vida activa y saludable:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
Investigación	1, 2, 4 y 6		No se desarrolla		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>		<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>	
1.1	STEM5		Observación directa	35%	
1.4	CPSAA5 y CE3		Autoevaluación y coevaluación	30%	
2.2	CPSAA4		Rúbrica	35%	

6.1.2 Unidad Didáctica “Mario Bros”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	1	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	Los alumnos desarrollarán habilidades de resolución de problemas a través de actividades motrices. Se centrará en el desarrollo y combinación de habilidades y destrezas motrices básicas, como locomoción, manipulación y no locomotrices. A través de juegos y desafíos, los estudiantes mejorarán su capacidad para resolver situaciones motrices de manera efectiva.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>	<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>		
2 y 3	CCL y CPSAA	G y I	e		
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desarrollar habilidades para resolver problemas en situaciones motrices.</li> <li>▪ Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación en actividades donde apliquen de manera efectiva las habilidades y destrezas motrices básicas.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades y destrezas motrices básicas genéricas: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Combinación de habilidades.</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>	<b>Interdisciplinariedad</b>			
APR	4 y 5	No se desarrolla			
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>		
2.2	CPSAA5	Rúbrica	60%		
3.3	CCL1	Lista de control	40%		

6.1.3 Unidad Didáctica “Pac-Man”					
<b>Tipo de sesión</b>	Teórico y práctica	<b>Trimestre</b>	1	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	En esta unidad didáctica, los estudiantes tendrán que participar en actividades físicas que promuevan la interacción cuidadosa con el entorno. Además de esta parte práctica, habrá un contenido teórico enfocado en las normas de reciclaje, así como, en la prevención de residuos y su clasificación.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>		<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>	
1 y 5	STEM, CPSAA y CC		E y I	c y e	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover conciencia ambiental y responsabilidad hacia el medio ambiente, brindando conocimientos sobre la clasificación de residuos y el proceso de reciclaje.</li> <li>▪ Concienciar a los alumnos sobre la importancia de proteger el entorno y de adoptar prácticas sostenibles en su vida cotidiana.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque F. Interacción eficiente y cuidadosa con el entorno:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión. Diferencias entre tipos de residuos y conocimiento de su gestión. Normas básicas de reciclaje y cuidado del medio.</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
Investigación	3 y 5		Ciencias Naturales		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>		<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>	
1.2	CPSAA2		Lista de control	50%	
5.1	STEM5 y CC4		Escala graduada	50%	

6.1.4 Unidad Didáctica “Pokémon”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	1	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	A través de actividades físicas y juegos populares de España, los estudiantes explorarán la conexión entre la cultura motriz y la herencia cultural, descubriendo los juegos tradicionales y danzas populares de España.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>		<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>	
4	CCL y CCEC		D y H	d y e	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Valorar la herencia cultural española, a través de juegos y danzas tradicionales.</li> <li>▪ Potenciar habilidades motrices mediante la práctica de actividades lúdicas relacionadas con la cultura motriz española.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz:</b> - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. Juegos populares de España: bolos, chito... danzas populares: chotis, jotas, sevillanas, sardanas...				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
ABP	5		Historia, Geografía y Arte		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>		<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>	
4.1	CCEC1		Rúbrica	60%	
4.5	CCL1 y CCEC4		Rúbrica	40%	

6.1.5 Unidad Didáctica “Sonic the Hedgehog”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	1	<b>Número de sesiones</b>	8
<b>Situación de aprendizaje</b>	Los alumnos tendrán que participar en actividades físicas enfocadas en el desarrollo y la mejora de velocidad y resistencia. Se trabajará las capacidades físicas básicas, como la resistencia y velocidad, a través de carreras, desafíos y pruebas de velocidad entre otros ejercicios.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>	<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>		
2	CPSAA	B y M	a y b		
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mejorar la velocidad y resistencia física a través de actividades específicas para desarrollar estas capacidades.</li> <li>▪ Potenciar habilidades para enfrentar desafíos que necesiten el uso óptimo de la velocidad y la resistencia en diferentes contextos.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</b> - Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas (resistencia y velocidad).				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>	<b>Interdisciplinariedad</b>			
ABR	7	No se desarrolla			
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>		
2.2	CPSAA5	Observación directa	40%		
2.3	CPSAA4	Rúbrica	60%		

6.1.6 Unidad Didáctica “Super Mario Kart”					
<b>Tipo de sesión</b>	Teórica y práctica	<b>Trimestre</b>	2	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	Esta unidad se enfocará en promover las normas de seguridad vial para bicicletas, patines y patinetes. Además, nos centraremos en que los estudiantes aprendan sobre el uso adecuado de elementos de seguridad y normas básicas de circulación. A continuación de esta parte teórica, habrá unas sesiones prácticas donde los alumnos llevarán a las clases de Educación Física su bicicleta, patín o patineta para poner en práctica los conceptos adquiridos.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>	<b>Objetivos de etapa</b>		<b>Objetivos de la programación</b>	
1 y 5	STEM y CC	N y G		e y n	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Comprender la importancia de utilizar adecuadamente los elementos de seguridad y protección.</li> <li>▪ Integrar y poner en práctica las normas de seguridad vial vinculadas al uso de bicicletas, patines y patinetes, promoviendo la seguridad durante la movilidad.</li> <li>▪ Adquirir habilidades de circulación y comportamiento responsable, aplicando normas básicas de circulación y señalización.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque F. Interacción eficiente y cuidadosa con el entorno:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Normas de uso: educación vial para bicicletas, patines y patinetes. Movilidad segura y saludable. Uso de los elementos de seguridad (casco, luces, guantes, chalecos). Normas básicas de circulación, (circular por la derecha, en fila, señales básicas).</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
Gamificación	7		Educación Vial		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>		<b>Porcentaje de calificación</b>	
1.1	STEM5	Observación directa		30%	
1.3	STEM2	Rúbrica		40%	
5.1	STEM5 y CC4	Escala graduada		30%	

6.1.7 Unidad Didáctica “Zelda”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	2	<b>Número de sesiones</b>	8
<b>Situación de aprendizaje</b>	Los estudiantes interaccionarán de forma segura y respetuosa con el entorno natural y urbano. En la unidad se llevará a cabo actividades físicas como el senderismo y el ciclismo en entornos naturales y urbanos.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>	<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>		
3 y 5	CCL, STEM y CC	D y K	a y e		
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desarrollar habilidades que permitan realizar actividades físicas de manera segura en diferentes entornos, como senderos naturales y espacios urbanos.</li> <li>▪ Promover la conexión con la naturaleza y comprender sus beneficios para la salud física y mental.</li> <li>▪ Respetar y cuidar el entorno natural y urbano, apreciando la importancia para el bienestar colectivo.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque F. Interacción eficiente y cuidadosa con el entorno:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano. Diferentes posibilidades de actividad física que nos proporciona el medio natural (senderismo).</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>	<b>Interdisciplinariedad</b>			
Investigación	3	Ciencias Naturales y Geografía			
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>		
3.3	CCL1	Lista de control	50%		
5.1	STEM5 y CC4	Rúbrica	50%		

6.1.8 Unidad Didáctica “Just Dance”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	2	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	En la unidad se practicarán actividades rítmico-musicales con carácter expresivo, donde los alumnos desarrollarán su creatividad, coordinación y expresión corporal. En las sesiones se incluirán coreografías, juegos de ritmo, actividades de improvisación rítmica...				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>		<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>	
4	CCL y CCEC		J y M	a y d	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Impulsar la expresión artística y creativa mediante el movimiento corporal</li> <li>▪ Mejorar la coordinación a través de la práctica de coreografías y actividades rítmicas.</li> <li>▪ Desarrollar la capacidad de improvisación y adaptación motriz en base a diferentes estímulos musicales.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz:</b> - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
ABJ	6		No se desarrolla		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>		<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>	
4.2	CCEC2		Rúbrica	35%	
4.5	CCL1 y CCEC4		Rúbrica	65%	

6.1.9 Unidad Didáctica “Wii Sports”					
<b>Tipo de sesión</b>	Teórica y práctica	<b>Trimestre</b>	2	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	Los alumnos se involucrarán en la creación de ligas masculinas, femeninas y mixtas en distintos deportes, fomentando la igualdad entre hombres y mujeres. Además, se incluirá una parte teórica donde se tendrá que presentar referentes en el deporte de distintos géneros.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>		<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>	
4	CC y CCEC		F y M	a y b	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Promover la igualdad de género en el ámbito deportivo a través de la participación en diferentes actividades deportivas.</li> <li>▪ Reconocer la diversidad de disciplinas deportivas y los éxitos de deportistas de diferentes géneros.</li> <li>▪ Identificar referentes deportivos de distintos géneros en diversas áreas deportivas.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Deporte e igualdad ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes. Referentes en el deporte de distintos géneros. Personajes relevantes, en el deporte; identificación con las diferentes disciplinas que practican.</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
Gamificación	1, 4 y 5		Matemáticas		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>		<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>	
4.2	CCEC2		Rúbrica	50%	
4.4	CC3 Y CCEC1		Rúbrica	50%	

6.1.10 Unidad Didáctica “Pokémon GO”					
<b>Tipo de sesión</b>	Teórica y práctica	<b>Trimestre</b>	2	<b>Número de sesiones</b>	6
<b>Situación de aprendizaje</b>	En esta unidad, los alumnos tendrán que resolver problemas espaciales y tomar decisiones sobre su ubicación en el espacio en situaciones grupales. Practicarán la reubicación tras cada acción, desarrollando habilidades de orientación y resolución de problemas en un entorno interactivo, se llevará a cabo mediante actividades como gymkanas, búsquedas de ítems... Además, antes de la parte práctica, habrá una serie de sesiones teóricas donde los alumnos deberán de adquirir conceptos básicos de orientación y ubicación para aplicarlos a las actividades.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>	<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>		
2 y 3	CCL y CPSAA	G y I	e y c		
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desarrollar habilidades de orientación espacial y de toma de decisiones en contextos grupales.</li> <li>▪ Resolver problemas y adaptarse a diferentes situaciones motrices.</li> <li>▪ Fomentar el trabajo en equipo y la colaboración para alcanzar objetivos comunes.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma de decisiones: Ubicación en el espacio en situaciones grupales. Ubicación en el espacio y reubicación tras cada acción en diferentes situaciones motrices.</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>	<b>Interdisciplinariedad</b>			
ABR	6	No se desarrolla			
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>		
2.2	CPSAA5	Rúbrica	35%		
3.1	CPSAA1	Portfolio	35%		
3.3	CCL1	Lista de control	30%		

