

PROGRAMACIÓN DE AULA

**EDUCACIÓN FÍSICA
3º de PRIMARIA**

UNIDAD DIDÁCTICA 1

Realizo pruebas físicas

Objetivos didácticos

- Completar la ficha individual de registro de datos de cada alumno.
- Recordar las normas generales de la clase.
- Prever el posible rendimiento posterior del alumno en la asignatura.
- Valorar el estado de las capacidades y habilidades de los alumnos al inicio del curso escolar.
- Conocer las posibilidades y limitaciones propias a través de la realización de pruebas.
- Conocer los efectos beneficiosos para la salud de una práctica regular de actividad física.
- Incrementar las posibilidades de rendimiento motor de los alumnos mediante la mejora de sus capacidades físicas y sus habilidades motrices.
- Fomentar la motivación de los alumnos hacia la asignatura.

Contenidos

- Toma de datos de los alumnos.
- Normas de trabajo y de comportamiento.
- Equipación adecuada para las clases de Educación Física.
- Peso y talla de los alumnos.
- Capacidades físicas básicas.
- Habilidades motrices.
- Control motor y dominio corporal.
- Realización de pruebas físicas individuales.
- Toma de conciencia de la propia condición física.
- Disposición favorable hacia la práctica de la actividad física.
- Ficha de trabajo.

Competencias

Competencias sociales y cívicas: esta unidad es un medio eficaz para facilitar la relación y la integración con los compañeros y con el profesor, así como para incidir en el respeto por las normas de funcionamiento colectivo. Por otra parte, conocer el progreso físico de los alumnos es importante para hacerse una idea sobre su desarrollo futuro, un desarrollo integral que plantea unas expectativas en la propia sociedad, que pretende incorporarlos a la misma con el tiempo como personas de provecho con las que contar.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: en esta unidad se realizan una serie de pruebas en las que el alumno es protagonista y debe mostrar su capacidad de superación, su perseverancia y una actitud positiva hacia las mismas.

Aprender a aprender: esta unidad contribuye al desarrollo de esta competencia gracias al conocimiento de sí mismo que el alumno obtiene, así como de sus posibilidades y carencias, lo que le sirve como punto de partida para su mejora motriz y para su transferencia a otras tareas motrices más complejas.

Planteamiento didáctico y metodológico

En esta primera unidad la estrategia a seguir dentro de la misma será analítica, pues se intenta abarcar el mayor número de capacidades físicas y habilidades motrices que intervienen en las actividades propias de este nivel con un número de pruebas limitado. Por ello, la propuesta didáctica que se plantea en esta unidad tiene como base los siguientes principios metodológicos:

- Plantear las pruebas a realizar con un carácter lúdico.
- Adoptar un enfoque globalizado e integrador.
- Tomar como punto de partida del bagaje de experiencias previas de los alumnos.
- Procurar la mejora de las relaciones entre los alumnos y la interacción entre iguales.
- Fomentar el interés, la cooperación y la participación activa en las sesiones.
- Asegurar el máximo control y seguridad en las pruebas a realizar.
- Eliminar todo tipo de estereotipos sexistas respecto a la actividad física.
- Motivar adecuadamente a los alumnos.

En esta unidad se empleará como principal estilo de enseñanza la instrucción directa, que se utilizará para recordar a los alumnos aspectos como las normas de clase y, especialmente, para explicar todas y cada una de las pruebas a realizar, mostrando a los alumnos un ejemplo de las mismas.

Las pruebas se realizarán en el gimnasio, excepto las de velocidad y resistencia, que se desarrollarán en el exterior.

La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas se estructurará de dos formas:

- Gran grupo: sólo se emplea en la prueba de resistencia, en la que toda la clase debe realizar una carrera a un ritmo suave durante cinco minutos.
- Individual: se utilizará en el resto de pruebas físicas a realizar.

Recursos

El material e instalaciones a utilizar durante el desarrollo de esta unidad didáctica será el siguiente:

- Material convencional: cuerda, pelota de tenis, goma estática, banco sueco, cronómetro.
- Material no convencional: lista de alumnos, fichas individuales de registro, báscula, cinta métrica.
- Instalaciones: aula del grupo, gimnasio, sala multiusos o pista polideportiva.

Temporalización

Esta unidad se desarrollará en tres sesiones. La realización de las mismas se llevará a cabo al inicio del curso escolar.

Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1ª sesión: presentación, verificación de la lista de alumnos de la clase, revisión de los datos de la ficha individual de cada alumno y repaso de normas de clase.
- 2 sesiones de pruebas físicas: salto de comba 3 veces seguidas, equilibrio estático durante 10 segundos con los ojos cerrados, lanzamiento de una pelota de tenis a más de 12 metros de distancia, lanzamiento y recepción de una pelota de tenis 5 veces a 2 metros de distancia, salto de una goma situada a 40 centímetros de altura, carrera de velocidad de 30 metros en menos de 6 segundos y carrera a un ritmo suave durante 5 minutos sin detenerse.

Atención a la diversidad

Las actividades que se plantean en esta unidad están encaminadas a la inclusión en ellas de todos los alumnos de la clase, sin distinción de capacidades, habilidades o destrezas, de forma que los alumnos con necesidades educativas especiales se integren fácilmente en las sesiones, en la medida de sus posibilidades, tomando como base las actividades planteadas con anterioridad, la creación de un ambiente de aprendizaje idóneo, la participación activa y dinámica, etc. En definitiva, se pretende que los alumnos con dificultades puedan compartir experiencias con los compañeros y disfrutar de las mismas.

Las medidas a tomar en el caso de estos alumnos serían las siguientes:

- Valoración inicial del estado de los alumnos con problemas: constitución, grado de desarrollo motor, experiencia previa en la asignatura, actividad física fuera del centro educativo...
- Individualización, atendiendo a las características personales de los alumnos.
- Flexibilización de los objetivos establecidos para favorecer su consecución.
- Elección de actividades apropiadas.
- Modificación de las actividades cuando sea preciso, adaptándolas a las necesidades de los alumnos con dificultades.
- Integración con el resto del alumnado en el aula.
- Utilización de un material adecuado a las características generales de la actividad.
- Evaluación sin criterios cerrados, manteniendo un margen de flexibilidad en el resultado de la misma.

Evaluación

La evaluación en Primaria es continua y formativa, de forma que permita conocer en todo momento el grado de evolución de los alumnos y aplicar, cuando sea necesario, las modificaciones necesarias en cada caso.

En esta unidad se propone como procedimiento evaluador la observación directa y el registro en la ficha de cada alumno de los siguientes aspectos:

- Atiende a las explicaciones del profesor.
- Conoce y cumple las normas de clase.
- Respeta las normas establecidas en las pruebas, reconociendo su necesidad para una correcta organización y desarrollo de las mismas.
- Participa en las pruebas físicas, ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento.
- Utiliza el material correctamente.
- Se asea después de las clases.

UNIDAD DIDÁCTICA 2

Conozco mejor mi cuerpo

Objetivos didácticos

- Identificar el esquema corporal global y segmentario, en reposo y en movimiento.
- Sistematizar el conocimiento de las diferentes partes del propio cuerpo y del de los demás.
- Afianzar la lateralidad en sí mismo y en los demás.
- Emplear de forma apropiada derecha e izquierda.
- Conocer las posibilidades de movimiento de los segmentos corporales.
- Utilizar con independencia los segmentos superiores e inferiores del eje corporal.
- Conocer el cuerpo, sus partes, sus límites y sus posibilidades.
- Aumentar la confianza en sí mismo.
- Fomentar la participación, la socialización, la cooperación y el trabajo en grupo.
- Respetar las diferencias individuales.
- Utilizar las TIC para consolidar conocimientos.

