

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria



**EXTRACTO DE LA PROGRAMACIÓN DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA
PARA 3er CURSO DE PRIMARIA**

1.- Secuenciación de los criterios de evaluación de las competencias específicas y saberes asociados.

PRIMER TRIMESTRE

Situación de aprendizaje	Saberes básicos
SA 0 - Vamos al agua!!! PISCINA	Realización de actividades físicas seguras en el medio urbano, piscina. Diferencias entre el medio acuático y el medio terrestre. Experimentación y exploración de las capacidades perceptivo motrices en el medio acuático Estilos de natación: Crol Braza

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria

	<p>Espalda Participación en juegos y deportes acuáticos con independencia del nivel de habilidad alcanzado, mostrando actitudes de autoexigencia y superación. Normas y Uso adecuado de instalaciones deportivas comunes. Desplazamientos seguros en el entorno urbano.</p>
SA1	<p>Adquisición de hábitos posturales y alimentarios saludables relacionados con la actividad física y consolidación de hábitos de higiene postural. Relación actividad física-salud. Actitud favorable hacia la AF (actividad física) con relación a la salud. Medidas básicas de seguridad en las prácticas de la actividad física en relación con el entorno Respeto hacia las personas que participan en el juego y rechazo de comportamientos antisociales. Comprensión, aceptación y cumplimiento de las normas.</p>
SA2	<p>Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y de los demás. Mejora de las cualidades físicas básicas de forma genérica y orientada a la ejecución motriz Interés por mejorar la competencia motriz. Relación AF-Salud y bienestar. Actitud favorable hacia la actividad física con relación a la salud. Posibilidades perceptivas. Exploración de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento. Descubrimiento de los elementos orgánico-funcionales relacionados con el movimiento Consciencia y control de cuerpo en relación con la tensión, relajación y respiración. Representación del propio cuerpo y del de los demás. Adecuación de la postura a las necesidades motrices. Consolidación de la lateralidad y proyección en el espacio. Control motor y dominio corporal. Relación de la actividad física-salud Actitud favorable hacia la Actividad física. Valoración y aceptación de la propia realidad y de los demás. Seguridad en la propia práctica de la actividad física, calentamiento, dosificación de esfuerzo y relajación.</p>

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria

SEGUNDO TRIMESTRE

Situación de aprendizaje	Saberes básicos
SA3	<p>Formas y posibilidades de movimiento. Ajuste y consolidación de las Habilidades Motrices Básicas HMB Utilización eficaz de las HMB en medios y situaciones estables y conocidas Control y dominio corporal Interés por mejorar la competencia motriz. Participación activa en actividades diversas, aceptando diferencias individuales. Relación actividad física y salud. Actitud positiva hacia la EF. Seguridad en la práctica de la actividad física.</p>
SA4	<p>Formas y posibilidades de movimiento. Ajuste y consolidación de las Habilidades Motrices Básicas HMB Utilización eficaz de las HMB en medios y situaciones estables y conocidas Control y dominio corporal Interés por mejorar la competencia motriz. Participación activa en actividades diversas, aceptando diferencias individuales. Relación actividad física y salud.</p>

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria



	<p>Actitud positiva hacia la EF. Equilibrio estático y dinámico Participación en juegos e iniciación a la práctica deportiva. Seguridad en la práctica de la actividad física.</p>
--	---

TERCER TRIMESTRE

Situación de aprendizaje	Saberes básicos
SA5	<p>Organización espacio -temporal Actitud favorable hacia la Actividad Física Relación actividad Física con la salud y bienestar. Mejora genérica de la condición física orientada a la salud. El juego y deporte como elementos de la realidad social Participación en juegos e iniciación a la práctica deportiva. Valoración del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo de ocio y del esfuerzo en los juegos y actividades deportivas. Descubrimiento de estrategias básicas relacionadas con la cooperación y oposición.</p>

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria


	<p>Comprensión aceptación y cumplimiento normas del juego y actitud responsable con relación a las estrategias establecida. Seguridad en la práctica de la actividad física.</p>
SA6	<p>El cuerpo y el movimiento como instrumentos de expresión y comunicación Adecuación del movimiento a estructura espaciotemporales y ejecución de bailes y coreografías simples. Expresión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento. Utilización de los objetos y materiales y posibilidades en la expresión Disfrute mediante la expresión y comunicación a través del propio cuerpo. Participación en situaciones que supongan comunicación corporal. Valoración de las diferencias en el modo de expresarse. Relación de la actividad física y el bienestar. Actitud favorable hacia la actividad física con relación a la salud.</p>

2.- Principios metodológicos y didácticos

La planificación de la Educación física es un componente esencial para garantizar que los alumnos obtengan el máximo beneficio de sus clases y experiencias físicas.

A través de una planificación cuidadosa, se han diseñado situaciones que abordan una amplia variedad de objetivos , desde el desarrollo de habilidades motoras hasta la promoción de la salud y la actividad física a largo plazo. Ello permite establecer metas claras y específicas para cada lección, unidad o situación, lo que ayuda a los estudiantes a comprender que se espera de ellos y

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria



como pueden progresar en sus habilidades. Además, permite la adaptación de actividades para satisfacer las necesidades y habilidades individuales de los estudiantes, fomentando la inclusión y participación.