6.1.11 Unidad Didáctica “Dance Dance Revolution”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	3	<b>Número de sesiones</b>	6
<b>Situación de aprendizaje</b>	En esta unidad buscaremos fomentar la expresión corporal en un ambiente competitivo y deportivo. Los alumnos competirán grupos, representando coreografías sencillas que practicarán en durante el desarrollo de las sesiones.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>	<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>		
4	CCL y CCEC	J y M	a y d		
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fomentar el trabajo en equipo para representar coreografías en grupo.</li> <li>▪ Mejorar la habilidad y coordinación motriz y la capacidad de seguir ritmos musicales a partir de estímulos rítmicos o musicales.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Representar movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika)</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>	<b>Interdisciplinariedad</b>			
Gamificación	4 y 6	Música y Arte			
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>		
4.3	CCEC3	Observación directa	30%		
4.5	CCL1 y CCEC4	Rúbrica	70%		

<b>6.1.12 Unidad Didáctica “Street Fighter”</b>					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica y teórica	<b>Trimestre</b>	3	<b>Número de sesiones</b>	6
<b>Situación de aprendizaje</b>	En esta unidad didáctica, trabajaremos en conceptos sobre la regulación emocional e interacción social a través del karate, donde destacaremos la importancia del respeto, deportividad y aceptación de las normas del deporte. Antes de esta parte práctica, los alumnos recibirán una instrucción teórica sobre las normas del karate y la importancia de respetar a los demás participantes (árbitros, adversarios...)				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>		<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>	
1 y 3	CPSAA, CC y CE		C y M	a y d	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desarrollar la autorregulación emocional y el autocontrol de las emociones mediante la práctica del karate, fomentando el respeto hacia uno mismo y hacia los demás.</li> <li>▪ Inculcar valores de deportividad, de juego limpio y de respeto a las normas establecidas, tanto en el karate como en cualquier aspecto de la vida cotidiana.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque D. Regulación emocional e interacción social en situaciones motrices:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto de deportividad, aceptación de las normas del juego, respeto al adversario, a los compañeros, a los árbitros, espectadores y profesores.</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
ABR	2		No se desarrolla		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>		<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>	
1.4	CPSAA5 y CE3		Autoevaluación y coevaluación	30%	
3.1	CPSAA1		Portafolio	35%	
3.2	CC2		Rúbrica	35%	

6.1.13 Unidad Didáctica “Angry Birds”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	3	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	Los alumnos desarrollarán habilidades de resolución de problemas en situaciones motrices mediante actividades centradas en lanzamientos de un móvil. En esta unidad, lo trabajaremos con el deporte del ringo, donde los alumnos tendrán que lanzar y recibir móvil, calculando su trayectoria, la fuerza...				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>		<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>	
2	CPSAA		G y I	c y e	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Experimentar la práctica del ringo mediante situaciones reales o de juegos modificados.</li> <li>▪ Desarrollar situaciones de juego con determinada eficacia según las características personales.</li> <li>▪ Cooperar con el resto de compañeros/as fomentando el sentimiento de respeto a los otros.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, percepción de móviles y sus trayectorias).</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
ABJ	6		No se desarrolla		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>		<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>	
2.2	CPSAA5		Rúbrica	50%	
2.3	CPSAA4		Rúbrica	50%	

6.1.14 Unidad Didáctica “FIFA – Carta Ultimate”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	3	<b>Número de sesiones</b>	6
<b>Situación de aprendizaje</b>	En esta unidad, cada alumno tendrá su propia “carta del jugador” (que habrán creado ellos anteriormente en la asignatura de Educación Artística) ANEXO D. Esta carta tendrá 4 ítems, que serán las 4 capacidades físicas básicas. A través de retos y actividades específicas para cada habilidad, los alumnos tendrán la oportunidad de mejorar y subir puntos en su carta del jugador.				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>	<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>		
2	STEM y CPSAA	G y I	b y c		
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desarrollar las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad) a través de retos y actividades adaptadas a cada habilidad.</li> <li>▪ Promover el crecimiento individual y la superación personal al establecer metas personales y medir el progreso propio en función de los puntos obtenidos en la carta del jugador.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>	<b>Interdisciplinariedad</b>			
Gamificación	4 y 6	Educación Plástica			
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>	<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>		
2.1	STEM1	Portfolio	40%		
2.2	CPSAA5	Rúbrica	30%		
2.3	CPSAA4	Rúbrica	30%		

6.1.15 Unidad Didáctica “NBA 2K”					
<b>Tipo de sesión</b>	Práctica	<b>Trimestre</b>	3	<b>Número de sesiones</b>	7
<b>Situación de aprendizaje</b>	A través de la práctica del baloncesto, los alumnos participarán en situaciones de colaboración y oposición, además se deberán adaptar a diferentes estímulos en diferentes situaciones de juego (movimiento de los adversarios y de sus compañeros, trayectoria del móvil...).				
<b>Competencias específicas</b>	<b>Competencias clave</b>		<b>Objetivos de etapa</b>	<b>Objetivos de la programación</b>	
2 y 3	CCL, CPSAA y CC		F y M	a y b	
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo mediante la práctica del baloncesto, incentivando la comunicación y coordinación entre los alumnos.</li> <li>▪ Desarrollar habilidades de adaptación y respuesta ante diferentes estímulos y situaciones de juego.</li> </ul>				
<b>Contenidos</b>	<b>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</li> </ul>				
<b>Metodología</b>	<b>Contenidos transversales</b>		<b>Interdisciplinariedad</b>		
ABR	1, 4 y 5		No se desarrolla		
<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios operativos</b>		<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>Porcentaje de calificación</b>	
2.2	CPSAA5		Rúbrica	40%	
3.2	CC2		Observación directa	35%	
3.3	CCL1		Rúbrica	25%	

## 6.2 Contenidos transversales

El Artículo 11 del Decreto 61/2022 establece que se deben integrar ciertos contenidos transversales en el proceso educativo de todas las disciplinas. Estos contenidos son fundamentales para enriquecer la experiencia de enseñanza y aprendizaje, asegurando que se aborden aspectos esenciales de desarrollo personal y social a lo largo de todas las áreas del currículo. Los contenidos transversales son los siguientes:

1. Se integrarán de manera transversal los contenidos necesarios para que se eduque a los escolares en el respeto a la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres, y en la convicción de que la garantía de esa igualdad radica en compartir los mismos derechos y los mismos deberes.
2. Se fomentará el aprendizaje de la prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, así como de los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, a la discapacidad y el rechazo a cualquier forma de violencia, terrorismo o xenofobia.
3. Se incorporarán, a su vez, contenidos de carácter transversal relacionados con la salud y estilos de vida responsable, el cuidado del medio ambiente, con el reconocimiento de posibles situaciones de riesgo derivadas de la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, así como con la protección ante emergencias y catástrofes.
4. Se fomentarán acciones y valores de respeto, deportividad y trabajo en equipo en todas las actividades deportivas, con la finalidad de prevenir actitudes y conductas antideportivas.

5. Los centros educativos promoverán acciones para la mejora de la convivencia, la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía. Asimismo, garantizarán la inclusión de contenidos transversales relacionados con la igualdad y la no discriminación.
6. Se diseñarán situaciones de aprendizaje que permitan afianzar en el alumnado el espíritu emprendedor, la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo y la confianza en sí mismo.
7. Se incorporarán en las programaciones didácticas contenidos transversales relacionados con la educación vial y de primeros auxilios, al objeto de prevenir accidentes.

A continuación, se presenta una tabla donde se relacionan los diferentes contenidos transversales con las Situaciones de Aprendizaje donde están presentes.

Contenidos transversales	SA donde se aplica
1. Igualdad de género.	SA1, SA9, SA15
2. Resolución pacífica de conflictos.	SA1, SA12
3. Salud y medio ambiente.	SA3, SA7
4. Respeto y deportividad.	SA1, SA2, SA9, SA11, SA14, SA15
5. Convivencia y empatía.	SA2, SA3, SA4, SA9, SA15
6. Espíritu emprendedor.	SA1, SA8, SA10, SA11, SA13, SA14
7. Educación vial y primeros auxilios.	SA5, SA6

**Tabla 3. Relación entre contenidos transversales y SA donde se aplican.**

## 7. Metodología

### 7.1 Principios de intervención

El artículo 6 del Real Decreto 157/2022 establece los fundamentos pedagógicos para la Educación Primaria, con el objetivo de facilitar el desarrollo de las competencias clave recogidas en el Perfil de Salida del estudiante. Estos principios se implementan a través de diversas Situaciones de Aprendizaje, que involucran actividades y recursos que son tanto transversales como aplicables a la vida diaria del alumno. Cada Situación de Aprendizaje debe presentar desafíos y retos para el estudiante. Se espera que todas las Situaciones de Aprendizaje contribuyan a promover la diversidad y la inclusión, la igualdad y el respeto, el crecimiento integral del alumno, la atención a las necesidades individuales, la participación activa y una convivencia adecuada, así como el aprendizaje emocional y en valores, y el desarrollo de habilidades instrumentales.

### 7.2 Estilos de enseñanza

En el proceso educativo, la selección adecuada de estilos de enseñanza desempeña un papel fundamental en el fomento del aprendizaje significativo y el desarrollo integral de los estudiantes. Cada estilo de enseñanza tiene sus propias características y finalidades, que pueden adaptarse según las necesidades específicas de las situaciones de aprendizaje. En la siguiente tabla se presenta una relación entre diferentes estilos de enseñanza, su finalidad o descripción, y las situaciones de aprendizaje en las que cobran mayor relevancia.

Estilo de enseñanza	Finalidad/Descripción	SA en las que se aplica
Mando directo y mando directo modificado	El maestro toma decisiones de forma directa y ejerce un control sobre el comportamiento y las acciones de los alumnos mediante explicaciones claras y correcciones grupales. El mando directo modificado el maestro permite cierta autonomía en la ejecución de las tareas.	SA1, SA5, SA6, SA9, SA10, SA11, SA14
Asignación de tareas	Consiste en ofrecer a los alumnos una serie de tareas o actividades específicas que deben completar dentro de un marco de tiempo determinado. Este enfoque promueve la autonomía y la responsabilidad del alumno para llevar a cabo las actividades asignadas.	SA1, SA5, SA9, SA14
Enseñanza recíproca	Los alumnos trabajan juntos en la evaluación y análisis de las habilidades y acciones de sus compañeros.	SA11
Microenseñanza	Se basa en el uso de la comunicación y el aprendizaje dialógico para preparar un tema por grupos pequeños, que luego será transmitido al resto de los compañeros.	SA8
Trabajo por grupos	Implica agrupar a los alumnos según sus intereses y/o niveles de ejecución para realizar actividades específicas. Este enfoque promueve el trabajo en equipo, la colaboración y el intercambio de ideas entre los miembros del grupo.	SA3, SA4, SA6, SA10, SA12, SA13, SA15
Descubrimiento guiado	Acompaña al alumno en el proceso de búsqueda de información y aplicación de sus conocimientos para resolver un problema de única solución. El maestro guía al estudiante en su exploración y descubrimiento de conceptos.	SA2, SA7
Resolución de problemas	Consiste en hacer al alumno participe de su propio aprendizaje mediante la búsqueda de soluciones ante un problema o situación didáctica.	SA2, SA4, SA10

Estilos socializadores	Estos estilos buscan desarrollar las relaciones sociales de los alumnos mediante situaciones abiertas con soluciones múltiples.	SA3, SA7, SA12, SA15
Estilos creativos	Otorgan la responsabilidad al alumno de tomar decisiones y crear sus propios objetivos y contenidos con el fin de buscar experiencias libres y desarrollar un pensamiento divergente. Se promueve la creatividad, la innovación y la autonomía del estudiante en el proceso de aprendizaje.	SA1, SA5, SA6, SA8, SA9, SA11, SA13, SA14

**Tabla 4. Relación de los estilos de enseñanza, finalidades y SA en las que se aplican.**

### 7.3 Aplicación de las metodologías específicas

La presente programación didáctica para la Educación Física en 4º de Primaria se basa en conjunto diverso de metodologías innovadores, seleccionadas en función de diferentes factores que incluyen los objetivos de aprendizaje, las características del alumnado y del profesorado y los recursos disponibles. Las metodologías principales en la programación didáctica son; investigación, aprendizaje basado en retos, aprendizaje basado en proyectos y gamificación.