Contenidos

- Esquema corporal.
- Afirmación de la lateralidad.
- Toma de conciencia global y segmentaria del cuerpo en movimiento.
- Coordinación dinámica general.
- Percepción e interiorización de la independencia y relación existente entre los segmentos corporales.
- Simetría corporal.
- Discriminación de la derecha e izquierda propias y de los compañeros.
- Aceptación del nivel de destreza propio y del de los otros.
- Autonomía y confianza en las propias posibilidades motrices en situaciones habituales.
- Actitud de respeto y de responsabilidad hacia el propio cuerpo y el de los demás.
- Cuidado del cuerpo: hábitos de higiene y limpieza personal.
- Programa informático “Educación Física”, apartado “Conozco mi cuerpo”.
- Ficha de trabajo.

Competencias

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: es una competencia con gran peso en esta unidad, ya que se produce una continua percepción e interacción con el propio cuerpo, en movimiento y en reposo, lo que va a mejorar sus posibilidades motrices.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: en esta unidad el alumno debe tomar decisiones con progresiva autonomía, en las que debe manifestar auto superación, perseverancia y una actitud positiva.

Competencias sociales y cívicas: en el transcurso de la unidad las actividades que se proponen requieren la capacidad de asumir las diferencias así como las posibilidades y limitaciones del propio cuerpo y las ajenas. Por otra parte, en el desarrollo de las mismas los alumnos han de cumplir unas normas que pautan unos códigos de conducta para una buena convivencia. Además,

se realizan diversos tipos de agrupaciones (parejas, tríos, pequeños grupos...) que permiten establecer relaciones directas y esenciales entre todos los compañeros.

Competencia digital: en esta unidad se utiliza una aplicación informática elaborada con el programa Clic que sirve de apoyo a la misma.

Planteamiento didáctico y metodológico

En esta unidad las actividades serán principalmente lúdicas, activas y participativas, evitando la eliminación de los alumnos a lo largo de los juegos planteados y permitiendo una mayor relación e interrelación entre los alumnos.

Con las actividades propuestas se pretende fomentar la curiosidad, la creación y la fluidez, la autonomía en las respuestas, la participación activa de los alumnos..., para que éstos adquieran un aprendizaje significativo, funcional e individualizado.

Los principios metodológicos que han de guiar este trabajo son los siguientes:

- Partir del nivel de desarrollo del alumno, de sus experiencias y de sus aprendizajes previos.
- Incluir contenidos que sean motivadores y gratificantes a través de la actividad lúdica.
- Plantear actividades que sean accesibles y variadas.
- Trabajar con un enfoque globalizado e integrador.
- Proponer tareas significativas.
- Adaptarse a la diversidad del alumnado.
- Fomentar la participación y el interés hacia las actividades planteadas.
- Promover situaciones donde los alumnos tengan que colaborar y trabajar en equipo.
- Promover actuaciones e interacciones donde los alumnos tengan que dialogar, respetar, comunicar, intercambiar, ceder...
- Impulsar las relaciones entre iguales, proporcionando pautas que permitan la coordinación de intereses, la toma de decisiones colectiva y la ayuda mutua.
- Eliminar cualquier tipo de discriminación que pudiera surgir en las clases.

En esta unidad los estilos de enseñanza a utilizar serán variados y dependerán de la actividad que se vaya a trabajar. Se utilizarán los métodos mediante la búsqueda, ya que consiguen que el alumno ponga en práctica toda su curiosidad y su creatividad, favoreciendo la resolución de situaciones planteadas de muy diversas maneras. Además, se emplearán los métodos de asignación de tareas en la fase principal de las sesiones.

La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas se estructurará de las siguientes maneras:

- Gran grupo: la organización es homogénea y los alumnos trabajan juntos realizando las mismas actividades y juegos, como por ejemplo cuando se realizan actividades de desplazamiento en la fase inicial de la sesión ocho, o actividades puntuales como las llevadas a cabo en la fase final de la sesión uno.
- Dos grupos: la distribución de dos grupos se emplea puntualmente en actividades de algunas sesiones, como por ejemplo la dos, la tres o la cuatro.
- Pequeños grupos: este tipo de agrupamientos se emplea ocasionalmente en alguna sesión, como por ejemplo en la dos, donde los alumnos trabajan desplazamientos por relevos.
- Parejas: es la organización predominante en la fase principal de algunas sesiones, como por ejemplo la uno y la dos. La organización se hace libremente o atendiendo a las indicaciones del profesor.
- Trabajo individual: predomina en la fase inicial de las sesiones y en las actividades de manejo de algún material, como pelotas, ofreciendo al alumno la posibilidad de seguir su propio ritmo personal.

Recursos

El material e instalaciones a utilizar durante el desarrollo de esta unidad didáctica será el siguiente:

- Material convencional: pelotas, aros, conos, picas, cuerdas, bancos suecos, colchonetas, ladrillos de psicomotricidad.
- Material no convencional: tiza, botellas, cajas de cartón, globos, hojas de periódico.
- Instalaciones: gimnasio, sala multiusos o pista polideportiva, aula de informática.

Temporalización

Esta unidad se desarrollará en dieciséis sesiones. La realización aproximada de las mismas se llevará a cabo entre finales del mes de septiembre y principios de noviembre.

Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 3 sesiones de esquema corporal y lateralidad.
- 1 sesión de concienciación segmentaria.
- 3 sesiones de coordinación dinámica general.
- 1 sesión de movilidad de los segmentos corporales.
- 3 sesiones de motricidad general.
- 2 sesiones de esquema corporal y tono muscular.
- 1 sesión de control corporal y estructuración espacial.
- 1 sesión de esquema corporal y control respiratorio.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con la aplicación “Educación Física”, apartado “Conozco mi cuerpo”.

Atención a la diversidad

Para atender a la diversidad del alumnado se deben tomar un conjunto de decisiones, de acuerdo con las características específicas del grupo de alumnos, con las que dar una respuesta educativa acorde a las necesidades de los mismos que incluya expectativas de logro de las tareas a realizar, para favorecer así su desarrollo integral y contribuir a mejorar su autoestima.

La unidad que se ha planteado posee un gran potencial a la hora de facilitar y mejorar la integración de todo el alumnado del centro. Para posibilitar el logro de los objetivos propuestos se plantean las siguientes medidas:

- Variación del tipo de agrupación cuando sea necesario, para mejorar la interrelación con los compañeros de clase.
- Implicación de los alumnos en las actividades propuestas, dándoles responsabilidad dentro de las mismas.
- Adaptación de la intensidad de las actividades al nivel de destreza del alumno.
- Trabajo de los contenidos propuestos en función del nivel de partida.
- Utilización de una enseñanza individualizada cuando sea preciso.
- Empleo de un material didáctico para trabajar los distintos tipos de contenidos.
- Refuerzo permanente de los logros obtenidos a lo largo de las actividades planteadas.
- Aportación de toda la ayuda que necesite el alumno para completar las actividades.
- Realización de demostraciones previas de la actividad siempre que sea necesario, para que pueda imitarlas.
- Utilización de apoyos verbales a las explicaciones planteadas, intentando que éstas sean lo más sencillas posible.
- Incremento de la dificultad en alguna fase de la tarea para ajustarla a la capacidad de los

alumnos que superen las actividades con facilidad.

Evaluación

Tal como se establece en la legislación vigente, la evaluación en Primaria es continua y global, de forma que permita conocer en todo momento el grado de evolución de los alumnos y aplicar cuando sea necesario, las modificaciones pertinentes en cada caso.

Como indicadores de evaluación a utilizar en esta unidad se proponen la observación directa y el registro en la ficha de cada alumno de los siguientes aspectos:

- Diferencia derecha e izquierda en sus miembros inferiores y superiores.
- Utiliza de forma apropiada la derecha y la izquierda.
- Disocia los diferentes segmentos corporales.
- Identifica su esquema corporal global y segmentario y el de sus compañeros.
- Participa en las actividades físicas, ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento.
- Participa con agrado en cualquier actividad propuesta, sin ningún tipo de discriminación.
- Se asea después de las clases.

