



Área	Educación Física	Curso	3° E.P.O
	Profesor	Francisco Fernández	Grupo

1- SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

Interiorización, y representación de las posibilidades y limitaciones motrices de las partes del cuerpo: análisis funcional de las relaciones intersegmentarias y de la intervención de las partes del cuerpo en el movimiento.- Esquema corporal. Interiorización de la simetría corporal y la independencia segmentaria. - Consolidación de la lateralidad y su proyección en el espacio. Reconocimiento de la izquierda y la derecha en los demás y en los objetos. Orientación de personas y objetos en relación a un tercero.

- Adecuación de la postura corporal a las necesidades expresivas y motrices.
- Posibilidades perceptivas: exploración y experimentación de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- Organización del espacio de acción: medida de intervalos en unidades de acción asociados a las habilidades básicas; ajuste de trayectorias en la impulsión o proyección del propio cuerpo o de otros objetos.
- Percepción, organización y estructuración espacio-temporal del movimiento en acciones y situaciones de complejidad crecientes: Ajuste de movimientos a diferentes ritmos de ejecución. Coordinación de trayectorias. Intercepción y golpeo-intercepción.
- Conciencia y control del propio cuerpo: en relación con la tensión y la relajación.
- Control de las fases, los tipos y los ritmos respiratorios.
- Valoración de la propia realidad corporal y las limitaciones inherentes a la misma, respetando la propia y la de los demás.

- Control y dominio del movimiento: resolución de problemas que motrices que impliquen selección y aplicación de respuestas basadas en la aplicación de las habilidades básicas y desarrollo de otras nuevas.

- Formas y posibilidades del movimiento. Ajuste de los esquemas motores básicos en la ejecución de desplazamientos, saltos, giros y equilibrios y manejo de objetos. Control motor y dominio corporal.
- Mantenimiento de la flexibilidad y ejercitación globalizada de la fuerza, la velocidad y la resistencia.
- Mejora de las capacidades físicas básicas orientada a la ejecución motriz.

Frecuencia cardíaca.

- Iniciación en la ejecución de habilidades motrices específicas: gimnásticas, atléticas y/o deportivas.
- Ajuste y toma de conciencia de las capacidades coordinativas en el desarrollo de acciones motrices.

- Control del cuerpo en situaciones de equilibrio y desequilibrio variando la base de sustentación, los puntos de apoyo y la posición del centro de gravedad.
- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor.
- Iniciación a la práctica de juegos y actividades predeportivas y de desarrollo de habilidades motrices específicas.
- Iniciación a la práctica de juegos y deportes alternativos.
- Juegos en el medio natural.
- Práctica de juegos cooperativos y/o tradicionales de distintas culturas y teniendo en cuenta los presentes en el entorno.
- Desarrollo de estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- Normas de circulación como peatones y ciclistas.
- Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.
- Aceptación como propios de los valores fundamentales del juego: el esfuerzo personal, la relación con los demás y la aceptación del resultado.
- Desarrollo y reflexión de actitudes y valores relacionados con el juego limpio.
- Aceptación, dentro del equipo, del papel que le corresponde a uno como jugador y de la necesidad de intercambio de papeles para que todos experimenten diferentes posibilidades.
- Valoración del juego como medio de disfrute, relación y empleo del tiempo de ocio. Sedentarismo y obesidad.

- Exploración y experimentación de las posibilidades y de recursos expresivos del propio cuerpo, teniendo en cuenta sus partes, los sentidos, el ritmo y el espacio.

- Ejecución de bailes y coreografías simples.

Práctica de bailes populares procedentes de otras culturas, resaltando los de Castilla y León.

- Aplicación de las posibilidades expresivas del movimiento relacionadas con el espacio, el tiempo y la intensidad, en situaciones cotidianas.

- Utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo relacionadas con la actitud, el tono muscular, la mímica facial, los gestos y los ademanes.

- Utilización de objetos y materiales variados y sus posibilidades en la expresión corporal.

- Participación en situaciones que supongan comunicación corporal. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse.

- Representaciones de roles y personajes e improvisaciones artísticas con el lenguaje corporal.

- Disfrute mediante la expresión y comunicación a través del cuerpo.

Valoración de los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo (gesto, mímica...) propios y de los compañeros.

Adquisición de hábitos posturales y alimentarios saludables relacionados con la actividad física y consolidación de hábitos de higiene corporal.