La Educación física es mucho más que solo jugar o hacer ejercicio; es un vehículo para el desarrollo integral de los estudiantes. Las situaciones diseñadas fomentan la autoconsciencia, el respeto por los demás, el trabajo en equipo y la apreciación por la diversidad en una atmósfera de diversión y participación activa.

En este proceso de desarrollo tenemos la oportunidad de nutrir no solo el cuerpo, sino también la mente y el espíritu de los alumnos al combinar el movimiento con el aprendizaje significativo, las experiencias en -educación Física se convierten en un componente esencial para el desarrollo holístico ayudándoles no sólo a crecer como atletas , sino como individuos conscientes y activos en la sociedad.

3.- Contenidos transversales. British Values and protected characteristics

- Democracy. Realización de votaciones democráticas durante el desarrollo de las clases de música para la toma de diferentes decisiones colectivas.
- The rule of law. Póster en el aula de música, en un lugar visible, que muestre: “The rule of law”.
- Individual Liberty. Fomento de la toma de decisiones individuales, a través de la elección de diferentes proyectos, trabajos personales y profundizaciones que se desarrollaran en el área.
- Mutual respect for the tolerance of those with different faiths and beliefs and for those without faith. Respeto de las diferencias culturales, creencias y niveles de desarrollo intelectual y motriz que puede presentar el alumnado durante el desarrollo de las clases de música.

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria

- **Sex, race, religion or belief, disability, gender reassignment, pregnancy and maternity and disability.** Se fomentará el respeto por todas las personas y la no discriminación por sexo, raza, religión o creencias en el desarrollo de las clases del área. Se trabajará profundamente el tema de los derechos del niño.

4.- Evaluación

4.1. Procedimientos e instrumentos de evaluación

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	ASPECTOS EVALUABLES
Listas de control Rúbricas de actitud en el aula	Criterios de evaluación de carácter actitudinal, que incluyan aspectos como el respeto, la actitud hacia la educación física,
Guía de observación.	Observación directa de la ejecución y desarrollo de las actividades en las que participa el alumnado.
Tablas de co-evaluación	Evaluación por pares.
Dianas de de logros conseguidos (autoevaluación)	Autoevaluación
Pruebas individuales/cooperativas	Evaluar los criterios que tienen que ver con la ejecución motora de las actividades propuestas y en relación con el rol que desempeña en el grupo.

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria



Corrección de trabajos en el cuaderno de EF	Criterios de evaluación adecuados y claros a actividades desarrolladas en el cuaderno de clase de EF.
Evaluación sumativa	Evaluación de las diferentes actividades que permiten conocer el estado de incorporación y entendimiento del contenido en el alumno.

4.2. Criterios de calificación

COMPETENCIA ESPECÍFICA: 1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA: STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3.
	20%

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria

<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA: 2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p>	<p>DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA: S T E M 1 , C P S A A 4 , C P S A A 5 .</p> <p>20%</p>
<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA: 3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA: CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.</p> <p>20%</p>
<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA: 4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>	<p>DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA: CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4</p> <p>20%</p>

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria



<p>COMPETENCIA ESPECÍFICA: 5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.</p>	<p>DESCRIPTORES DEL PERFIL DE SALIDA: STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3.</p>
	<p>20%</p>

4.3. Criterios de evaluación.

Competencia específica 1.


1.1a Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, practicando desplazamientos activos y sostenibles y identificando los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.

1.2AB 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.

1.3A **Ejecutar** medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, **vivenciando** protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.

1.4A Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, **identificando y rechazando** las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria



Competencia específica 2.

2.1A **Vicenciar la importancia de establecer metas a la hora de desarrollar** proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, **identificando** estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.

2.2A Participar en proyectos motores de carácter individual. Cooperativo o colaborativo identificando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.

2.3.A Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, analizando si es preciso cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, a través del análisis del grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.


Competencia específica 3.

3.1.A Mostrar una disposición positiva hacia el juego, controlando las emociones negativas en contextos lúdicos de práctica motriz.

3.2A Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego, y **actuando con** deportividad y el juego limpio, **expresando y escuchando** la aportación de los participantes.

3.3A **Identificar** en prácticas motrices variadas habilidades sociales de acogida, de acogida, inclusión, ayuda y cooperación **proponiendo soluciones** a conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.

Extracto de la programación del área de EF– 3er curso Educación Primaria



Competencia específica 4.

4.1A Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura propia, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo.

4.2A Experimentar prácticas deportivas individuales, colectivas y mixtas disfrutando de su práctica y conociendo las distintas posibilidades de deporte federado que existen en su entorno cercano.

4.3A **Aplicar de forma espontánea** y creativa distintas combinaciones de que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.

Competencia específica 5.

5.1A. **Fomentar** una práctica motriz **teniendo en cuenta las posibles dificultades** en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, **observando cada situación antes de realizar** las acciones y **atendiendo** a las medidas de conservación ambiental.