UNIDAD DIDÁCTICA 3

Estructuro el espacio y el tiempo

Objetivos didácticos

- Practicar distintos tipos de desplazamientos en grupo.
- Mejorar la eficacia de los desplazamientos más comunes.
- Desarrollar los desplazamientos en situaciones de juego
- Adaptar los movimientos a tareas cuya mayor exigencia esté en los mecanismos de percepción y de decisión.
- Mejorar la capacidad de reacción.
- Mejorar la capacidad de trepa y los desplazamientos en altura.
- Aumentar la confianza en los desplazamientos en altura.
- Practicar volteretas y giros en el eje longitudinal.
- Tomar conciencia de la movilidad del eje corporal y de sus segmentos.
- Adaptar los desplazamientos a los saltos.
- Consolidar los conceptos topológicos básicos en sí mismo y en los demás.
- Adaptarse correctamente al espacio en el que se mueve.
- Consolidar el uso de nociones espaciales.
- Orientarse en el espacio próximo, respecto a uno o varios objetos no orientados.
- Aprender direcciones y distancias respecto a los otros y a objetos en movimiento.
- Anticipar las trayectorias de los objetos, adaptando los desplazamientos a las mismas.
- Mejorar la precisión en los lanzamientos y la eficacia de las recepciones.
- Ajustar los desplazamientos y acciones corporales a estructuras rítmicas.
- Anticipar trayectorias y calcular duraciones.
- Utilizar las TIC para consolidar conocimientos.

Contenidos

- Posibilidades perceptivas.
- Exploración de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- Experimentación de situaciones de equilibrio estático y dinámico.
- Experimentación de situaciones de desequilibrio, disminuyendo la base de sustentación y elevando el centro de gravedad.
- Orientación espacial en relación a sí mismo, a los demás y a los objetos orientados con puntos de referencia móviles.
- Percepción y estructuración del espacio, del tiempo y del espacio en relación con el tiempo tanto en los desplazamientos propios, como con móviles y de los demás.
- Formas y posibilidades del movimiento.
- Control motor y dominio corporal adaptados a diferentes situaciones y medios desde un planteamiento previo a la acción.
- Autonomía y confianza en las propias habilidades motrices.
- Adecuación del movimiento a estructuras espacio-temporales.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física.
- Respeto hacia las personas que participan en el juego.
- Rechazo hacia los comportamientos antisociales y a los estereotipos sexistas.
- Aplicación informática “Educación Física”, apartados “Delante, detrás, cerca...” y “Antes,

- durante y después”.
- Fichas de trabajo.

Competencias

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: esta unidad contribuye al desarrollo de la misma por la incidencia que tiene en la relación con el espacio que nos rodea, el conocimiento de nuevos espacios, y las relaciones del cuerpo con los objetos y el espacio que les rodea. No en vano, no es nueva la idea de que el conocimiento del espacio es fundamental para la realización de la mayoría de prácticas físicas. Por otra parte, el trabajo de esta unidad mejora la apreciación de trayectorias, distancias y duraciones, además de afianzar las nociones topológicas básicas, la estructuración espacial y espacio-temporal, etc., que están estrechamente vinculadas al dominio matemático.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: los nuevos retos a los que se enfrentan nuestros alumnos, si son superados, contribuyen a la mejora en esta competencia, pues cuanto mayor sea el dominio de los contenidos propuestos en esta unidad mayor será la independencia que alcance el niño.

Competencia digital: en esta unidad se utiliza una aplicación informática elaborada con el programa Clic que sirve de apoyo a la misma.

Planteamiento didáctico y metodológico

Tras superar el Primer Ciclo los alumnos tienen, como ya se dijo con anterioridad, un bagaje inicial que facilita el progreso de la estructuración espacio-temporal. En la complejidad de las tareas ahora también influye el mecanismo de decisión, y poco a poco el alumno tiene que perfeccionar ese mecanismo. Una de las mejores ayudas que le podemos dar para ello son los feed-back, y de esta manera logrará ampliar, además de su bagaje motor, lo que podríamos llamar su “bagaje resolutivo”. Al incluir tareas en las que la toma de decisiones es importante para el éxito, se debe permitir que cada alumno tenga el tiempo necesario para tomarlas, ajustándose a los ritmos individuales de cada niño.

A lo largo de la unidad se desarrollan algunas sesiones con un claro componente de percepción y de toma de decisiones, en las que se trabaja principalmente la estructuración espacio-temporal, la apreciación de trayectorias y anticipación a los móviles, y otras en las que el elemento principal será el de ejecución, puesto que las decisiones ya están tomadas, como por ejemplo las sesiones de giros o saltos.

Los principios metodológicos que guiarán el trabajo en esta unidad didáctica serán los siguientes:

- Plantear las actividades a realizar con un carácter lúdico.
- Adoptar un enfoque globalizado e integrador.
- Construir aprendizajes significativos y vivenciados por los alumnos.
- Tomar como punto de partida el bagaje de experiencias previas de los alumnos.
- Emplear agrupamientos variados que posibiliten experiencias enriquecedoras.
- Perseguir la mejora de las relaciones entre los alumnos y la interacción entre iguales.
- Fomentar el interés, la cooperación y la participación activa en las sesiones.

En esta unidad se emplean distintos estilos de enseñanza, en función de los agrupamientos utilizados, como el mando directo en las sesiones de giros o incluso de trepas, por favorecer un ambiente de seguridad y control, la asignación de tareas, el descubrimiento guiado en algunos juegos, y el descubrimiento por ensayo error en tareas con grupos numerosos donde el mecanismo de decisión tiene una gran importancia.

Se emplearán agrupamientos de diverso tipo a lo largo de las sesiones y se estructurará de las siguientes formas:

- Gran grupo: en todas las sesiones se incluye un juego o una tarea empleando este tipo de

organización.

- Dos grupos: la distribución de dos grupos se emplea puntualmente en actividades de algunas sesiones, como por ejemplo la dos y la tres.
- Pequeños grupos: este tipo de agrupamientos se emplea ocasionalmente en alguna sesión, como por ejemplo en la cuatro para realizar volteretas.
- Parejas: se utiliza en la fase principal de algunas sesiones, como por ejemplo al inicio de la primera o de la sexta, o durante toda la octava sesión.
- Trabajo individual: es una nota característica de estas sesiones el empleo predominante de las tareas individuales para actividades de exploración y en algunas de vuelta a la calma.

Recursos

El material e instalaciones a utilizar durante el desarrollo de esta unidad didáctica será el siguiente:

- Material convencional: cuerdas, aros, pelotas, espalderas, bancos suecos, colchoneta quitamiedos, colchonetas, picas, pelotas de tenis.
- Material no convencional: cinta adherente de colores, pandero, discos voladores, reproductor de cd, música suave, indicas.
- Instalaciones: gimnasio, sala multiusos o pista polideportiva, aula de informática.

Temporalización

Esta unidad se desarrollará en trece sesiones. La realización aproximada de las mismas se llevará a cabo entre mediados del mes de noviembre y finales de diciembre.

Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de desplazamientos.
- 1 sesión de desplazamientos y tiempo de reacción.
- 1 sesión de desplazamientos y trepas.
- 1 sesión de giros y volteretas.
- 1 sesión de desplazamientos y saltos.
- 1 sesión de nociones topológicas.
- 1 sesión de nociones topológicas y uso del espacio.
- 1 sesión de orientación espacial.
- 1 sesión de trayectorias y velocidades de móviles.
- 1 sesión de anticipación de trayectorias.
- 1 sesión de estructuras y combinaciones rítmicas.
- 1 sesión de estructuración espacio-temporal.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con la aplicación “Educación Física”, apartado “Delante, detrás, cerca...” y “Antes, durante y después”.

Atención a la diversidad

Estimular, sugerir, informar de forma motivadora, orientar, guiar, tratar el error como un canal de información que ayude a mejorar..., constituyen actuaciones primordiales en la atención a la diversidad que permiten al alumno saber en todo momento qué hace y por qué lo hace.