- Pautas de respeto a la integridad física propia y de los demás.
- Calentamiento global: desarrollo de las pautas elementales a seguir. Fases y tipos de calentamiento.
- Reconocimiento de los beneficios de la actividad física en la salud y en el desarrollo corporal.
- Mejora general de la condición física orientada a la salud.
- Adecuación de las posibilidades corporales a la actividad física.
- Medidas de seguridad y prevención de accidentes: identificación y valoración de las actividades de riesgo que se derivan de la práctica de la actividad física habitual.

2- RELACIÓN ENTRE ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES DE LAS DIFERENTES AREAS Y CADA UNA DE SUS COMPETENCIAS

UNIDAD 1

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce los cambios que se producen en su cuerpo.
- 2.1. Cuida sus posturas.
- 3.1. Distingue diferentes formas de equilibrarse.
- 4.1. Reconoce diferentes formas de desplazamiento.
- 5.1. Reconoce y practica diferentes tipos de saltos.
- 6.1. Diferencia los lenguajes expresivos.
- 7.1. Adquiere nociones sobre la expresión de sentimientos a través del lenguaje corporal.
- 8.1. Conoce el juego como un hecho conceptual.
- 9.1. Participa en juegos cooperativos.
- 9.2. Colabora con los compañeros para alcanzar los objetivos del juego.
- 10.1. Adquiere nociones de salud en relación con el tiempo y con el orden, y las aplica.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Uso correcto de los términos referidos a las medidas de su cuerpo.
- Uso correcto de la terminología propia de la materia al analizar y describir la información contenida en las ilustraciones.
- Uso correcto de la terminología propia de la materia al dar respuesta a las preguntas.
- Descripción de las posturas adoptadas en el juego de «las estatuas».

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Todos los contenidos y las actividades relacionados con la orientación.
- Realización de mediciones.
- Desarrollo del sentido de la orientación y utilización correcta de diferentes recursos para orientarse.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Aplicación de los conocimientos adquiridos sobre los desplazamientos, los saltos y los giros.
- Capacidad para expresar sentimientos con el cuerpo al recitar poemas.
- Manejo eficaz de los recursos y las técnicas adquiridos en el desarrollo de sus habilidades motrices.

Competencias sociales y cívicas

- Valoración del conocimiento del cuerpo y de sus capacidades motrices y expresivas a través de las actividades motoras propuestas.
- Adquisición del hábito de practicar actividad física de forma regular como resultado de las prácticas físicas propuestas.
- Desarrollo de actitudes de respeto hacia los demás y hacia sí mismo en su participación en juegos y actividades físicas.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Desarrollo de actitudes de diálogo; aceptación y elaboración de normas de convivencia.
- Participación y toma de decisiones en los juegos y las actividades propuestos, comportándose con responsabilidad.
- Valoración positiva de las iniciativas y las aportaciones de los demás.

Conciencia y expresiones culturales

- Utilización de la danza expresiva para experimentar formas de comunicación a través de los movimientos del cuerpo.
- Interés por las formas de comunicación no verbal.

UNIDAD 2

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce la función de los huesos y de los músculos.
- 2.1. Experimenta y descubre las sensaciones corporales.
- 3.1. Descubre las formas de utilizar el espacio-tiempo a través de la orientación.
- 4.1. Practica giros con seguridad.
- 5.1. Conoce los distintos tipos de ejes corporales y los identifica en la práctica.
- 6.1. Aprende a representar historias.
- 7.1. Utiliza los gestos para expresarse con el cuerpo de forma natural.
- 8.1. Valora y respeta las normas de los juegos.
- 9.1. Conoce y practica diferentes juegos competitivos.
- 10.1. Valora la importancia de la actividad física en relación con la salud.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Debate sobre el concepto de «movimiento inteligente».
- Análisis y verbalización del contenido de las ilustraciones iniciales de la unidad. ¿Qué acciones llevan a cabo los niños allí representados?

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Observación de las siluetas trazadas en el suelo. ¿Cuáles son más grandes? ¿Cuáles son más pequeñas?
- Descripción de la orientación de los objetos con respecto a su propio cuerpo.

- Comprensión de la relación existente entre los giros de determinados objetos con los que puede hacer nuestro cuerpo.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Aprender a aprender

- Práctica de movimientos voluntarios, diferenciándolos de los involuntarios
- Utilización del espacio y del tiempo para realizar una representación.
- Creación de normas para jugar.

Competencias sociales y cívicas

- Aceptación y respeto de las reglas de juego acordadas entre todos en la práctica de los juegos propuestos.
- Valoración del trabajo y de las aportaciones de los demás, sin discriminar por razones de sexo, clase, origen o cultura.
- Capacidad para aprender a convivir aceptando las reglas.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Desarrollo de los valores personales de la responsabilidad y la perseverancia.
- Capacidad de buscar soluciones a los problemas planteados y de llevarlas a la práctica.