**-Investigación:** Esta metodología es fundamental para desarrollar habilidades pensamiento crítico y análisis. Según Hernández et al. (2014), permite a los estudiantes indagar en los temas, fomentando un aprendizaje autodirigido y reflexivo. En cada unidad didáctica sobre investigación, los alumnos realizarán un proceso de investigar, que incluye la identificación de un problema, analizar y recopilar datos, y formular conclusiones. Este proceso

ayuda a desarrollar una comprensión más profunda y una aplicación práctica de los conceptos.

**-Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP):** El ABP implica una planificación e implementación de los proyectos que constituyen diversas habilidades y conocimientos. Moya-Mata y Peirats (2019) destacan que esta metodología promueve la colaboración, la creatividad y la reflexión crítica del alumnado. Al trabajar en proyectos, los estudiantes aprenden a aplicar lo aprendido en situaciones de la vida real, mejorando así su capacidad de resolución de problemas y pensamiento creativo.

**-Aprendizaje Basado en Retos (ABR):** Este enfoque presenta a los alumnos diferentes desafíos que deben resolver aplicando sus conocimientos y habilidades. Los retos fomentan la solución de problemas, el pensamiento crítico y la toma de decisiones. A través de esta metodología, Delgado et al. (2018) aseguran que los estudiantes aprenden a abordar problemas complejos de manera estructurada, lo que es esencial para su desarrollo integral.

**-Gamificación y Aprendizaje Basado en Juegos (ABJ):** La gamificación y el ABJ, como lo describe Camacho-Sánchez et al. (2023) utilizan elementos lúdicos para motivar a los estudiantes y mejorar su rendimiento académico. Estas metodologías son muy efectivas en el área de Educación Física, ya que estimula la participación activa y el compromiso con el aprendizaje. Al integrar elementos de juego en la educación, los estudiantes disfrutan de una experiencia de aprendizaje más dinámica y atractiva.

A continuación, se muestra una tabla que recoge el reparto de las diferentes metodologías en las unidades didácticas llevadas a cabo durante el curso escolar.

Unidades Didácticas	Metodología	Justificación	Descripción
UD 1	Gamificación	Utiliza elementos de juego para motivar y aumentar la participación activa en actividades físicas.	Se aplicarán mecánicas de juego en ejercicios físicos para capturar el interés y promover la actividad.
UD 2	APR	Presenta desafíos prácticos que los alumnos deben resolver.	Los alumnos se enfrentarán a desafíos motrices que requieren aplicar habilidades físicas básicas.
UD 3	Investigación	Promueve el entendimiento profundo y la conciencia sobre el medio ambiente	Realizar proyectos de investigación sobre reciclaje y gestionar campañas de sensibilización en la escuela.
UD 4	ABP	Los estudiantes trabajan en proyectos reales, donde investigarán sobre juegos y danzas populares. Fomentando la comprensión de la cultura y las tradiciones a través de la investigación y la práctica.	Creación de proyectos que investiguen y presenten juegos y danzas tradicionales españolas.
UD 5	ABR	Los alumnos afrontan retos diseñados para resolver problemas concretos, promoviendo el aprendizaje activo. Incita a los estudiantes a mejorar sus capacidades físicas mediante la superación de retos de velocidad y resistencia.	Organizar retos de resistencia y velocidad, donde los estudiantes pueden mejorar su desempeño físico.

<b>UD 6</b>	ABP	Apoyar a los estudiantes a aprender sobre seguridad vial de manera práctica.	Realizar proyectos donde los estudiantes investiguen y propongan soluciones para mejorar la seguridad vial.
<b>UD 7</b>	Investigación	Permite a los estudiantes descubrir y reflexionar sobre la importancia del cuidado del entorno a través de actividades prácticas, como el senderismo y ciclismo.	Se realizarán proyectos de investigación sobre el impacto ambiental de las actividades humanas y cómo el senderismo y el ciclismo pueden ser prácticas respetuosas con el entorno. Se llevará a cabo una actividad complementaria, donde se organizará una excursión de senderismo en un área natural cercana. Durante la excursión, los estudiantes aplicarán los conocimientos adquiridos en su investigación y participarán en acciones de conservación, como la recolección de basura o la identificación de especies vegetales.
<b>UD 8</b>	ABJ	Uso de juegos para enseñar conceptos educativos en un entorno atractivo y práctico.	Implementar coreografías y juegos rítmicos que permitan a los estudiantes expresarse y aprender a través del baile.
<b>UD 9</b>	Gamificación	Incorpora dinámicas de juego en el aula para fomentar la participación y el aprendizaje.	Crear una liga deportiva escolar donde se acumulen puntos y premios según la participación y la deportividad.
<b>UD 10</b>	ABR	Utiliza retos sobre orientación y decisión para promover el aprendizaje mediante la práctica.	Establecer retos de orientación espacial a través de gymkanas o búsquedas de tesoros que requieran aplicar conceptos de ubicación. Se organizará una salida extraescolar, donde se hará una gymkana en un espacio natural cercano, como un parque o bosque. Durante la gymkana, los estudiantes trabajarán en equipos y seguirán pistas para encontrar un tesoro escondido.

<b>UD 11</b>	Gamificación	Aplica mecánicas del juego de Just Dance para aumentar la motivación y la participación del estudiante.	Realizar competiciones de baile donde los grupos presenten coreografías aprendidas y sean evaluados por su creatividad y sincronización.
<b>UD 12</b>	ABR	Promueve la superación de desafíos específicos para lograr un objetivo de aprendizaje.	Organizar torneos donde se apliquen no solo las técnicas de artes marciales sino también la regulación emocional y el respeto entre competidores.
<b>UD 13</b>	ABJ	Potencia la precisión motriz en actividades lúdicas, como las que propone "Angry Birds".	Actividades de lanzamiento donde la precisión y la evaluación del resultado son fundamentales.
<b>UD 14</b>	Gamificación	Introduce elementos lúdicos para incentivar y recompensar el logro de objetivos.	Uso de "cartas de jugador" que se mejoran con el progreso en retos físicos, incentivando la mejora continua personal.
<b>UD 15</b>	ABR	Promueve la colaboración y la toma de decisiones en un contexto de juego de equipo.	Desarrollo de estrategias de juego y análisis de partidas para mejorar la colaboración y el rendimiento del equipo para conseguir el objetivo y superar diferentes retos.

**Tabla 5. Reparto de metodologías en las unidades didácticas.**

## 7.4 Trabajo por proyectos

El Artículo 6 del Real Decreto 157/2022 establece la importancia de asignar parte del tiempo de clase para la ejecución de proyectos que sean significativos para los estudiantes. En esta programación didáctica, se emplea el Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) como una de las metodologías clave en las Unidades Didácticas 4 y 6. Moya-Mata y Peirats (2019) señalan que este enfoque metodológico permite a los alumnos adquirir conocimientos y desarrollar competencias esenciales mediante la creación de proyectos que abordan problemas reales y relevantes para ellos.

### → Unidad Didáctica 4: “Pokémon”:

En esta unidad, los estudiantes trabajarán en proyectos reales donde investigarán sobre juegos y danzas populares. Este proyecto tiene como objetivo fomentar la comprensión de la cultura y las tradiciones españolas a través de la investigación y la práctica. Durante las sesiones, los alumnos crearán proyectos que investiguen y presenten juegos y danzas tradicionales de España, como el chito, las sardanas y las sevillanas.

### → Unidad Didáctica 6: “Super Mario Kart”

La Unidad Didáctica 6 se centra en la seguridad vial. Los estudiantes realizarán proyectos donde investigarán y propondrán soluciones para mejorar la seguridad vial en su entorno. A través de la investigación, los alumnos aprenderán sobre las normas de seguridad vial y la importancia de su cumplimiento. Este proyecto les permitirá desarrollar propuestas concretas para aumentar la seguridad de los ciclistas y peatones en su comunidad escolar.

## 7.5 Actividades complementarias y salidas

En el desarrollo de las unidades didácticas, se han planificado varias salidas y actividades complementarias que enriquecerán la experiencia educativa de los alumnos de 4º de Primaria. Por ejemplo, en la Unidad 6, se propone una salida a una estación de policía para aprender sobre seguridad vial. Esta actividad no solo enseña a los alumnos sobre normas de tráfico y seguridad, sino que también les permite interactuar con agentes de policía, quienes pueden compartir sus experiencias y responder preguntas, humanizando y haciendo tangible el aprendizaje teórico. Los estudiantes podrán ver de primera mano cómo se gestionan situaciones de tráfico y la importancia de las señales viales, lo que reforzará su comprensión de la seguridad vial en un entorno real.

Para la Unidad 7, se ha planificado una caminata de senderismo o ciclismo, dependiendo de las posibilidades, en una reserva natural cercana. Esta salida estará acompañada de una actividad complementaria de identificación de plantas y animales locales. Al conectarse con la naturaleza, los alumnos tendrán la oportunidad de aplicar conocimientos científicos adquiridos en clase, como la clasificación de especies y la comprensión de ecosistemas, en un entorno real. Este contacto directo con la naturaleza promueve el respeto y cuidado del medio ambiente, además de fomentar la conciencia sobre la biodiversidad y la importancia de la conservación.

En la Unidad 10, se organizará una gymkana en un parque natural o área recreativa. Durante esta actividad, los estudiantes participarán en una búsqueda del tesoro con pistas y retos físicos que requerirán habilidades de orientación espacial y trabajo en equipo. Esta actividad no solo es divertida y desafiante, sino que también fomenta la cooperación y la resolución de problemas en grupo. Además, se complementará con actividades de orientación espacial y trabajo en equipo dentro del colegio, consolidando las habilidades adquiridas durante la gymkana.