Un hecho que nos podemos encontrar en el desarrollo de la sesión de trepas es el miedo a las alturas de algún alumno, lo que creará unas necesidades específicas para esa tarea concreta. Lo

fundamental es dotar de la mayor seguridad posible al alumno afectado, darle apoyos físicos y reducir el nivel de exigencia, bajando la altura a la que tiene que trepar si fuera preciso.

Por otra parte, mediante el trabajo cooperativo se pueden plantear metas colectivas que precisarán de la reflexión colectiva y la ayuda mutua, fomentando de esa manera la integración de todos los alumnos y el reparto de responsabilidades, y creando un clima de aceptación y de cooperación que favorece las relaciones sociales. En este sentido, se proponen una serie de medidas para dar respuesta a la diversidad de capacidades:

- Individualización, atendiendo a las características personales de los alumnos.
- Modificación de las actividades cuando sea preciso, facilitando ayudas a los alumnos con dificultades.
- Incremento de la dificultad de las tareas en alguna de sus fases para ajustar el reto a las capacidades de aquellos alumnos que lo superan con facilidad.
- Adaptación de la duración de las explicaciones y de las actividades, según el grado de atención de los alumnos.
- Facilitación, al menos inicialmente, de agrupamientos homogéneos para evitar posibles frustraciones.

Evaluación

La evaluación de esta unidad se realizará a través de la observación sistemática y el registro de datos en la ficha personal del alumno. El punto inicial debería ser el nivel alcanzado al finalizar el primer ciclo. Es fundamental que la observación y el registro sean diarios, de forma que podamos conocer día a día el grado de evolución de los alumnos, para detectar cuanto antes las necesidades específicas y aplicar las medidas de atención a la diversidad antes expuestas.

Para comprobar la evolución del aprendizaje emplearemos los siguientes criterios de evaluación:

- Se desplaza y salta, combinando ambas habilidades de forma coordinada y equilibrada.
- Ajusta los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de la actividad.
- Estima la distancia entre objetos o entre sí mismo y diferentes referencias espaciales.
- Se desplaza y salta de distintas maneras y con velocidades variables, con cambios de dirección y sentido, y franqueando pequeños obstáculos.
- Salta coordinadamente batiendo con una o ambas piernas y finalizando la acción con distintas caídas sobre una o ambas extremidades.
- Gira sobre el eje longitudinal y transversal, diversificando las posiciones segmentarias y mejorando las respuestas motrices en las prácticas corporales que lo requieran.
- Ejecuta volteretas hacia delante en distintos planos.
- Lanza, pasa y recibe pelotas u otros móviles sin perder el control de los mismos, adecuando sus movimientos a las trayectorias.
- Realiza lanzamientos, pases, conducciones, etc., adecuándose a las trayectorias.
- Actúa de forma coordinada y cooperativa para resolver retos o para oponerse a uno o varios adversarios en un juego colectivo.
- Participa en los juegos de forma activa y colaborativa.
- Propone estructuras rítmicas sencillas y las reproduce corporalmente o con instrumentos.
- Reconoce las medidas de seguridad básicas para prevenir accidentes: los materiales, el lugar, las condiciones adecuadas para la práctica de actividades físicas...
- Se asea después de las clases.

UNIDAD DIDÁCTICA 4

Manejo objetos con destreza

Objetivos didácticos

- Afirmar la lateralidad.
- Mejorar la coordinación óculo-manual y viso-motriz.
- Desarrollar la percepción y estructuración espacio-temporal.
- Mejorar la coordinación de los diferentes tipos de acciones y movimientos.
- Mejorar la precisión en el manejo de todo tipo de objetos.
- Adecuar el movimiento a las distintas situaciones.
- Iniciarse en el control respiratorio.
- Adquirir mayor seguridad en sí mismo.
- Mejorar la autonomía y la confianza en las propias habilidades motrices.
- Desarrollar valores de amistad, cooperación y respeto mutuo entre los compañeros.
- Utilizar las TIC para consolidar conocimientos.

Contenidos

- Lateralidad.
- Distintos tipos de desplazamientos: marcha, carrera, cuadrupedia, reptación...
- Saltos: impulso, vuelo y caída.
- Giros en torno a en los ejes transversal, sagital y longitudinal.
- Lanzamientos y recepciones de objetos en diferentes situaciones sin y con desplazamiento.
- Combinaciones de lanzamientos y recepciones con otras habilidades básicas: golpesos, botes...
- Combinaciones de carrera y marcha con paradas y otro tipo de acciones.
- Combinaciones de giros con otras acciones: desplazamientos, saltos...
- Circuitos en los que se utilicen algunos de los contenidos anteriores.
- Control respiratorio.
- Interés por mejorar la realización de las diferentes actividades.
- Programa Ludos, apartado Ludoland: "De excursión a Ludoland".
- Ficha de trabajo.

Competencias

Competencias sociales y cívicas: el trabajo de esta unidad facilita al alumno la adquisición de confianza en sí mismo, ayudando de esta forma a su desarrollo como sujeto activo en nuestra sociedad.

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: se favorece la adecuada percepción del espacio físico, la interrelación del niño con el medio a través del movimiento y la adquisición del un estado de bienestar físico, mental y social en un entorno saludable. Por otra parte, esta unidad contribuye al desarrollo de nociones vinculadas a la motricidad como distancia, trayectoria, velocidad, aceleración, altura... que están estrechamente relacionadas con conceptos matemáticos.

Competencia digital: esta unidad facilita la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación al utilizar como un recurso que sirve de apoyo a la misma el programa Ludos.

Planteamiento didáctico y metodológico

En el desarrollo de las doce sesiones que componen esta unidad didáctica se han tenido en cuenta dos aspectos importantes, por una parte el enfoque globalizado que caracteriza esta etapa, y por otra, que el alumno no sea un mero realizador de las actividades propuestas, sino que sea también protagonista de su propia acción motriz. Teniendo en cuenta lo anterior, la propuesta didáctica que se plantea en esta unidad se sustenta en los siguientes principios metodológicos:

- Partir del nivel de desarrollo de los alumnos y tener en cuenta sus aptitudes.
- Plantear tareas accesibles y variadas.
- Construir aprendizajes significativos y vivenciados por los alumnos.
- Promover la funcionalidad de los aprendizajes, para poder aplicarlos y transferirlos a otras situaciones diferentes.
- Favorecer la actividad y la interactividad por parte del alumno.
- Emplear agrupamientos variados que favorezcan la relación con los demás compañeros.
- Adaptarse a la diversidad de los alumnos.
- Asegurar el máximo control y seguridad en las actividades a realizar.
- Eliminar todo tipo de estereotipos sexistas respecto a la actividad física.
- Motivar adecuadamente a los alumnos.

En esta unidad se ha considerado oportuno trabajar con varios estilos de enseñanza. Se emplearán principalmente el mando directo, sobre todo en la fase inicial de las sesiones, y la asignación de tareas, durante la fase principal. En función de los contenidos de cada sesión concreta, también se utilizarán estilos menos directivos como la reproducción de modelos, la resolución de problemas y el descubrimiento guiado.

Cada sesión contempla 45 minutos de trabajo directo con los alumnos, divididos en tres fases, una inicial de 10 minutos, en la que se aporta información sobre lo que se va a hacer y se realiza el calentamiento, otra principal de 30 minutos, donde se desarrollan los contenidos primordiales de la sesión, y la final de 5 minutos, que es una vuelta a la calma. No se contabiliza en este tiempo los periodos dedicados a bajar al vestuario, dejar las mochilas, asearse o ducharse, pasar lista, etc.