Conciencia y expresiones culturales

- Valoración de los juegos y la danza como manifestaciones culturales de la motricidad humana.
- Interesarse por las formas de comunicación no verbal.

UNIDAD 3

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

- 1.1. Conoce y verifica el funcionamiento de sus pulmones.
- 2.1. Aprende a contar los latidos del corazón.
- 3.1. Descubre las posibilidades que tiene de ser flexible.
- 4.1. Practica gran variedad de volteretas.
- 5.1. Descubre el ritmo, asociándolo a diferentes acciones de movimiento corporal.
- 6.1. Descubre la danza, asociándola a las capacidades expresivas personales.
- 7.1. Aprende a clasificar los juegos.
- 8.1. Valora la importancia del equilibrio psíquico para la salud.

COMPETENCIAS

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES ESPECIALMENTE DESTINADOS A DESARROLLARLAS

Comunicación lingüística

- Verbalización y debate sobre la importancia del ejercicio físico para la salud.
- Uso correcto de los términos referidos a los movimientos que realiza el corazón.
- Uso correcto de la terminología propia de la materia al dar respuesta a las preguntas.

Competencia digital

- Realización de actividades interactivas vinculadas a la unidad.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología

- Comprobación del ritmo del corazón después del ejercicio.
- Creación de series de estructuras rítmicas.

Aprender a aprender

- Utilización correcta de la respiración.
- Descubrimiento de las formas de detectar y contar los latidos del corazón.
- Práctica de ejercicios que desarrollan la flexibilidad.
- Utilización del cuerpo para producir ritmos.

Competencias sociales y cívicas

- Valoración de la importancia de evitar daños durante el ejercicio.
- Adquisición del hábito de practicar actividad física de forma regular.
- Valoración de la actividad física como ocupación saludable del tiempo de ocio.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

- Toma de decisiones correctas en la práctica de una voltereta.
- Creación de juegos motores, organizando sus reglas.
- Toma de decisiones de manera racional en sus actividades físicas.

Conciencia y expresiones culturales

- Utilización de las manifestaciones artísticas como fuente de enriquecimiento y disfrute.
- Experimentación de formas de comunicación a través de la danza expresiva.
- Valoración de la danza como manifestación de cultura.

3- CONCRECIÓN DE ELEMENTOS TRANSVERSALES QUE SE TRABAJAN EN CADA ÁREA

En el desarrollo de la materia se trabajarán de forma transversal a lo largo del curso y de las Unidades Didácticas los siguientes elementos:

Bloque de elementos relacionados con aspectos curriculares:

- 1- Comprensión lectora
- 2- Expresión oral y escrita
- 3- Comunicación audiovisual
- 4- Tecnologías de la comunicación

Bloque de elementos relacionados con la prevención de: (al menos seleccionar 5)

- 2- La violencia contra las personas con discapacidad
- 3- La violencia terrorista y/o cualquier otra forma de violencia
- 5- Comportamientos y estereotipos que supongan discriminación sexista
- 7- El abuso y maltrato a personas con discapacidad
- 9- La protección ante emergencias y catástrofes

Bloque de elementos relacionado con la empresa y el trabajo: (seleccionarlo)

- 1- Desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor.

Bloque de elementos relacionados con los semejantes y el contexto: (al menos seleccionar 1)

- 1- La educación cívica y constitucional

2-El desarrollo sostenible y el medio ambiente

4- ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNO

La evaluación se va a basar esencialmente en dos instrumentos:

- 1- La observación directa y continúa en el cumplimiento de los objetivos, haciendo gran hincapié en la actitud, capacidad motórica, comportamiento, el interés, esfuerzo... (80%)
- 2- Pequeños test o pruebas físicas realizadas en forma de circuito y/o jugadas y fichas realizadas en clase.(20%)

5- CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

CRITERIOS DE EVALUACIÓN UNIDAD 1

1. Conocer e identificar las distintas partes del cuerpo humano y referirlas a su propio cuerpo y al de los demás.
2. Cuidar la postura.
3. Controlar el equilibrio.
4. Distinguir las diferentes formas de desplazamiento.
5. Experimentar diferentes tipos de saltos.
6. Aprender a utilizar el lenguaje corporal.
7. Iniciarse en los conceptos básicos de la expresión de sentimientos a través del cuerpo.
8. Conocer el concepto de «juego» y sus objetivos con respecto a la salud.
9. Practicar juegos cooperativos.
10. Adquirir hábitos de orden.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN UNIDAD 2