## 7.6 Recursos

Para la implementación de esta programación didáctica en Educación Física para 4º de Primaria, se utilizarán diversos recursos que se dividen en personales, ambientales y tecnológicos.

### 7.6.1 Recursos personales

- ◆ Alumnado: El principal recurso de la programación, compuesto por los estudiantes de 4º de Primaria del CEIP Miguel Hernández. Los alumnos participan activamente en el proceso de aprendizaje, desarrollando sus habilidades físicas, cognitivas y sociales.
- ◆ Docentes: El equipo docente incluye al profesor de Educación Física, tutores y otros profesores de asignaturas relacionadas. La colaboración interdisciplinar es clave para integrar conocimientos y habilidades de diversas áreas curriculares.

- ◆ Familias: Las familias juegan un papel crucial en el apoyo y la motivación de los estudiantes. Se mantendrá una comunicación constante y se fomentará su participación en actividades y proyectos, como en las jornadas culturales y eventos deportivos.
- ◆ Profesionales externos: En algunas unidades didácticas, se contará con la colaboración de expertos y profesionales externos. Por ejemplo, agentes de policía para las actividades de seguridad vial y monitores ambientales para las salidas a la naturaleza.

#### **7.6.2 Recursos ambientales**

- ◆ Instalaciones del centro: Se utilizarán las instalaciones del colegio, incluyendo el polideportivo, los patios y las pistas multideporte. Estos espacios permiten la práctica segura y variada de actividades físicas.
- ◆ Entorno natural: Las áreas verdes y parques cercanos se aprovecharán para actividades al aire libre, como senderismo y gymkanas. Estos espacios proporcionan un entorno adecuado para la educación ambiental y la práctica de actividades físicas en un contexto natural.
- ◆ Material deportivo: Incluye bicicletas, cascos, conos, pelotas, aros, cuerdas, altavoces, colchonetas y diversos equipos de fitness. Estos materiales son fundamentales para la realización de las diferentes actividades y ejercicios planificados en las unidades didácticas.

### 7.6.3 Recursos tecnológicos

- ◆ Google Classroom: Plataforma digital que facilita la comunicación entre alumnos y profesores, permitiendo compartir recursos, asignaciones y realizar seguimientos del progreso académico.
- ◆ Kahoot: Herramienta para la creación de cuestionarios interactivos, que fomentan la participación y el aprendizaje lúdico.
- ◆ YouTube: Utilizado para reproducir vídeos educativos, tutoriales de ejercicios y música para las sesiones de baile y relajación.
- ◆ Canva: Aplicación para la creación de infografías y presentaciones, que ayuda a los alumnos a desarrollar habilidades digitales y creativas.
- ◆ Mentimeter: Plataforma para la realización de encuestas y nubes de palabras en tiempo real, promoviendo la participación activa y el feedback inmediato.
- ◆ Pixabay y Flaticon: Bancos de imágenes e iconos que permiten a los estudiantes y profesores crear contenido visual atractivo y libre de derechos de autor.
- ◆ Google Maps: Utilizado para la planificación de rutas y la geolocalización durante las actividades al aire libre, como las salidas de senderismo y ciclismo.

## 8. Evaluación

La evaluación dentro la programación didáctica es un elemento esencial que garantiza la efectividad del proceso de enseñanza-aprendizaje. Conforme a las directrices del Real Decreto 157/2022, la evaluación se presenta como una herramienta global, continua y formativa. Esta herramienta esta diseñada para medir no sólo los indicadores de logro académicos del alumnado, sino también para evaluar y mejorar la práctica docente y los métodos de enseñanza aplicados.

Las características que debe seguir la evaluación son:

- La evaluación debe ser global, abarcando todas las dimensiones del desarrollo de los alumnos.
- La evaluación es un proceso continuo que se extiende a lo largo del curso académico, permitiendo un seguimiento constante del progreso del estudiante.
- El propósito de la evaluación se centra en la formación y el desarrollo continuo del alumnado. Mediante un feedback constructivo, podemos promover la reflexión y el autoaprendizaje.

### 8.1 ¿Qué se evalúa?

La evaluación en Educación Física se centrará en medir como los alumnos alcanzan los objetivos y desarrollan las competencias establecidas, conforme a lo estipulado a la normativa vigente. Las competencias específicas establecidas por el Real Decreto 157/2022 enlazan el perfil de salida con los saberes básicos y los criterios de evaluación. A continuación, se muestra una tabla que recoge la relación entre las competencias específicas, descriptores

operativos y los criterios de evaluación correspondientes al segundo ciclo de la etapa de Educación Primaria para la asignatura de Educación Física:

<b>COMPTENCIAS ESPECÍFICAS</b>	<b>PERFIL DE SALIDA</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
<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>STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3.</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 puedan producir en contextos de práctica motriz.</p>

<p>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.</p>	<p>STEM1, CPSAA4, CPSAA5.</p>	<p>2.1. Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>
<p>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, para contribuir a la convivencia.</p>	<p>CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.</p>	<p>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.</p> <p>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.</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</p>

		actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.
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.	CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.	<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>4.2. Apreciar los logros de personas y colectivos referentes del deporte, reconociendo el esfuerzo, la dedicación y los sacrificios requeridos para alcanzar el éxito y su actitud ante la derrota o los objetivos no conseguidos.</p> <p>4.3. Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo.</p> <p>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>
5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y	STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3.	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

<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>		<p>acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.</p>
---	--	--

**Tabla 6. Relación entre competencias específicas, descriptores de Perfil de salida y criterios de evaluación según el Real Decreto.**

## 8.2 ¿Cómo se evalúa?

A continuación, se muestra un listado de los diferentes instrumentos de evaluación que se emplearán en la programación didáctica para Educación Física de 4º de Primaria, relacionándose con las unidades didácticas donde se aplicará el instrumento:

- **Pruebas escritas:** Exámenes escritos sobre contenidos teóricos sobre conceptos de salud, seguridad vial y reciclaje.
  - o **Unidades didácticas:** UD1, UD3, UD4, UD6, UD7, UD9.
- **Pruebas orales:** Exposiciones orales donde presentan trabajos de investigación sobre algún contenido.
  - o **Unidades didácticas:** UD2, UD4, UD7, UD8, UD11, UD12, UD15.
- **Portfolios:** Documentación del progreso y reflexiones personales sobre las distintas unidades didácticas.
  - o **Unidades didácticas:** Presente en todas las unidades didácticas.

- **Diarios de actividad física:** Registro de los estudiantes donde anotan las actividades diarias y reflexiones sobre estas.
  - **Unidades didácticas:** Presente en todas las unidades didácticas.
- **Cuestionarios:** Cuestionarios de satisfacción y opinión sobre las actividades realizadas en clase.
  - **Unidades didácticas:** Presente en todas las unidades didácticas.
- **Rúbricas de evaluación:** Rúbricas detalladas para evaluar habilidades en alguna prueba práctica.
  - **Unidades didácticas:** Presente en todas las unidades didácticas.
- **Observaciones del profesor:** Registro de observación donde se detallará aspectos como el comportamiento, la cooperación, el esfuerzo...
  - **Unidades didácticas:** Presente en todas las unidades didácticas.
- **Trabajos de investigación:** Realización de trabajos sobre temas relacionados con las unidades didácticas.
  - **Unidades didácticas:** UD2, UD4, UD7, UD8, UD 11, UD12, UD15.
- **Evaluaciones prácticas:** Pruebas de destreza y habilidad física.
  - **Unidades didácticas:** Presente en todas las unidades didácticas.
- **Autoevaluaciones:** Fichas donde los alumnos evalúan su desempeño y objetivos cumplidos.
  - **Unidades didácticas:** Presente en todas las unidades didácticas.
- **Registro de participación:** Hojas de asistencia y participación en el transcurso de las sesiones.
  - **Unidades didácticas:** Presente en todas las unidades didácticas.

### 8.3 ¿Quién evalúa?

La responsabilidad principal de la evaluación recae en el profesor, desempeñando un papel crucial a lo largo de las 15 unidades didácticas. Este es un proceso que no se limita a una evaluación sumativa al final de cada unidad, más bien, es un enfoque continuo que se lleva a cabo durante el desarrollo de las actividades como al final de cada unidad didáctica. Este método permitirá al profesor obtener un conocimiento sobre el progreso de cada alumno.

Además de la evaluación realizada por el profesor, se implementará la autoevaluación en diferentes actividades y sesiones de algunas unidades didácticas específicas. Este enfoque permitirá a los estudiantes desarrollar una mayor conciencia sobre sus propias capacidades y habilidades, facilitando una reflexión personal para reconocer mejoras relevantes en sus propias aptitudes y competencias.

### 8.4 ¿Cuándo se evalúa?

La evaluación se integrará en la estructura de cada unidad didáctica y llevaremos a cabo tanto una evaluación continua que permite ajustes pedagógicos en tiempo real, como una evaluación sumativa que refleja los logros conseguidos de los estudiantes al final de cada unidad didáctica.

- **Evaluación continua:** Durante las 15 unidades didácticas que componen la programación de Educación Física, la evaluación se realiza de manera continua. Este tipo de evaluación es crucial para identificar áreas donde

los estudiantes pueden estar teniendo dificultades, lo que permitirá al profesor ajustar sus estrategias pedagógicas y el ritmo de enseñanza según los objetivos de aprendizaje que se están logrando.

- **Evaluación sumativa:** Al final de cada unidad, se llevará a cabo una evaluación sumativa con el objetivo de determinar si los estudiantes han logrado los objetivos de aprendizaje establecidos para esa unidad. Este tipo de evaluación proporciona tanto a los alumnos como al profesor una visión clara sobre el desarrollo alcanzado durante la unidad. La evaluación sumativa también servirá como una herramienta para reflexionar sobre el progreso general del estudiante a lo largo del desarrollo del curso escolar.

### 8.5 Criterios de calificación

En este apartado, se presentarán los criterios de calificación utilizados para evaluar el progreso y el grado de aprendizaje de los alumnos a lo largo de las diferentes unidades didácticas. A continuación, se detalla una tabla que muestra la relación entre las unidades didácticas, los criterios de evaluación, los descriptores operativos y el porcentaje de evaluación asignado a cada uno de estos elementos. Esta estructuración permitirá una comprensión clara de cómo se distribuyen las calificaciones.