La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas dependerá de la actividad y se estructurará de varias formas distintas:

- Gran grupo: en esta unidad se utiliza en ocasiones en la fase inicial o final de algunas sesiones, y en la fase principal en actividades de corro.
- Pequeños grupos: se utiliza este tipo de agrupamiento en varias sesiones para realizar actividades formando filas, pasarse una pelota, corros, etc., y también a veces en la fase final de alguna sesión.
- Parejas: es la distribución predominante en las primeras sesiones, en las que se realizan actividades de manejo distintos materiales como globos, pelotas de tenis o cuerdas.
- Trabajo individual: es una distribución que se utiliza en la fase principal y final de algunas sesiones, en las que los alumnos deben realizar individualmente actividades como botar una pelota, saltar aros, desplazarse sobre colchonetas, etc.

Recursos

El material e instalaciones a utilizar durante el desarrollo de esta unidad didáctica será el siguiente:

- Material convencional: conos, pelotas de tenis, pelotas, cuerdas, picas, aros, ladrillos de psicomotricidad, colchonetas, bancos suecos.
- Material no convencional: globos, reproductor de cd, música infantil, sillas.
- Instalaciones: gimnasio, sala multiusos o pista polideportiva, aula de informática.

Temporalización

Esta unidad se desarrollará en trece sesiones. La realización aproximada de las mismas se llevará a cabo entre principios del mes de enero y finales de febrero.

Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de coordinación óculo-manual.
- 1 sesión de coordinación viso-motriz.
- 3 sesiones de experimentación de habilidades motrices.
- 1 sesión de saltos.
- 1 sesión de pases y lanzamientos.
- 1 sesión de percepción espacial y temporal.
- 1 sesión de capacidades físicas y habilidades motrices.
- 1 sesión de estructuración espacio-temporal.
- 1 sesión de desplazamientos.
- 1 sesión de desplazamientos y percepción espacial.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con el programa Ludos, apartado Ludoland: "De excursión a Ludoland".

Atención a la diversidad

En esta unidad didáctica las actividades planteadas están pensadas para que los alumnos que presenten algún tipo de dificultad puedan participar de manera integrada en la gran mayoría de ellas, y sólo en algunas situaciones sería necesario realizar pequeñas adaptaciones.

No obstante, se proponen diversas estrategias a nivel general que favorezcan una respuesta adecuada a los alumnos con dificultades:

- Apoyo tanto de la motricidad como de otras áreas de desarrollo: afectividad, lenguaje, relaciones sociales...
- Estimulación de la curiosidad y del deseo de experimentar que el niño tiene de forma innata, mediante situaciones que los favorezcan.
- Aceptación del niño tal como es, con sus limitaciones, sus dificultades y sus posibilidades.
- Creación de las condiciones adecuadas para favorecer el éxito en las actividades y la confianza en sus propias capacidades.
- Toma como punto de partida lo que el niño puede hacer y respeto por sus intereses.
- Valoración del trabajo realizado.
- Establecimiento de una buena relación afectiva entre el profesor y el niño.
- Facilitación de la integración del niño en su grupo de clase.

Evaluación

La evaluación en Primaria es continua y formativa, de forma que permita conocer en todo momento el grado de evolución de los alumnos y así poder aplicar, cuando sea necesario, las modificaciones necesarias en cada caso. La mejor manera de realizarla es, posiblemente, utilizando indicadores de evaluación.

Como indicadores de evaluación a utilizar en esta unidad se proponen la observación directa y el registro en la ficha de cada alumno de los siguientes aspectos:

- Coordina los movimientos de brazos y piernas en todo tipo de desplazamientos.
- Realiza correctamente acciones de salto con una y dos piernas.
- Se desplaza superando obstáculos y transportando objetos.
- Combina acciones de desplazamientos y saltos con soltura.

- Gira en torno a los distintos ejes corporales.
- Realiza lanzamientos y recepciones de objetos en diferentes situaciones con destreza.
- Combina lanzamientos y recepciones con otras habilidades básicas.
- Manifiesta actitudes de: respeto, cooperación, consideración, justicia, acuerdo y amistad.
- Valora el trabajo bien ejecutado como medio de disfrute en la actividad física.
- Disfruta con las actividades físicas, adquiriendo valores de colaboración y compañerismo.
- Acepta los diferentes niveles de destreza.
- Se asea después de las clases.

UNIDAD DIDÁCTICA 5

Me expreso al moverme

Objetivos didácticos

- Tener conciencia de la movilidad del eje corporal a través del movimiento expresivo y del ritmo.
- Interiorizar el esquema corporal.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo mediante gestos y movimientos para expresar sensaciones, ideas, estados de ánimo y sentimientos.
- Crear movimientos con ritmos sencillos, para valorar la expresión del movimiento de uno mismo y de los demás.
- Reproducir estructuras rítmicas sencillas, tanto corporalmente como con instrumentos.
- Participar activamente en las actividades, con independencia del grado de habilidad y capacidad de ritmo y coordinación de cada uno.
- Mostrar actitudes de respeto y cooperación con los demás.
- Favorecer las capacidades perceptivo-motrices: ritmo, coordinación...
- Potenciar las capacidades a nivel socio-motriz: interacción, comunicación, expresión, representación, comunicación, creación...
- Aumentar el bagaje de los patrones expresivos básicos del propio cuerpo, y en relación a los demás.

Contenidos

- El cuerpo como instrumento de expresión y comunicación.
- Exploración y utilización de las posibilidades y recursos expresivos.
- Imitación de gestos y movimientos expresivos del compañero, de forma segmentaria y global.
- Recursos expresivos del cuerpo: el gesto, la dramatización.
- Lenguaje expresivo corporal y lenguaje oral.
- Juegos de imitación de animales, objetos y personas, con el cuerpo y con la voz.
- Juegos de expresión y dramatización, utilizando partes corporales.
- Adecuación del movimiento a secuencias y ritmos, y ejecución de bailes simples.
- Participación en situaciones que supongan comunicación con otros, utilizando recursos motores y corporales con espontaneidad.
- Adaptación del movimiento a estructuras rítmicas variables.
- Elaboración de ritmos con distintas partes del cuerpo.
- Realización de actividades con distintos ritmos.
- Valoración de los usos expresivos y comunicativos.
- Ficha de trabajo.

Competencias

Comunicación lingüística: es una competencia de gran importancia en esta unidad, puesto que ofrece un gran abanico de intercambios comunicativos entre los alumnos, utilizando tanto el lenguaje gestual como el verbal.

Competencias sociales y cívicas: a lo largo de las sesiones de esta unidad los alumnos interactúan de forma constante y establecen relaciones directas con los compañeros.

Conciencia y expresiones culturales: es la competencia con mayor peso en esta unidad, pues en las sesiones el alumno expresa ideas, sensaciones, emociones, y explora y usa los recursos del cuerpo y del movimiento para transmitir diferentes mensajes, aprovechando para todo ello la motivación intrínseca y la espontaneidad que caracteriza a los niños en estas edades.

Planteamiento didáctico y metodológico

En esta unidad las actividades serán principalmente lúdicas, creativas y participativas. El juego será el medio de trabajo habitual durante las sesiones, favoreciendo el trabajo individual y grupal, respetando la forma de expresarse de cada uno, y aprendiendo valores tales como el respeto a los compañeros, la cooperación y el cumplimiento de las normas y reglas establecidas.

Los principios metodológicos que han de guiar este trabajo son los siguientes:

- Partir del nivel de desarrollo del alumno, de sus experiencias y de sus aprendizajes previos.
- Promover actividades atractivas y motivadoras.
- Favorecer actitudes que refuercen la motivación.
- Facilitar la libre expresión del niño.
- Impulsar la creación de nuevos movimientos.
- Favorecer el aprendizaje significativo y cooperativo.
- Proponer retos alcanzables que tengan en cuenta las características propias e individuales.
- Aprovechar la curiosidad del niño y el deseo de aprender para aumentar la confianza en sus propias capacidades.
- Realizar agrupamientos mixtos, fomentando la integración y la no discriminación.
- Ofrecer refuerzos positivos y muestras de interés del profesor hacia el alumnado.
- Informar de forma motivadora, tratando el error como un canal de información que ayude a mejorar.
- Impulsar las relaciones entre iguales, proporcionando pautas que permitan la coordinación de intereses, la toma de decisiones colectiva, la ayuda mutua...