1. Conocer la estructura corporal: huesos, articulaciones y músculos.
2. Experimentar y descubrir sensaciones.
3. Descubrir la organización espacio-temporal a través de la orientación.
4. Practicar giros.
5. Diferenciar los distintos tipos de ejes corporales.
6. Aprender a representar historias.
7. Utilizar los gestos como lenguaje del cuerpo.
8. Valorar y respetar las normas de los juegos.
9. Conocer y practicar juegos competitivos.
10. Valorar la importancia de la actividad física en relación con la salud.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN UNIDAD 3

1. Conocer y verificar el funcionamiento de los pulmones.
2. Aprender a contar los latidos del corazón.
3. Conocer las posibilidades que tenemos de ser flexibles y evaluarlas en su propio cuerpo.
4. Practicar gran variedad de volteretas.
5. Descubrir el ritmo, asociándolo a diferentes acciones de movimiento corporal.

6. Descubrir la danza, asociándola a las capacidades expresivas personales.
7. Aprender a clasificar los juegos.
8. Valorar la importancia del equilibrio psíquico para la salud.

La calificación final del alumno será un cómputo de los siguientes ítems a evaluar:

- Comportamiento
 - Esfuerzo
 - Actitud
 - Saber aplicar las aptitudes propias del alumno para la consecución de los todos los objetivos de la materia.
-

6- DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS

Para el desarrollo de contenidos y de actividades, la metodología proporcionará el desarrollo de hábitos intelectuales. Po esta razón, la metodología será activa, dinámica y muy participativa, potenciando la autonomía de los alumnos en la toma de decisiones, el aprender por sí mismos y el trabajo colaborativo y cooperativo, la búsqueda selectiva de información y la aplicación de lo aprendido a nuevas situaciones.

El profesor partirá de los conocimientos que el alumno tenga con relación a la materia tratada y se le proporcionará la ayuda necesaria para ir profundizando en dichos contenidos, con la ayuda y guía del profesor.

Para lograr la metodología adecuada, según lo establecido anteriormente, la clase se dividirá en diferentes tiempos y se utilizarán diferentes recursos que generen en el alumno una atención adecuada la cual facilite **el aprendizaje profundo diario** de los contenidos trabajados. En este sentido, La clase se desarrollará como una **Unidad Completa de Aprendizaje (UCA)**, en la que habrá momentos para repasar, explicar, trabajar, investigar, exponer y evaluar. En las diferentes partes se aplicarán las Técnicas de Trabajo Intelectual apropiadas para el desarrollo de cada una de dichas partes. Igualmente el desarrollo de la UCA facilitará la atención a la diversidad (desarrollada en puntos siguientes)

Las partes en las que se dividirá la clase serán las siguientes:

- 1- Evaluación y repaso de contenidos y actividades del día anterior
 - Mapas conceptuales, preguntas cortas directas y de reflexión, etc
- 2- Explicación del profesor:
 - Introducción de nuevos contenidos: Reflexión ante lo desconocido y objetivos de clase.
 - Desarrollo de los contenidos
- 3- Realización de actividades: Individualmente o en grupos cooperativos
Algunas actividades se complementarán en el estudio personal del alumno fuera del aula (deberes)
- 4- Repaso de la actividad del día: Estudio e interiorización de los aprendizajes
- 5- Evaluación del aprendizaje: Mediante los instrumentos oportunos (Revisión de cuadernos, preguntas orales o escritas, etc)

7-PROCEDIMIENTO DE ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE LAS ADAPTACIONES CURRICULARES

Con los alumnos que requieran medidas de atención a la diversidad se podrán aplicar las siguientes:

A-Medidas Ordinarias de atención educativa:

Estas medidas se desarrollarán con alumnos que tengan alguna circunstancia que le impida seguir el ritmo ordinario de la clase. Tendrán como referencia los objetivos del curso en el que el alumno esté escolarizado.

Estas medidas podrán afectar a la metodología, a la organización, a la adecuación de las actividades, a la temporalización y a la adaptación de las técnicas, tiempos e instrumentos de evaluación, así como a los medios técnicos y recursos materiales que permitan acceder al alumno con necesidad específica de apoyo educativo al currículo de la etapa. En todo caso estas medidas tomarán como referencia los criterios de evaluación establecidos con carácter general.