UD	Criterio de evaluación	Descriptores operativos	Porcentaje de calificación
UD 1	1.1	STEM5	35%
	1.4	CPSAA5	30%
	2.2	CPSAA4	35%
UD 2	2.2	CPSAA5	60%
	3.3	CCL1	40%
UD 3	1.2	CPSAA2	50%
	5.1	STEM 5 y CC4	50%

UD 4	4.1	CCEC1	60%
	4.5	CCL1 y CCEC4	40%
UD 5	2.2	CPSAA5	40%
	2.3	CPSAA4	60%
UD 6	1.1	STEM5	30%
	1.3	STEM2	40%
	5.1	STEM5 y CC4	30%
UD 7	3.3	CCL1	50%
	5.1	STEM5 y CC4	50%
UD 8	4.2	CCEC2	35%
	4.5	CCL1 y CCEC4	65%
UD 9	4.2	CCEC2	50%
	4.4	CC3 y CCEC1	50%
UD 10	2.2	CPSAA5	35%
	3.1	CPSAA1	35%
	3.3	CCL1	30%
UD 11	4.3	CCEC3	30%
	4.5	CCL1 y CCEC4	70%
UD 12	1.4	CPSAA5 y CE3	30%
	3.1	CPSAA1	35%
	3.2	CC2	35%
UD 13	2.2	CPSAA5	50%
	2.3	CPSAA4	50%
UD 14	2.1	STEM4	40%
	2.2	CPSAA5	30%
	2.3	CPSAA4	30%
UD 15	2.2	CPSAA5	40%
	3.2	CC2	35%
	3.3	CCL1	25%

**Tabla 7. Relación entre unidades didácticas, criterios de evaluación, descriptores operativos y porcentaje de evaluación.**

## 8.6 Evaluación de la práctica docente

Evaluar la práctica docente es esencial para garantizar una enseñanza de calidad y promover la mejora continua en el proceso educativo. En esta programación didáctica, se implementará un enfoque centrado en la retroalimentación de los alumnos mediante el uso de una rúbrica de evaluación. Esta metodología permitirá recoger información valiosa sobre el desempeño del

docente desde la perspectiva de los estudiantes, facilitando así un análisis integral y objetivos específicos para el desarrollo profesional.

La rúbrica de evaluación será una herramienta estructurada que los alumnos utilizarán para calificar diferentes aspectos de la práctica docente. Esta rúbrica se aplicará al final de cada unidad didáctica y abarcará varios criterios clave:

<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Escala de valoración</b>				
<b>Claridad de las explicaciones</b>					
¿El profesor explica las cosas de forma clara y fácil de entender?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Usa ejemplos que te ayudan a entender mejor?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Interacción y comunicación</b>					
¿El profesor te anima a participar y escucha tus ideas?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Responde a tus preguntas de forma clara y rápida?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Motivación y entusiasmo</b>					
¿El profesor muestra entusiasmo por la materia y te motiva a aprender?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Usa métodos para mantener tu interés y atención en clase?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Organización y gestión del tiempo</b>					
¿Las clases están bien organizadas?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿El profesor utiliza el tiempo de manera efectiva durante las sesiones?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Uso de Recursos y materiales</b>					
¿El profesor usa diferentes recursos y materiales para ayudar al aprendizaje?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

¿Los materiales que usa son útiles y mejoran la clase?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Apoyo y feedback</b>					
¿El profesor te da consejos y ayuda para mejorar?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Está disponible para responder a tus dudas y darte orientación?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

**Tabla 8. Rúbrica de evaluación para que los alumnos evalúen al docente.**

La rúbrica será entregada a los alumnos en formato impreso al finalizar cada unidad didáctica. Los estudiantes completarán la evaluación de manera anónima para asegurar la sinceridad y objetividad de sus respuestas. La rúbrica incluirá una escala de valoración que va desde "(1) Muy insatisfecho" hasta "(5) Muy satisfecho", permitiendo a los alumnos calificar cada criterio con una puntuación específica.

Además, la autoevaluación docente es una herramienta esencial para mejorar la calidad educativa y fomentar el desarrollo profesional. Reflexionar sobre la propia práctica educativa permite identificar fortalezas y áreas de mejora, contribuyendo así a una enseñanza más efectiva y centrada en el alumno. A continuación, se presenta una rúbrica de autoevaluación que permite al docente valorar distintos aspectos de su desempeño. La escala de valoración va desde "(1) Muy insatisfecho" hasta "(5) Muy satisfecho".

<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Escala de valoración</b>				
<b>Claridad de las explicaciones</b>					
¿Considero que explico los conceptos de manera clara y comprensible?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Utilizo ejemplos prácticos que facilitan la comprensión de los estudiantes?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Adapto mi lenguaje y explicaciones al nivel de comprensión de mis alumnos?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Interacción y comunicación</b>					
¿Fomento la participación activa y escucho las ideas de mis alumnos?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Respondo a las preguntas de los alumnos de manera adecuada y en tiempo oportuno?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Mantengo una comunicación efectiva y abierta con mis estudiantes?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Motivación y entusiasmo</b>					
¿Muestro entusiasmo por la materia y motivo a mis alumnos a aprender?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Utilizo estrategias para mantener el interés y la atención de mis estudiantes?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Fomento la curiosidad y el deseo de aprender en mis alumnos?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Organización y gestión del tiempo</b>					
¿Mis clases están bien estructuradas y organizadas?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Gestiono el tiempo de manera efectiva durante las sesiones?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Soy puntual y cumplo con el horario establecido?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Uso de Recursos y materiales</b>					
¿Utilizo diversos recursos y materiales para apoyar el aprendizaje de mis alumnos?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

¿Los recursos que utilizo son adecuados y enriquecen la experiencia educativa?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Integro tecnologías de la información y comunicación de manera efectiva en mis clases?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Apoyo y feedback</b>					
¿Ofrezco feedback constructivo y apoyo individualizado a mis alumnos?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Estoy disponible para resolver dudas y ofrecer orientación a mis estudiantes?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Realizo un seguimiento constante del progreso de mis alumnos?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Desarrollo profesional</b>					
¿Me mantengo actualizado y busco oportunidades de formación continua?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
¿Reflexiono regularmente sobre mi práctica docente para identificar áreas de mejora?	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

**Tabla 9. Rúbrica de evaluación de la práctica docente.**

Los resultados de las evaluaciones serán recopilados y analizados por el docente y el equipo directivo. Se utilizarán herramientas estadísticas para identificar patrones y áreas específicas que requieren mejora. Este análisis permitirá al docente reflexionar sobre su práctica y desarrollar estrategias de mejora continua. Además, se compartirán los resultados con el equipo docente para promover un entorno de aprendizaje colaborativo y profesional.

## 9. Atención a la diversidad

En el grupo de 4ºB de Educación Primaria, compuesto por 25 estudiantes entre 9 y 10 años, se caracteriza por tener un alto grado de heterogeneidad que refleja la diversidad propia de cualquier contexto educativo contemporáneo. Este grado no sólo se manifiesta en términos culturales o socioeconómicos, sino también sobre las diferencias en las habilidades cognitivas y físicas de los estudiantes. Aunque la mayoría del alumnado muestra un perfil activo y un interés notable por la Educación Física, cabe destacar la presencia de un alumno con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), siendo un factor que requiere tener una especial atención en la planificación y ejecución de las unidades didácticas.

Teniendo en cuenta la composición y las características del grupo de clase, así como atendiendo a las demandas del sistema educativo actual, la programación didáctica se ajusta a las directrices establecidas en el Artículo 6 del currículo vigente, que destaca “en esta etapa se pondrá especial énfasis en garantizar la inclusión educativa, la atención personalizada al alumnado y a sus necesidades de aprendizaje, la participación y la convivencia, la prevención de dificultades de aprendizaje y la puesta en práctica de mecanismos de refuerzo y flexibilización, alternativas metodológicas u otras medidas adecuadas tan pronto como se detecten cualquiera de estas situaciones” (Real Decreto 157/2022). Conforme a estas orientaciones, la presente programación didáctica priorizará el uso del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) como herramienta clave para alcanzar estos objetivos.

El Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) proporciona un marco completo para abordar de manera efectiva la diversidad dentro del aula. Este enfoque, según Courey et al. (2013) permite crear un entorno de aprendizaje inclusivo que responde a las necesidades individuales de todos el alumnado.

## 9.1 Implementación del DUA

La implementación del (DUA) en la programación de Educación Física pretende garantizar una experiencia de aprendizaje inclusiva y efectiva para todos los estudiantes, teniendo en cuenta a los alumnos con necesidades especiales. La adopción de estrategias que promuevan la inclusión y respeten la diversidad cultural es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes. Estas estrategias deben enfocarse en varios aspectos:

- ◆ **Equidad de género:** Es fundamental estructurar actividades en grupos mixtos para fomentar la igualdad. La inclusión de figuras deportivas de ambos géneros como modelos a seguir y usar un lenguaje inclusivo, ayuda a cultivar un ambiente de respeto.
- ◆ **Diversidad cultural:** La Educación Física puede ser un espacio para aprender de la diversidad cultural. Esto se logra creando oportunidades para el intercambio cultural y el diálogo, mejorando así las habilidades comunicativas y sociales de los alumnos.
- ◆ **Atención a las necesidades específicas (alumno TDAH):** Para el estudiante con TDAH, es crucial adaptar las actividades para que permitan captar su atención. Esto podría incluir proporcionar apoyos visuales, estructurar las sesiones con rutinas claras, utilizar refuerzos positivos, limitar las distracciones, y establecer límites claros para las actividades.

## 10. Contribución de la programación al desarrollo de otros planes

La programación didáctica de Educación Física se diseñó con un enfoque integral que va más allá del desarrollo físico y motor, y se expande a otras áreas fundamentales del desarrollo educativo de los alumnos. Con este enfoque comprenderemos que las habilidades físicas aprendidas, tienen aplicaciones en otros dominios educativos y sociales, contribuyendo así a un desarrollo completo del alumnado.

### 10.1 Desarrollo lingüístico y comunicativo

La asignatura de Educación Física puede servir como medio para el desarrollo del lenguaje y expresión. A través de las instrucciones y práctica de los diversos deportes y actividades, los estudiantes no solo aprenden terminología específica, sino que también mejoran su capacidad de seguimiento de instrucciones y expresión oral. El desarrollo lingüístico se puede enriquecer mediante la integración de un amplio vocabulario técnico y la realización de presentaciones orales, preparando a los alumnos para emplear su competencia lingüística en diferentes contextos.

### 10.2 Fomento de la lectura y comprensión lectora

Incluir actividades teóricas relacionadas con la alimentación saludable y las normas de seguridad en diversos contextos fomenta la lectura comprensiva. Este tipo de actividades pueden motivar a los estudiantes a leer y a mejorar su capacidad de comprensión lectora, siendo una habilidad crucial en todas las áreas académicas.

### 10.3 Desarrollo de competencias sociales y ciudadanía

Además, la programación pretende enfatizar en el desarrollo de habilidades sociales y cívicas a través de prácticas deportivas que requieran cooperación, liderazgo y resolución de conflictos, promoviendo valores de convivencia, respeto mutuo y comprensión intercultural.