La metodología será activa y participativa, con actividades que contienen propuestas abiertas y flexibles. Los estilos de enseñanza a utilizar serán variados y dependerán de la actividad concreta que se vaya a realizar. Se utilizarán los estilos que impliquen un aprendizaje significativo, como el descubrimiento guiado y la resolución de problemas, en los que el alumno debe experimentar e indagar a lo largo de las actividades planteadas para encontrar por sí mismo las soluciones, teniendo al maestro como guía durante el proceso. También se empleará la asignación de tareas en la fase principal de las sesiones, cuando el alumno deba realizar de forma individual alguna actividad propuesta por el profesor, y en la que él es quien decide el ritmo de la misma.

La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas se estructurará de la siguiente manera:

- Gran grupo: la organización es homogénea, los alumnos trabajan juntos, realizando las mismas actividades y juegos, como por ejemplo en la sesión seis.
- Dos grupos: la distribución de dos grupos se emplea puntualmente en actividades de alguna sesión, como sucede en la siete y ocho.
- Pequeños grupos: este tipo de agrupamiento se emplea ocasionalmente en alguna sesión, como en la cuatro y la nueve, en las que los alumnos trabajan el ritmo.
- Parejas: es el agrupamiento predominante en la fase principal de algunas sesiones, como la cinco y la nueve. La organización se hace libremente o atendiendo a las indicaciones del profesor.
- Trabajo individual: predomina en la fase inicial de las sesiones y en las actividades donde se trabaja la escenificación, la representación y el ritmo a nivel individual.

Recursos

El material e instalaciones a utilizar durante el desarrollo de esta unidad didáctica será el siguiente:

- Material convencional: silbato, cuerdas, conos, picas, pelotas, aros.
- Material no convencional: pandero, reproductor de cd, música, cartulinas.
- Instalaciones: gimnasio, sala multiusos o pista polideportiva.

Temporalización

Esta unidad se desarrollará en nueve sesiones. La realización aproximada de las mismas se llevará a cabo durante el mes de marzo.

Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de imitaciones sencillas.
- 2 sesiones de representaciones sencillas.
- 1 sesión de imitaciones y representaciones.
- 1 sesión de ritmo individual.
- 1 sesión de ritmo por parejas.
- 1 sesión de escenificación mediante juegos.
- 1 sesión de juegos de representación.
- 1 sesión de ritmo por grupos.

Atención a la diversidad

Para atender a la diversidad del alumnado se deben tomar un conjunto de decisiones de acuerdo con las características específicas del grupo de alumnos. Se pretende responder a las necesidades de todos los alumnos, adoptando una serie de medidas que incluyan expectativas de logro elevadas para favorecer así su desarrollo pleno y contribuir a mejorar la autoestima.

La unidad que se ha planteado posee un gran potencial a la hora de facilitar y mejorar la integración de todo el alumnado, pues ofrece un sinfín de posibilidades y formas diferentes de trabajar un mismo contenido, trabajando en equipo y con creaciones producidas entre todos. Además, en esta unidad se plantean actividades de interés para ambos sexos, huyendo así de estereotipos sexuales.

Para facilitar el logro de los objetivos propuestos se plantean las siguientes medidas:

- Atención a las diferencias individuales.
- Adaptación de las explicaciones para que sean claras, sencillas y precisas.
- Realización de juegos integradores en los que no habrá eliminados.
- Refuerzo permanente de los logros obtenidos.
- Valoración de los logros obtenidos con gestos, palabras y elogios, para reforzar el interés y la autoestima, y generar un ambiente amable y participativo.
- Propuesta de situaciones de aprendizaje que todos los alumnos puedan realizar, ya sea en mayor o menor grado.
- Ofrecimiento de un número mayor de pistas en la realización de las actividades, para dar al alumno con necesidades mayores posibilidades.
- Propuesta de nuevos retos a los alumnos que terminen pronto las tareas, seleccionando la dificultad de las mismas según sus posibilidades.

Evaluación

La evaluación será continua y global, de forma que permita en todo momento conocer el grado de evolución de los alumnos y realizar, cuando sea necesario, las modificaciones necesarias en cada caso.

Como indicadores de evaluación a utilizar en esta unidad se proponen la observación directa y el registro en la ficha de cada alumno de los siguientes aspectos:

- Utiliza todos los segmentos corporales en las actividades de expresión.
- Utiliza los recursos expresivos del cuerpo (gesto y movimiento) para representar.
- Utiliza el rostro como recurso expresivo.
- Adecua sus movimientos a los ritmos propuestos.
- Representa cosas y personas, imitando sus elementos más característicos.
- Representa historias con gestos adaptados.
- Expresa sensaciones, estados de ánimo, situaciones y sentimientos.
- Se desinhibe y manifiesta espontaneidad en sus movimientos.
- Se asea después de las clases.

UNIDAD DIDÁCTICA 6

Jugamos juntos

Objetivos didácticos

- Mejorar la agudeza auditiva del alumno a través de juegos.
- Concienciar al alumno de las diferentes posibilidades sensoriales del cuerpo.
- Mejorar la percepción espacio-temporal y la coordinación general.
- Desarrollar las habilidades motrices en situaciones de juego.
- Ejercitar la rapidez óculo-manual.
- Adecuar los movimientos a la distancia, la velocidad y el desplazamiento de los demás.
- Adaptar los movimientos a las circunstancias y condiciones del juego, utilizando formas de desplazamiento no habituales.
- Desarrollar la capacidad de transportar y conducir objetos, mejorando en eficacia.
- Apreciar velocidades y distancias.
- Cooperar con los compañeros en el desarrollo de los juegos.
- Adaptar las habilidades motrices a las situaciones de juego.
- Favorecer la cohesión del grupo y mejorar la relación entre sus miembros.
- Valorar la actividad física y el juego como un recurso para organizar el tiempo libre.
- Respetar a los compañeros sin tener en cuenta su nivel de destreza.
- Aceptar y cumplir las normas de los juegos.
- Practicar del juego limpio.
- Utilizar las TIC para consolidar conocimientos.

Contenidos

- Juegos dividiendo la clase en dos grupos.
- Juegos con los ojos vendados.
- Juegos de persecución en gran grupo sin y con material.
- Juegos de corro sin material.
- Juegos en filas sin material.
- Juegos con pinzas de tender ropa.
- Juegos en grupos.
- Juegos de relevos.
- Juegos con música.
- Juegos en gran grupo con material.
- Juegos con materiales diversos.
- Normas de juego.
- Estrategias básicas de juego.
- Programa informático “Educación Física”, apartado “Andar, correr, saltar...”.
- Ficha de trabajo.

Competencias

Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: esta unidad facilita la valoración del juego como un medio de relación con los demás y de disfrute del tiempo de ocio, así como del esfuerzo necesario para realizar los juegos.

Competencias sociales y cívicas: esta unidad permitirá al alumno descubrir las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición, y supone una iniciación a la práctica de juegos en grupos y al juego limpio.

Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: se desarrollan habilidades perceptivo-motrices que permitirán al niño un mejor desenvolvimiento en su entorno y, por otra parte, el empleo de una metodología participativa fomenta la confianza en sí mismo, la responsabilidad y la toma de decisiones.

Competencia digital: en esta unidad se utiliza una aplicación informática elaborada con el programa Clic que sirve de apoyo a la misma.

Planteamiento didáctico y metodológico

Los juegos planteados en esta unidad tienen variantes que modifican la dificultad de los mismos al cambiar las condiciones, las reglas, las posibles limitaciones, etc. Estos cambios en las situaciones que se plantean a los alumnos suponen un enriquecimiento de las clases y, al mismo tiempo, un reto para superar las nuevas dificultades.

También es conveniente tener en cuenta que en las sesiones más movidas deben alternarse los tiempos de juego y de no juego, sabiendo que aunque el tiempo de juego es primordial, el de recuperación también es importante, y se puede aprovechar para hacer correcciones, proponer cambios, etc.