B- Medidas de Refuerzo Educativo:

Estas medidas estarán dirigidas al alumno que presenta problemas o dificultades de aprendizaje en los aspectos básicos e instrumentales del currículo y que no haya desarrollado convenientemente los hábitos de trabajo y estudio, el alumno que promocione con materias pendientes y aquellos que presenten alguna otra circunstancia que, a juicio del tutor y el dpto. de Orientación justifiquen convenientemente su inclusión en estas medidas.

Estas medidas serán individualizadas, adaptándose a las características personales del alumno.

Medidas especializadas de atención educativa:

- Adaptaciones de acceso al currículo

- **Adaptaciones curriculares significativas (ACS)** para aquellos alumnos con necesidades educativas especiales. Estas medidas afecten a los elementos considerados preceptivos del currículo, entendiendo por éstos los objetivos, contenidos y criterios de evaluación de presente área/materia y por tanto al grado de consecución de las competencias básicas. Estas adaptaciones tomarán como referencia los criterios de evaluación establecidos en las mismas.

8- MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

Los recursos que se van a utilizar son, lógicamente los propios que tenga el centro, pero que podríamos dividir en dos tipos:

Recursos Personales: los recursos personales somos las propias maestras, que en el caso de las salidas a la piscina (abril y mayo) seremos 2, y en las sesiones normales dentro del centro estará una profesora.

Recursos Materiales: podemos hacer dos subgrupos:

- a) Material ligero: en este apartado podríamos introducir materiales como: balones, aros, colchonetas, redes, pelotas, raquetas, balancines, diversos materiales para construir circuitos motores, etc. y además podemos incluir canastas de baloncesto y porterías.

Infraestructuras: dentro de las infraestructuras podemos contar con una sala de psicomotricidad, vestuarios, varios campos de fútbol sala y baloncesto y diversas áreas para múltiples usos.

9- PROGRAMA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS

- Cada semana las familias reciben el Plan Semanal de Primaria (PSP) en el que se detallan las salidas que se realizan:

- **Visitas culturales.**
- **Salidas educativas**

10- PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y SUS INDICADORES DE LOGRO

Para evaluar las programaciones didácticas se incluirán los indicadores de logro referidos a:

a- Resultados de la evaluación del curso en cada una de las materias

Los resultados de la evaluación del aprendizaje de los alumnos se realizarán posterior a cada evaluación y a la finalización del curso.

Valoración de los resultados académicos a final de curso:

Los resultados académicos serán evaluados por el profesor de cada área de forma anual y de forma histórica, para comprobar el desarrollo de los mismos a lo largo de los años en un mismo curso y establecer planes de mejora. Esta evaluación y planes de mejora serán objeto de análisis en la Comisión de Coordinación Pedagógica (CCP) , la cual establecerá los ajustes oportunos para el desarrollo de los resultados del área. Posteriormente, los resultados y planes de mejora serán revisados por la dirección del centro para conformar la panorámica general del centro en cuanto a ellos y establecer los ajustes necesarios a nivel general.

Estos resultados se analizarán mediante el siguiente procedimiento:

1. Revisión de las calificaciones por parte del profesor de área
2. Análisis estadístico de las calificaciones del curso
3. Conclusiones del análisis estadístico del curso
4. Comparación de resultados de los cursos del mismo nivel

Posteriormente al análisis de resultados, en los momentos indicados, se procederá a establecer planes de mejora de dichos resultados por parte de los profesores del mismo nivel.

Este plan de Innovación tendrá en cuenta todos los puntos de la programación didáctica para establecer los ajustes oportunos en los que así sea necesario de cara a la siguiente evaluación o al curso próximo.

b- Adecuación de los materiales y recursos didácticos, y la distribución de espacios y tiempos a los métodos didácticos y pedagógicos utilizados.

Este apartado tendrá el siguiente procedimiento para su valoración:

1. Comisión de Coordinación Pedagógica (CCP)
Este órgano de coordinación docente establecerá las pautas oportunas para el diseño, elaboración, desarrollo y evaluación de las programaciones didácticas, según los criterios establecidos por la administración educativa.

2. Profesores del mismo curso

Los profesores del mismo curso con una misma área/materia establecerán una coordinación inter-nivel para la adecuación de las decisiones adoptadas en el departamento correspondiente.

3. Momentos de elaboración, revisión y conclusiones

A lo largo del curso existirán diferentes momentos en los que se desarrollarán las programaciones y la revisión de las mismas. Estos momentos son: Inicio de curso, final de cada evaluación y final de curso.

c- Contribución de los métodos didácticos y pedagógicos a la mejora del clima de aula y de centro

d- Memoria final en la que se evalúen los resultados alcanzados, la coordinación interna del dpto. de coordinación didáctica correspondiente y la actividad docente