### 10.4 Integración de las TIC y la competencia digital

Por último, también se contribuirá al desarrollo de la competencia digital incorporando el uso de tecnologías de la información y comunicación (TIC), mediante diferentes búsquedas información online y la creación de presentaciones digitales. Este enfoque responde tanto a las exigencias del currículo vigente como a la preparación de los estudiantes a utilizar de manera eficaz las nuevas tecnologías.

## 11. Conclusiones

La programación didáctica de Educación Física diseñada para el 4º de Primaria en el CEIP Miguel Hernández constituye una propuesta pedagógica robusta y comprensiva que no solo se alinea con las directrices legales y curriculares más recientes, sino que también se adapta a las necesidades específicas y al contexto del centro educativo y su alumnado. La integración de metodologías innovadoras como la gamificación, el aprendizaje basado en proyectos y retos, así como la atención cuidadosa a la diversidad y las necesidades individuales de los estudiantes, aseguran una educación física inclusiva, motivadora y efectiva.

Al centrarse en el desarrollo integral de los estudiantes, esta programación didáctica no solo promueve la actividad física y el bienestar, sino que también fortalece las habilidades sociales, cognitivas y emocionales de los alumnos. Además, el enfoque en la educación interdisciplinaria y el uso de TIC amplía significativamente el alcance del aprendizaje, preparando a los estudiantes para enfrentar los retos del futuro con confianza y competencia.

Las conclusiones de esta programación resaltan la efectividad de un enfoque pedagógico que valora y promueve la educación física como un medio crucial para el desarrollo completo del estudiante. Al fomentar estilos de vida saludables, responsabilidad personal y social, así como el respeto por la diversidad y la inclusión, esta programación no solo cumple con los objetivos académicos y sociales de la educación primaria, sino que también contribuye de manera significativa al bienestar general y al crecimiento personal de cada

estudiante. En última instancia, la programación didáctica se presenta no solo como un componente educativo, sino como una herramienta vital en la formación de ciudadanos responsables, saludables y activos en una sociedad democrática y en constante cambio.

## 12. Bibliografía

- Beane, J. A. (1997). Curriculum integration: Designing the core of democratic education. *Teachers College Press*.
- Bell, R. F., Orozco, I. I., & Lema, B. M. (2022). Interdisciplinarietà, aproximación conceptual y algunas implicaciones para la educación inclusiva. *Revista digital de Ciencia, Tecnología e Innovación*, 9(1), 101-116.
- Camacho-Sánchez, R., Manzano-León, A., Rodríguez-Ferrer, J. M., Serna, J., & Lavega-Burgués, P. (2023). Game-based learning and gamification in physical education: a systematic review. *Education Sciences*, 13(2), 183.
- Castañer, M., & Trigo, M. (1998). Desde la Educación Física a la interdisciplinarietà . *Educación física e deporte no século XXI*, 2, 643-653.
- Courey, S. J., Tappe, P., Siker, J., & LePage, P. (2013). Improved lesson planning with universal design for learning (UDL). *Teacher education and special education*, 36(1), 7-27.
- Delgado, R. D., Hernández, M. R., Morales, J. G., & Mendoza, H. B. (2018). Aprendizaje basado en retos. *Anfei digital*, 9.
- Griggs, G. (2007). Physical education: Primary matters, secondary importance. *Education*, 35(1), 59-69.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. *mcGraw-Hill*, 6, 102-256.
- Moya-Mata, I., & Peirats, J. (2019). Aprendizaje basado en Proyectos en Educación Física en Primaria, un estudio de revisión. *REIDOCREA*, 8(2), 115-130.

Sterling, S. (2001). *Sustainable Education – Re-visioning learning and change.*

*Green Books.*

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

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

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

## 13. Anexos

### 13.1. Introducción

La unidad didáctica que se va a llevar cabo con el nombre “FIFA – Carta Ultimate Team” es parte de la programación didáctica diseñada para los alumnos de 4º de Primaria del colegio CEIP Miguel Hernández, ubicado en la Comunidad de Madrid. Esta unidad didáctica es la 14º en la programación del curso 2023-2024 y se enmarca en el contexto de un año académico bajo la orden del Real Decreto 157/2022, promoviendo la actividad física regular y el desarrollo de las capacidades físicas básicas mediante el juego y la gamificación.

“FIFA – Carta Ultimate Team” está diseñada para fomentar no solo la actividad física, sino también habilidades como la toma de decisiones estratégicas, el trabajo en equipo y la gestión personal a través de la gamificación, utilizando mecánicas del juego “FIFA” que ayudarán a captar el interés de los estudiantes y promueve la actividad física. Cada alumno tendrá su propia "carta del jugador" que habrá creado de manera interdisciplinar en alguna de las sesiones de la asignatura de Educación Plástica, y a través de retos y actividades físicas adecuadas, tendrán la oportunidad de mejorar sus habilidades y, por tanto, subir puntos en su carta del jugador.

El objetivo principal es desarrollar y fortalecer las capacidades físicas básicas como la fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad, a través de retos y actividades adaptadas a cada habilidad. También se busca promover la resolución de problemas en situaciones motrices y fomentar la regulación

emocional y el respeto mutuo, valores esenciales en el deporte y la vida cotidiana.

### 13.2. Contextualización de la SA

La programación didáctica está diseñada para el CEIP Miguel Hernández, un centro educativo situado en Alcobendas, un municipio al norte de la Comunidad de Madrid, conocido por su alta calidad de vida y excelente infraestructura, incluyendo numerosos espacios verdes que fomentan un entorno educativo adecuado y saludable. Este centro ofrece educación desde infantil hasta primaria, con dos líneas educativas por curso y una media de 25 alumnos por clase.

El curso específico para el cual se ha diseñado esta programación es el 4º de Primaria, concretamente el grupo 4ºB, que está compuesto por 25 alumnos de entre 9 y 10 años. No hay alumnos repetidores en este grupo, pero es importante destacar la inclusión de un estudiante con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH). Este grupo refleja una diversidad moderada, con estudiantes que, en su mayoría, provienen de familias de clase media y alta.

El centro dispone de recursos modernos y espacios adecuados para una enseñanza efectiva y actual. Entre estas instalaciones se incluyen aulas amplias y bien iluminadas, una biblioteca, sala de informática, laboratorio de ciencias, así como instalaciones deportivas que incluyen un pabellón y pistas de baloncesto y fútbol sala. Además, cuenta con un equipo de atención a la diversidad, incluyendo orientadores, pedagogos terapéuticos y maestros de pedagogía

terapéutica (PT) que enriquecen la formación del alumnado y apoyan sus necesidades específicas.

### 13.3. Fundamentación normativa

La Unidad Didáctica 14 "FIFA – Carta Ultimate Team" se ha diseñado alineándose con las normativas vigentes establecidas para la Educación Primaria tanto a nivel nacional como autonómico:

Normativa a nivel estatal:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, que 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,

Normativa autonómica de la Comunidad de Madrid:

- Decreto 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, que el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria.
- Orden 1493/2015, de 22 de mayo, de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte, regula la evaluación y la promoción de los alumnos con necesidad específica de apoyo educativo. Esta orden es especialmente relevante para adaptar la educación física a estudiantes con condiciones como el TDAH.
- Orden 130/2023, de 23 de enero, de la Vicepresidencia y Consejería de Educación y Universidades, que regula aspectos organizativos y de

funcionamiento de los centros educativos, así como la evaluación y la autonomía pedagógica para la Educación Primaria en la región.

Plan de convivencia:

⇒ Decreto 60/2020, de 29 de julio, que modifica el Decreto 32/2019, de 9 de abril, del Consejo de Gobierno, establece el Marco Regulator de la Convivencia en los Centros Docentes de la Comunidad de Madrid.

## 13.4. Elementos curriculares de la SA

### 13.4.1 Competencias

⇒ Competencias específicas:

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.

⇒ Competencias clave:

- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM).
- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA).

### 13.4.2 Objetivos

#### ⇒ Objetivos de la Situación de aprendizaje

- Desarrollar las capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad) a través de retos y actividades adaptadas a cada habilidad.
- Promover el crecimiento individual y la superación personal al establecer metas personales y medir el progreso propio en función de los puntos obtenidos en la carta del jugador.

#### ⇒ Objetivos de la programación

- b) Incentivar a participar en actividades física tanto dentro como fuera del ámbito escolar.
- c) Educar sobre la importancia de la alimentación saludable, la higiene personal y la práctica regular de actividad física

#### ⇒ Objetivos de etapa

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.

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.

### 13.4.3 Contenidos

#### Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices:

- Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad).

Además, se desarrollarán otros contenidos transversales establecidos en el Decreto 61/2022:

4. Se fomentarán acciones y valores de respeto, deportividad y trabajo en equipo en todas las actividades deportivas, con la finalidad de prevenir actitudes y conductas antideportivas.

6. Se diseñarán situaciones de aprendizaje que permitan afianzar en el alumnado el espíritu emprendedor, la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo y la confianza en sí mismo.

### 13.4.4 Criterios de evaluación

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

- **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.

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.

- **CPSAA5:** Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.

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.

**CPSAA4:** Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.

### 13.5. Metodología

Para la Unidad Didáctica N° 14 "FIFA – Carta Ultimate Team" del curso de 4º de Primaria en el CEIP Miguel Hernández, se adoptará una metodología centrada principalmente en la gamificación. Esta técnica pedagógica utiliza elementos del juego en contextos no lúdicos para aumentar la participación de

los estudiantes, mejorar la dinámica de clase y facilitar el aprendizaje y desarrollo de competencias físicas y sociales.

⇒ Metodología principal

- Gamificación: Este enfoque será el núcleo de la unidad, donde los alumnos podrán ganar y mejorar sus "cartas de jugador" a través de la realización de diversas actividades físicas y retos. Cada "carta del jugador" reflejará el progreso y las habilidades de cada estudiante, funcionando como un motivador y un registro visual de su desarrollo personal y deportivo. Las mecánicas de juego, como la acumulación de puntos y recompensas por habilidades y retos superados, se integran para mantener un alto nivel de motivación entre los estudiantes.

⇒ Estilos de enseñanza implementados

Para complementar la gamificación y asegurar que todos los aspectos del aprendizaje sean abordados, se emplearán diversos estilos de enseñanza:

- Mando Directo y Mando Directo Modificado: Este estilo será utilizado para instrucciones claras y directas en la realización de ejercicios específicos y el desarrollo de habilidades deportivas. Permitirá a los docentes controlar el entorno de aprendizaje y asegurar que las actividades se realicen correctamente y de manera segura. La modificación del mando directo ofrecerá a los estudiantes cierta flexibilidad para adaptar las actividades según su nivel de habilidad y necesidades individuales.
- Asignación de Tareas: Los estudiantes recibirán tareas específicas que deberán completar dentro de un marco de tiempo determinado. Esta

estrategia fomenta la autonomía y responsabilidad personal, permitiendo a los alumnos gestionar su propio aprendizaje y tomar decisiones estratégicas sobre cómo abordar cada tarea.