Por todo ello, la propuesta didáctica que se presenta en esta unidad tiene como base los siguientes principios metodológicos:

- Plantear sesiones que sean homogéneas y que sigan una progresión.
- Realizar actividades que resulten motivadoras para los alumnos.
- Dar explicaciones breves y sencillas de cada juego.
- Combinar a lo largo de las sesiones, en función de los juegos de cada una de ellas, estrategias de cooperación, oposición y de cooperación-oposición.
- Realizar diferentes tipos de agrupamientos para favorecer la interacción con los compañeros.
- Emplear fundamentalmente material convencional (pelotas, aros, conos...), aunque en alguna sesión se utilice material no habitual, como pinzas de tender ropa.
- Promover la confianza y la seguridad del alumno en sí mismo.
- Dar especial importancia en la configuración de las sesiones a la seguridad, tanto en el desarrollo de los juegos como respecto al material empleado.

En esta unidad el estilo de enseñanza predominante a la hora de presentar los juegos será expositivo, mientras que en las situaciones de juego se emplearán la asignación de tareas, el mando directo y el método mixto.

La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas se estructurará de las siguientes formas:

- Gran grupo: este tipo de organización se emplea en juegos en los que los alumnos realizan una actividad conjunta, como por ejemplo los de corro con ojos vendados, los de persecución o al jugar a la goma.
- Dos grupos: se utiliza esta forma de agrupamiento en las sesiones uno y nueve, en las que dos equipos se persiguen o se enfrentan en diversos juegos.
- Pequeños grupos: el empleo de grupos reducidos con un número variable de alumnos predomina en varias sesiones, como en la séptima, en la octava, en la que se realizan juegos de relevos, en la décima, en la que se juega a las chapas, o en la duodécima, en la que se juega a la rayuela.
- Parejas: esta distribución se utiliza en la sexta sesión, y en las fases inicial y final de la sesión décima.
- Trabajo individual: se emplea en el calentamiento y en algunas de las fases iniciales y/o

finales de las sesiones.

Recursos

El material e instalaciones a utilizar durante el desarrollo de esta unidad didáctica será el siguiente:

- Material convencional: aros, pelotas, conos, picas, balones medicinales de 2 kilos, cuerdas, pelotas de tenis de mesa, colchonetas, espalderas, bancos suecos.
- Material no convencional: tiza, canicas, pañuelos, indiacas, pinzas de tender la ropa, chapas de botella, goma elástica, tejos.
- Instalaciones: gimnasio, sala multiusos o pista polideportiva, aula de informática.

Temporalización

Esta unidad se desarrollará en trece sesiones. La realización aproximada de las mismas se llevará a cabo entre principios de abril y mediados de mayo.

Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de juegos dividiendo la clase en dos grupos.
- 1 sesión de juegos con los ojos vendados.
- 1 sesión de juegos de persecución en gran grupo sin material.
- 1 sesión de juegos de corro sin material.
- 1 sesión de juegos en filas sin material.
- 1 sesión de juegos con pinzas.
- 1 sesión de juegos en grupos.
- 1 sesión de juegos de relevos.
- 1 sesión de juegos de persecución en gran grupo con material.
- 1 sesión de juegos populares: las chapas.
- 1 sesión de juegos populares: la goma.
- 1 sesión de juegos populares: el cascayo.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con la aplicación “Educación Física”, apartado “Andar, correr, saltar...”.

Atención a la diversidad

En ocasiones el profesor se puede encontrar en sus clases con alumnos que presentan problemas, especialmente de movilidad, y se ve en la necesidad de adoptar medidas de atención para esos alumnos con necesidades específicas de apoyo.

En esos casos se deben utilizar recursos didácticos variados en las diferentes actividades y situaciones de aprendizaje, que permitan dar respuesta a la diversidad de capacidades. Dichos recursos deben tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Individualización, atendiendo a las características personales de los alumnos.
- Utilización de un enfoque globalizado en el que el protagonista sea el alumno.
- Conocimiento de las posibilidades y limitaciones del alumno.
- Adaptación de los juegos cuando sea preciso.
- Estimulación del interés y la curiosidad del alumno.
- Utilización de las actividades de cooperación como una forma de integración.
- Participación activa en los juegos junto con el resto de compañeros.
- Experimentación del juego como una actividad placentera y divertida para el niño.
- Atención a las experiencias vividas por el alumno.

- Valoración del éxito en las acciones que realiza el niño.
- Adaptación a los distintos ritmos de aprendizaje.

Evaluación

La evaluación de esta unidad se pretende que sirva para avanzar en el proceso de aprendizaje de los alumnos, y se basa en la observación directa y el registro en la ficha de seguimiento de cada alumno de los siguientes aspectos:

- Presta atención a las explicaciones del profesor.
- Comprende las instrucciones y reglas del juego.
- Se implica en las actividades propuestas.
- Realiza adecuadamente las acciones necesarias para el desarrollo del juego.
- Participa en los juegos esforzándose, aunque su nivel de destreza no sea alto.
- Utiliza los móviles que se emplean en los juegos de forma adecuada.
- Es capaz de cooperar y trabajar en grupo.
- Cumple las normas establecidas en los juegos.
- Muestra una actitud positiva hacia las clases.
- Respeta a sus compañeros de juego y a los contrarios.
- Acepta sus posibilidades y las de los demás.
- Utiliza el material correctamente.
- Se asea después de las clases.

UNIDAD DIDÁCTICA 7

Realizo juegos predeportivos

Objetivos didácticos

- Mejorar la coordinación óculo-manual usando implementos.
- Emplear habilidades motrices básicas en juegos de iniciación deportiva.
- Mejorar la apreciación y anticipación de trayectorias.
- Mejorar la coordinación óculo-manual y óculo-pédica.
- Mejorar la toma de decisiones.
- Emplear estrategias de cooperación, oposición y cooperación/oposición.
- Mejorar la precisión en los lanzamientos.
- Mejorar la coordinación dinámica general y la velocidad de reacción.
- Utilizar las TIC para consolidar conocimientos.

Contenidos

- Juegos de iniciación a la práctica de actividades deportivas.
- Capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- Lateralidad y su proyección en el espacio.
- Situaciones de equilibrio estático y dinámico, y de desequilibrio.
- Percepción y estructuración del espacio y del tiempo, y del espacio en relación con el tiempo en los desplazamientos propios, con móviles y de los demás.
- Elementos fundamentales en la ejecución de las habilidades motrices básicas en medios y situaciones estables y conocidas.
- Capacidades físicas básicas, utilizadas de forma genérica, y orientadas a la ejecución motriz.
- Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios.
- Estrategias básicas de juego: cooperación, oposición y cooperación/oposición.
- Aceptación y cumplimiento de las normas de juego establecidas.
- Valoración del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo de ocio.
- Aceptación, dentro del equipo, del papel que le corresponde como jugador y de la necesidad de intercambiar papeles.
- Interés por mejorar la competencia motriz.
- Autonomía y confianza en las propias habilidades motrices.
- Disposición favorable a participar en actividades diversas en condiciones de igualdad, aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- Respeto hacia las personas que participan en el juego y rechazo hacia los comportamientos antisociales y a los estereotipos sexistas.
- Aplicación informática "Educación Física", apartado "Hacemos deporte".
- Fichas de trabajo.

Competencias

Competencias sociales y cívicas: esta unidad contribuye especialmente a su desarrollo, porque los juegos permiten al alumno emplear estrategias de cooperación y oposición que facilitan la relación con los demás, aceptar las responsabilidades de su papel individual y como miembro de un grupo,

asumir riesgos, y aprender a aceptar los errores, tanto propios como de los compañeros. Además, su práctica dota a los alumnos de un recurso muy útil para llenar su tiempo de ocio.

Conciencia y expresiones culturales: es significativa la aportación de esta unidad didáctica al desarrollo de la misma, pues permite valorar el hecho deportivo, que en la actualidad tienen una gran trascendencia social, desde una perspectiva lúdica, mediante la práctica de juegos de iniciación deportiva, al tiempo que se acerca a los alumnos al conocimiento y comprensión de reglamentos, competiciones y fenómenos deportivos.

Comunicación lingüística: esta unidad contribuye al desarrollo de la misma debido a que la mayoría de los juegos realizados son grupales y su desarrollo supone una comunicación continua con los compañeros e incluso con los adversarios, favoreciéndose las actitudes de escucha, atención y discriminación, que dan una mayor efectividad a la comunicación.

Competencia digital: en esta unidad se utiliza una aplicación informática elaborada con el programa Clic que sirve de apoyo a la misma.

Planteamiento didáctico y metodológico

Los alumnos suelen manifestar una gran motivación hacia los contenidos de esta unidad, en la que aparecen con frecuencia ciertas dificultades, no tanto en los mecanismos de ejecución, como en los mecanismos de percepción y de toma de decisiones. Estas dificultades están asociadas a la necesidad que manifiestan los alumnos de esta edad por controlar el móvil con el que juegan, lo que da lugar a situaciones típicas como correr todos tras la pelota, quitarle la pelota a un compañero, gritar constantemente “a mí, a mí”, etc.

Es en este tipo de situaciones en las que más debe intervenir el profesor, ayudando a los alumnos a darse cuenta que el resultado será más satisfactorio si cada uno asume su puesto y su papel dentro del juego y del espacio. Para ello son de gran ayuda juegos en los que se mantienen fijas las posiciones, en las que se marcan zonas de intervención o puestos específicos.

Los principios metodológicos que han de guiar este trabajo son los siguientes:

- Tomar como punto de partida el nivel de desarrollo y las experiencias previas de los alumnos.
- Plantear actividades accesibles y variadas.
- Ajustar las actividades a los ritmos de cada alumno.
- Emplear un tratamiento de carácter lúdico, con el juego como medio de aprendizaje.
- Adoptar un enfoque globalizado e integrador.
- Construir aprendizajes significativos y vivenciados por los alumnos.
- Garantizar la funcionalidad de los aprendizajes.
- Adaptarse a la diversidad de los alumnos.
- Procurar la mejora de las relaciones entre los alumnos y la interacción entre iguales.
- Fomentar el interés, la cooperación y la participación activa en las sesiones.

En esta unidad los estilos de enseñanza a utilizar serán variados y dependerán de la actividad a desarrollar. Se emplearán principalmente el mando directo, sobre todo en la fase inicial de las sesiones, y la asignación de tareas, durante la fase principal. También se recurrirá, siempre que la actividad lo permita, a estilos menos directivos como la reproducción de modelos, la enseñanza recíproca, la resolución de problemas y el descubrimiento guiado.

La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas se estructurará de las siguientes formas:

- Gran grupo: la organización de los alumnos es homogénea, como por ejemplo cuando se realizan actividades en corro agarrados de la mano, desplazamientos por el terreno, seguir ritmos, etc.
- Dos grupos: la distribución de la clase en dos grupos se utiliza con bastante frecuencia, facilita el sentimiento de pertenencia a un grupo y ayuda a afianzar las estrategias de cooperación/oposición.

- Pequeños grupos: el empleo de grupos reducidos con un número variable de alumnos tiene la ventaja de aumentar el tiempo de práctica de cada alumno y el número de intervenciones en el juego.
- Parejas: en esta distribución las estrategias de cooperación y oposición se desarrollan de forma natural, y se utiliza para realizar actividades en las que los alumnos manejan juntos algún material (cooperación), en actividades en las que compiten por mejorar el resultado del otro o se enfrentan directamente uno contra uno (oposición).
- Trabajo individual: se emplea en la fase inicial de las sesiones y, en ocasiones, en actividades de manejo de material novedoso, para familiarizarse con el mismo.

Recursos

El material e instalaciones a utilizar durante el desarrollo de esta unidad didáctica será el siguiente:

- Material convencional: pelotas, colchonetas quitamiedos, aros, ladrillos de psicomotricidad, pelotas de tenis, palas o raquetas, conos.
- Material no convencional: pañuelos, indiacas, discos voladores, toallas, goma elástica.
- Instalaciones: gimnasio, sala multiusos o pista polideportiva, aula de informática.

Temporalización

Esta unidad se desarrollará en trece sesiones. La realización de las mismas se llevará a cabo entre mediados del mes de mayo y finales de junio.

Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de juegos con palas o raquetas.
- 4 sesiones de juegos de lanzamientos y recepciones.
- 1 sesión de juegos de raquetas con tanteo.
- 1 sesión de juegos de iniciación al fútbol.
- 1 sesión de juegos de iniciación al baloncesto.
- 4 sesiones de juegos de cooperación y oposición.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con la aplicación “Educación Física”, apartado “Hacemos deporte”.

Atención a la diversidad

Cada alumno entenderá y realizará las tareas y los juegos en función de su nivel madurativo, y el profesor tiene como misión ayudarle a superar los retos con éxito. En el caso de alumnos con problemas motrices, se trata tanto de facilitar las tareas como de cambiar normas, dar más intentos, etc., para que al finalizar cada sesión hayan podido superar las actividades planteadas y, con ello, se consiga aumentar su autoestima.

De igual manera, podemos encontrarnos con el caso opuesto, y entonces la tarea será la de ofrecer retos más complejos, insistir en buscar otras soluciones a la actividad..., para que los alumnos que sobresalen no se desmotiven por la facilidad aparente de las tareas.

En ambos casos, para facilitar el logro de los objetivos propuestos se plantean las siguientes medidas:

- Individualización, atendiendo a las características personales de los alumnos.
- Modificación de las actividades cuando sea preciso, facilitando ayudas a los alumnos con dificultades.
- Incremento de la dificultad de las tareas en alguna de sus fases para ajustarlas a las

capacidades de aquellos alumnos que las superan con facilidad.

- Adaptación de la duración de las explicaciones y de las actividades, según el grado de atención de los alumnos.
- Creación, al menos inicialmente, de agrupamientos homogéneos para evitar posibles frustraciones.

Evaluación

Tal como se establece en la legislación vigente, la evaluación en Primaria es continua y formativa, de forma que permita detectar cuanto antes las necesidades específicas y aplicar las medidas de atención a la diversidad antes expuestas.

La evaluación de esta unidad se realizará a través de la observación sistemática y el registro de los datos en la ficha del alumno, utilizando los siguientes criterios de evaluación:

- Controla y modula la velocidad de ejecución de las acciones.
- Se sitúa en un espacio dinámico en el que los objetos cambian su posición relativa.
- Estima la distancia entre objetos, o entre sí mismo y diferentes referencias espaciales.
- Mantiene en equilibrio diversos objetos con distintas partes del cuerpo.
- Emplea los giros en el eje longitudinal para la resolución de problemas motores asociados con desplazamientos, saltos y cambios de dirección y de sentido.
- Lanza, pasa y recibe móviles, sin perder el control de los mismos, adecuando los movimientos a las trayectorias.
- Lanza y recibe móviles con las extremidades superiores e inferiores.
- Recibe y para móviles orientando el cuerpo de forma correcta.
- Realiza conducciones e impactos adecuándose a las trayectorias.
- Actúa de forma coordinada y cooperativa para resolver retos, o para oponerse a uno o varios adversarios en un juego colectivo.
- Ayuda y colabora con los miembros de un mismo equipo.
- Ocupa los espacios libres y las posiciones adecuadas y se orienta en la dirección del juego en situaciones de oposición.
- Participa en juegos y actividades deportivas con conocimiento de las normas, mostrando actitud de aceptación hacia los demás.
- Colabora activamente en el desarrollo de los juegos.
- Se esfuerza e implica plenamente en el desarrollo de los juegos.
- Utiliza sencillos programas informáticos con actividades de coordinación óculo-manual.
- Se asea después de las clases.