- Estilos Creativos: Se alentará a los estudiantes a diseñar y proponer sus propias actividades o variaciones de juegos existentes, lo que fomentará la creatividad y el pensamiento crítico. Este estilo se complementa perfectamente con la gamificación, ya que permite a los estudiantes explorar nuevas formas de aplicar sus habilidades y conocimientos en contextos lúdicos y competitivos.

#### ⇒ Implementación Práctica

Las sesiones serán diseñadas para alternar entre estos estilos de enseñanza, proporcionando variedad y adaptabilidad al proceso de aprendizaje. Esto no solo mantendrá el interés y la motivación de los estudiantes en su punto más alto, sino que también les permitirá desarrollar una gama más amplia de habilidades físicas y sociales.

La integración de estos métodos dentro del marco de la gamificación asegurará que la Unidad Didáctica "FIFA – Carta Ultimate Team" sea dinámica, educativa y profundamente enriquecedora, preparando a los estudiantes no solo en habilidades deportivas, sino también en habilidades de vida esenciales como el trabajo en equipo, la resolución de problemas y la gestión del autoaprendizaje.

### 13.6. Actividades de enseñanza-aprendizaje

<b>Nº Sesión</b>	1	<b>Fecha</b>	17/05/2024
<b>Objetivos</b>	Presentar la unidad y familiarizar a los estudiantes con los conceptos de la "Carta del Jugador" y las capacidades físicas que se trabajarán.		
<b>Recursos</b>	Proyector, diapositivas de la presentación, cartas de jugador (previamente creadas en clase de la asignatura de Educación Plástica) ANEXO D.		
<b>Organización de la clase</b>	La clase se llevará a cabo en el aula.		
<b>Resumen</b>	Introducción a los objetivos y metodología de la unidad. Explicación del sistema de gamificación, las cartas del jugador, así como, el transcurso de las sesiones.		

<b>Nº Sesión</b>	2	<b>Fecha</b>	20/05/2024
<b>Objetivos</b>	Mejorar la capacidad de velocidad a través de actividades específicas.		
<b>Recursos</b>	Cronómetros, conos, silbatos.		
<b>Organización de la clase</b>	Pista multideportivas.		
<b>Resumen</b>	Actividades centradas en el desarrollo de la velocidad.		
<b>CALENTAMIENTO</b>			
10´	Juegos de reacción: Realizar juegos donde los alumnos deban responder rápidamente a señales visuales o auditivas. Por ejemplo, el profesor puede decir colores o números y los estudiantes deben correr hacia un cono del color mencionado o formar grupos del número dicho.		
<b>PARTE PRINCIPAL</b>			
25´	<p>Sprints cortos: Realizar carreras de velocidad corta de 20 a 30 metros. Comenzar con una salida explosiva y enfocarse en la aceleración rápida. Puede hacerse en forma de relevos para añadir un componente de juego y competencia.</p> <p>‘El espejo’: Se hace parejas entre los alumnos. Uno lidera haciendo movimientos rápidos y cambios de dirección, y el otro debe imitarlo lo más rápido posible, como si fuera su reflejo en un espejo. Cada 3´aproximadamente el profesor marcará que los alumnos cambien de pareja con una persona distinta.</p> <p>Carreras de velocidad con cambios de ritmo: Los alumnos corren distancias de 40 a 60 metros cambiando el ritmo de velocidad cada 10 metros a la señal del profesor, alternando entre correr rápido y trotar.</p>		

	Carreras de relevos con variaciones: Utilizar relevos con diferentes estilos de carrera como saltos, correr hacia atrás, etc., para mantener la diversión y el desafío.
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
5-10´	Caminata ligera y estiramientos enfocados en las piernas.

<b>Nº Sesión</b>	3	<b>Fecha</b>	22/05/2024
<b>Objetivos</b>	Fortalecer la resistencia cardiovascular y muscular.		
<b>Recursos</b>	Conos, cuerdas de saltar, cronómetro, balón medicinal y aros.		
<b>Organización de la clase</b>	Circuito establecido en las pistas multideportivas del patio.		
<b>Resumen</b>	Circuito de ejercicios cardiovasculares y fortalecimiento muscular para desarrollar la resistencia.		
<b>CALENTAMIENTO</b>			
10´	Trotar suave y movilidad articular.		
<b>PARTE PRINCIPAL</b>			
25´	<p>Circuito de resistencia con diferentes postas:</p> <p>1. Estación de salto de cuerda          Actividad: Cada estudiante saltará la cuerda durante un minuto. Pueden alternar entre diferentes estilos de salto (pies juntos, alternando pies, un pie).</p> <p>2. Estación de burpees          Actividad: Realizar burpees durante 45 segundos para combinar un ejercicio de salto con una posición de flexión de brazos.</p> <p>3. Estación de balón medicinal          Actividad: Actividad: Lanzar el balón medicinal a diferentes objetivos (conos) o dianas (aros) colocadas a varias distancias.</p> <p>4. Estación de agilidad          Actividad: Zigzaguear entre conos colocados a una distancia de 1 metro cada uno.</p> <p>5. Estación de Planchas          Actividad: Mantener una posición de plancha durante 30 segundos.</p>		
<b>VUELTA A LA CALMA</b>			
5-10´	Ejercicios de respiración y estiramientos suaves.		

<b>Nº Sesión</b>	4	<b>Fecha</b>	24/05/2024
<b>Objetivos</b>	Aumentar el rango de movimiento y mejorar la flexibilidad.		
<b>Recursos</b>	Esterillas (recomendable).		
<b>Organización de la clase</b>	Espacio tranquilo y adecuado para la práctica de estiramientos. Recomendable el uso del gimnasio.		
<b>Resumen</b>	Trote suave y movilidad articular		
<b>CALENTAMIENTO</b>			
10´	Trote suave y movilidad articular.		
<b>PARTE PRINCIPAL</b>			
25´	<p>Estación de yoga: Integrar posturas básicas de yoga que ayuden a mejorar la flexibilidad, como el perro boca abajo, el gato-vaca y la cobra. Cada postura se mantiene por unos 20-30 segundos.</p> <p>Estación de estiramientos de piernas: Incluir ejercicios como toques de pies estando de pie, estiramientos de isquiotibiales sentados extendiendo una pierna y alcanzando los dedos del pie, y estiramientos de mariposa para trabajar los aductores.</p> <p>Estación de estiramientos de brazos y hombros: Realizar estiramientos para los brazos y hombros, como el estiramiento del tríceps llevando un brazo sobre la cabeza y el estiramiento cruzado del brazo frente al pecho.</p> <p>Estación de puentes y arcos: Los estudiantes intentan formar un puente con su cuerpo, lo que es excelente para la flexibilidad de la columna vertebral y fortalece la espalda baja.</p>		
<b>VUELTA A LA CALMA</b>			
5-10´	Relajación y respiración: Finalizar con una actividad de relajación donde los estudiantes se acuestan en el suelo, cierran los ojos y practican la respiración profunda para ayudar a relajar los músculos y consolidar la flexibilidad trabajada.		

<b>Nº Sesión</b>	5	<b>Fecha</b>	27/05/2024
<b>Objetivos</b>	Fortalecer los principales grupos musculares de los estudiantes, con el fin de mejorar la fuerza general y la resistencia muscular.		
<b>Recursos</b>	Esterillas o colchonetas, pesas ligeras de 1kg-2kg (opcional), balones medicinales, bancos de gimnasia y conos.		
<b>Organización de la clase</b>	La clase se llevará a cabo en el gimnasio del colegio.		
<b>Resumen</b>	Sesión enfoca en fortalecer los principales grupos musculares a través de un calentamiento dinámico, ejercicios de fuerza variados y una vuelta a la calma con estiramientos y relajación.		
<b>CALENTAMIENTO</b>			
10´	"La muralla" y estiramientos de dinámicos		
<b>PARTE PRINCIPAL</b>			
25´	<p>Circuito de fuerza con diferentes estaciones:</p> <p>Estación de flexiones: Realizar flexiones tradicionales o modificadas (con las rodillas en el suelo) para fortalecer el pecho, los hombros y los tríceps.</p> <p>Estación de sentadillas: Utilizar el propio peso del cuerpo para realizar sentadillas, enfocándose en la técnica correcta para fortalecer las piernas y los glúteos.</p> <p>Estación de plancha: Mantener la posición de plancha para fortalecer el core durante 30 segundos.</p> <p>Estación de 'Superhéroes': Acostados boca abajo, levantar alternadamente brazos y piernas contrarios para fortalecer la espalda baja y mejorar el equilibrio.</p> <p>Estación de levantamiento de balones medicinales: Utilizar balones medicinales para hacer pequeños levantamientos y pases a un compañero, trabajando la fuerza de brazos y la coordinación.</p> <p>Circuito de agilidad con fuerza:</p> <p>Integrar un circuito con obstáculos bajos, slaloms y pequeños saltos, donde los estudiantes deben completar el circuito llevando un balón medicinal o una pequeña pesa.</p>		
<b>VUELTA A LA CALMA</b>			
5-10	Caminata ligera y estiramientos estáticos.		

<b>Nº Sesión</b>	6	<b>Fecha</b>	29/05/2024
<b>Objetivos</b>	Evaluar las capacidades físicas básicas de los estudiantes en velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza a través de retos sencillos.		
<b>Recursos</b>	Cronómetro, esterillas, conos, balones medicinales, cuerdas de saltar y gomets (pegatinas) para cada habilidad.		
<b>Organización de la clase</b>	La sesión se llevará a cabo en las pistas multideportivas.		
<b>Resumen</b>	En la última sesión de la unidad "FIFA – Carta Ultimate Team", los estudiantes enfrentarán retos diseñados para evaluar y celebrar sus mejoras en velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza. Los estudiantes que superen cada reto recibirán un gomets como recompensa que el profesor colocará en su "Carta del jugador".		
<b>CALENTAMIENTO</b>			
10´	Trote suave y movilidad articular.		
<b>PARTE PRINCIPAL</b>			
20´	Reto de velocidad → Carrera de velocidad corta (30 metros). Reto de resistencia → Mantener el trote o la carrera en el lugar durante el mayor tiempo posible (mínimo 1,5 - 2 minutos para obtener el gomets). Reto de flexibilidad → Alcanzar los dedos del pie o acercarse lo máximo posible en un estiramiento sentado hacia adelante. Reto de fuerza → Realizar el mayor número de burpees en 1 minuto, poniendo 3 como mínimo para la obtención del gomets.		
<b>VUELTA A LA CALMA</b>			
10-15´	Estiramientos estáticos. Entrega de gomets: Al final de la sesión, revisar las cartas del jugador y colocar los gomets ganados en las respectivas habilidades como reconocimiento al esfuerzo y la mejora. Reflexión final grupal.		

### 13.7. Procedimiento de evaluación

Para la Unidad Didáctica "FIFA – Carta Ultimate Team", la evaluación se diseñará para medir de manera efectiva y precisa el progreso y logro de los objetivos educativos establecidos. A continuación, detallo cómo debería estructurarse el portafolio que utilizarán los alumnos, así como las rúbricas que el profesor empleará para evaluar a los estudiantes según los criterios de evaluación especificados.

⇒ **Portafolio (Criterio de evaluación 2.1):**

El portafolio diseñado para el criterio 2.1 de la Unidad Didáctica "FIFA – Carta Ultimate Team" es una herramienta que permite a los estudiantes documentar y reflexionar sobre su progreso durante la unidad.

La estructura del portafolio incluye un "*registro de actividades*", que contiene documentación detallada de cada sesión, así como, "*materiales utilizados*" donde los alumnos enumerarán los diferentes materiales que se utilizarán durante el desarrollo de las sesiones. Aquí, los estudiantes describen las actividades realizadas y las habilidades practicadas. Además, se incluyen "*reflexiones personales*", que son espacios donde cada alumno reflexiona sobre su aprendizaje, los desafíos que ha enfrentado y los progresos realizados. Otro apartado del portafolio es "*¿Qué puedo mejorar?*", donde los estudiantes autoevalúan su desempeño y consideran aspectos específicos que necesitan fortalecer. Esta autoevaluación es vital para el desarrollo continuo y ayuda a los alumnos a establecer objetivos claros para su mejora personal. Finalmente, el

“*Feedback del profesor*” es un espacio dedicado a los comentarios del profesor sobre el desempeño del estudiante en cada una de las sesiones. ANEXO A.

⇒ **Rúbrica (Criterio de evaluación 2.2):**

Para evaluar el criterio 2.2 "Adoptar Decisiones en Situaciones Lúdicas" en la Unidad Didáctica "FIFA – Carta Ultimate Team", se propone la siguiente rúbrica con cuatro niveles de logro. Esta rúbrica permite una evaluación clara y estructurada de cómo los estudiantes toman decisiones durante juegos y actividades deportivas, además, deberá ser aplicada por el profesor para documentar el progreso y proporcionar retroalimentación que ayude a los estudiantes progresar en las áreas donde se observen aspectos de mejora. Los niveles de logro están estructurados desde el nivel 1 que representa el logro inicial y el nivel 4 el más avanzado. ANEXO B.

⇒ **Rúbrica (Criterio de evaluación 2.3):**

Para evaluar el criterio 2.3 "Emplear Componentes de la Motricidad" de la Unidad Didáctica "FIFA – Carta Ultimate Team", se desarrolla una rúbrica con cuatro niveles de logro que facilita la evaluación estructurada de cómo los estudiantes emplean los componentes de la motricidad de manera eficiente. Aquí se detalla la rúbrica con niveles de logro donde el nivel 1 representa el logro inicial y el nivel 4 el más avanzado y completo. ANEXO C.

## 13.8. Atención a la diversidad

En la Unidad Didáctica 14 "FIFA – Carta Ultimate Team" del curso de 4º de Primaria en el CEIP Miguel Hernández, se presta especial atención a la diversidad del grupo, que es reflejo de un contexto educativo contemporáneo diverso tanto en aspectos culturales, socioeconómicos como en habilidades cognitivas y físicas. Esta unidad está diseñada para ajustarse no solo a las necesidades educativas generales, sino también a las particularidades de cada estudiante, incluyendo a un alumno diagnosticado con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

La implementación del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) en esta unidad didáctica específica busca ofrecer una experiencia de aprendizaje inclusiva y ajustada a la diversidad del aula, especialmente alineada con el Real Decreto 157/2022 sobre inclusión educativa y atención personalizada. A continuación, se detallan las estrategias clave adaptadas al contexto de esta unidad:

- Las actividades serán diseñadas para fomentar la participación equitativa de todos los estudiantes, independientemente de su género. Se utilizarán ejemplos de figuras deportivas de ambos géneros como modelos a seguir, y se promoverá el uso de un lenguaje inclusivo durante todas las sesiones. Además, se estructurarán actividades en grupos mixtos para asegurar que todos los estudiantes se sientan cómodos y valorados.
- Para el estudiante con TDAH, las actividades serán especialmente diseñadas para mantener un alto nivel de implicación. Esto incluirá el uso

de instrucciones claras y concisas, la provisión de estructuras de sesión predecibles, y el uso de sistemas de recompensa visibles como la "carta del jugador". Además, se limitarán las distracciones en el entorno de aprendizaje y se emplearán técnicas como tiempos de actividad cortos seguidos de periodos de descanso.

- Todos los estudiantes serán animados a participar activamente y contribuir según sus capacidades. Las actividades serán diseñadas para ser ajustables en complejidad, permitiendo que cada estudiante enfrente desafíos apropiados a su nivel de habilidad.
- Se aplicarán refuerzos positivos constantes para motivar a todos los alumnos. La flexibilidad en la ejecución de las actividades permitirá que los estudiantes exploren diferentes formas de participación, asegurando que cada uno pueda encontrar su espacio dentro del grupo y sentirse exitoso.

Este enfoque integral asegura que la Unidad Didáctica "FIFA – Carta Ultimate Team" no solo sea una experiencia educativa enriquecedora, sino también un medio efectivo para desarrollar habilidades sociales, físicas y cognitivas en un entorno inclusivo y respetuoso.

### 13.9. Conclusión

La Situación de Aprendizaje "FIFA – Carta Ultimate Team" diseñada para los alumnos de 4º de Primaria del CEIP Miguel Hernández, constituye un enfoque innovador y motivador para el aprendizaje y el desarrollo de habilidades físicas y sociales. Al combinar la gamificación con elementos reales del

entrenamiento físico, esta unidad didáctica no solo busca mejorar las capacidades físicas básicas de los estudiantes como la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad, sino que también fomenta diferentes habilidades como la toma de decisiones estratégicas, el trabajo en equipo y la gestión personal.

Integrando la tecnología y el atractivo universal de los videojuegos en el currículo de Educación Física, "FIFA – Carta Ultimate Team" busca capturar el interés de los estudiantes mediante un formato lúdico, y también les ofrece oportunidades reales para aplicar lo aprendido en situaciones prácticas y desafiantes, promoviendo así un aprendizaje significativo.

La aplicación de esta unidad didáctica en el CEIP Miguel Hernández, con su enfoque en la diversidad y la inclusión, garantiza que todos los estudiantes, independientemente de sus habilidades individuales o necesidades específicas, como en el caso del estudiante con TDAH, puedan beneficiarse y participar plenamente. El Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) empleado asegura que la educación sea accesible para todos, adaptando las actividades para satisfacer diversas necesidades y estilos de aprendizaje, lo que refuerza la equidad y la igualdad dentro del aula.

## 13.10. Bibliografía

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

Boletín Oficial del Estado.

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

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

## 13.11. Recursos elaborados

# PORTFOLIO - UNIDAD 14

(FIFA- CARTA ULTIMATE TEAM)

DÍA: \_\_\_\_\_ MES: \_\_\_\_\_ AÑO: \_\_\_\_\_

**REGISTRO DE ACTIVIDADES**      N° DE SESIÓN: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**REFLEXIONES PERSONALES**      ¿QUÉ PUEDO MEJORAR?

**FEEDBACK - PROFESOR**

ANEXO A: Portfolio (Criterio de evaluación 2.1)

<b>Categorías</b>	<b>Nivel 1</b>	<b>Nivel 2</b>	<b>Nivel 3</b>	<b>Nivel 4</b>
<b>Comprensión de la táctica</b>	Entiende mínimamente las reglas y objetivos del juego; frecuentemente necesita recordatorios.	Comprende las reglas y los objetivos, pero puede confundirse bajo presión.	Entiende bien las reglas y los objetivos y los aplica consistentemente durante el juego.	Domina completamente las reglas y objetivos y los utiliza para mejorar el juego estratégicamente.
<b>Toma de decisiones</b>	Hace elecciones poco efectivas y a menudo necesita guía.	Toma decisiones adecuadas, aunque no siempre las más estratégicas.	Toma decisiones informadas que usualmente contribuyen al éxito del equipo.	Toma decisiones estratégicas y efectivas de manera consistente y autónoma.
<b>Trabajo en equipo y comunicación</b>	Participa mínimamente en el trabajo en equipo; comunicación limitada o inefectiva.	Colabora con el equipo; la comunicación es efectiva solo en situaciones sin presión.	Colabora y comunica eficazmente, adaptándose a las necesidades del equipo.	Excelente colaborador; lidera y comunica de manera proactiva, elevando el rendimiento del grupo.
<b>Adaptabilidad</b>	Resistente a los cambios y lento para adaptarse a nuevas estrategias o roles.	Se adapta a cambios con algo de ayuda y tiempo.	Se ajusta rápidamente a los cambios y a menudo contribuye con ideas para la adaptación.	Muestra una adaptabilidad excepcional y lidera al equipo en la adaptación a nuevos desafíos.

ANEXO B: Rúbrica (Criterio de evaluación 2.2)

<b>Categorías</b>	<b>Nivel 1</b>	<b>Nivel 2</b>	<b>Nivel 3</b>	<b>Nivel 4</b>
<b>Habilidad técnica</b>	Muestra poca precisión y control en la ejecución de habilidades motrices.	Ejecuta habilidades motrices con precisión y control básicos; necesita mejora.	Ejecuta habilidades motrices con buena precisión y control consistentemente.	Demuestra excelente precisión y control en la ejecución de habilidades motrices complejas.
<b>Creatividad e innovación</b>	Raramente usa métodos innovadores para resolver problemas físicos.	Ocasionalmente emplea métodos innovadores para resolver problemas físicos.	Frecuentemente utiliza métodos innovadores y efectivos para resolver problemas físicos.	Consistentemente innova y usa métodos creativos para resolver problemas físicos complejos.
<b>Consistencia y mejora</b>	Muestra poca evidencia de progreso o consistencia en la ejecución de habilidades.	Muestra progresos limitados; su ejecución comienza a ser más consistente.	Muestra mejoras claras y consistencia en la ejecución de habilidades motrices.	Exhibe un alto nivel de mejora y consistencia sobresaliente en todas las habilidades motrices.
<b>Respuesta a la retroalimentación</b>	Rara vez integra consejos para mejorar su desempeño motriz.	Integra algunos consejos, pero la mejora es variable.	Regularmente integra retroalimentación y muestra mejoras tangibles en su desempeño.	Excelente en integrar retroalimentación y adaptar su desempeño para mejoras significativas.

ANEXO C: Rúbrica (Criterio de evaluación 2.3)



ANEXO D: Ejemplo de plantilla de la carta del jugador