

# **PROGRAMACIÓN DE AULA**

EDUCACIÓN FÍSICA  
6º de PRIMARIA

## UNIDAD DIDÁCTICA 1

# Me pongo a punto

### Objetivos didácticos

- Dominar algunos de los elementos que intervienen en el control del cuerpo en el espacio.
- Resolver problemas que supongan el control de las relaciones entre la distancia, la orientación y la dirección.
- Dominar algunos de los elementos que intervienen en la coordinación de la carrera y el salto.
- Resolver problemas que supongan el control de las relaciones de velocidad y duración.
- Desarrollar la coordinación dinámica general y la condición física.
- Mejorar la coordinación óculo-manual, óculo-pédica y viso-motora.
- Identificar las distintas capacidades físicas básicas.
- Conocer la forma de realizar los estiramientos.
- Utilizar los estiramientos como medio de prevenir lesiones y facilitar la recuperación tras esfuerzos.
- Mejorar la movilidad articular y la elasticidad.
- Poner en práctica ejercicios de velocidad de traslación y velocidad de reacción.
- Mejorar la velocidad global y segmentaria.
- Desarrollar las capacidades físicas básicas mediante juegos.
- Aumentar la fuerza usando como carga la resistencia ofrecida por el propio cuerpo, por un compañero y por balones medicinales.
- Mejorar la resistencia aeróbica y adecuar el sistema cardio-respiratorio a los esfuerzos físicos.
- Mantener una correcta higiene postural.
- Aumentar la confianza en si mismo y en sus capacidades.
- Favorecer la integración en grupos.
- Aceptar la propia realidad corporal y la de los demás.
- Regular el esfuerzo en función de las posibilidades y la naturaleza de la tarea.
- Recalcar la relación entre la condición física general y la salud.
- Utilizar las TIC para consolidar los conocimientos adquiridos.

### Contenidos

- Esquema corporal global y segmentario.
- Nociones asociadas a relaciones espaciales: distancia, dirección, orientación.
- Formas y posibilidades de movimiento.
- Factores que inciden en la condición física.
- Capacidades físicas básicas: flexibilidad, velocidad, fuerza y resistencia.
- Capacidades perceptivo-motrices.
- Coordinación dinámica, estática y viso-motora para el control dinámico general del cuerpo.
- Habilidades motrices y destrezas básicas: desplazamientos, giros, saltos...
- Condición física general.
- Estiramientos.

- Mejora de las capacidades físicas básicas.
- Juegos aplicados al desarrollo de las capacidades físicas básicas.
- Hábitos posturales y autonomía en la higiene corporal.
- Aceptación de la propia realidad corporal y de sus posibilidades.
- Disposición favorable a la superación, al esfuerzo y a la participación en las actividades.
- Valoración del trabajo bien realizado desde el punto de vista motriz.
- Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física para la salud.
- Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios.
- Uso de las TIC como medio para recabar información y elaborar documentos.
- Programa Ludos, apartado Moviland: “Más alto, fuerte, rápido”.
- Ficha de trabajo.

## Competencias básicas

**Competencia matemática:** a lo largo de la unidad aparecen conceptos como el orden, las repeticiones, la medición del tiempo, la diferencia inicial-final, etc., que están estrechamente vinculados con el dominio matemático y son aprovechados para desarrollar dicha competencia.

**Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:** esta unidad es clave para que los alumnos adquieran hábitos saludables, de mejora y de mantenimiento de la condición física, que les acompañen no sólo durante la escolaridad, sino también a lo largo de la vida. Se contribuye al desarrollo de esta competencia al fomentar la práctica de una actividad física regular como un medio de equilibrio psicofísico, como un factor de prevención de los riesgos derivados del sedentarismo, y también como una alternativa de ocupación del tiempo de ocio.

**Competencia social y ciudadana:** se contribuye al desarrollo de esta competencia al cumplir las normas que rigen los juegos y aceptar los códigos de conducta para la convivencia, al asumir las posibilidades y limitaciones propias y las diferencias con los demás, al aprender a convivir desde el respeto a los otros, al participar activamente en las sesiones, al valorar la diversidad, etc.

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

## Planteamiento didáctico y metodológico

El planteamiento metodológico que se realiza en esta unidad se fundamenta por una parte en la realización de una serie de tareas o actividades dirigidas al desarrollo de todas las capacidades físicas básicas, y por otra, en inculcar a los alumnos la importancia que tiene la condición física general para mantener o mejorar nuestra salud, y la necesidad de mantener unos hábitos de actividad física saludable a lo largo de toda la vida, desde el punto de vista del disfrute del ejercicio físico.

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

- Partir del nivel de desarrollo y de las experiencias previas de los alumnos.
- Construir aprendizajes significativos y vivenciados por los alumnos.
- Plantear actividades accesibles y variadas.
- Ajustar las actividades al ritmo de cada alumno.
- Garantizar la funcionalidad de los aprendizajes.
- Adoptar un enfoque globalizado e integrador.
- Adaptarse a la diversidad de los alumnos.
- Fomentar las relaciones entre los alumnos y la interacción entre iguales.
- Estimular 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 aprendizaje por descubrimiento, sobre todo en la fase inicial de las sesiones, y el mando directo y la asignación de tareas, durante la fase principal. También se recurrirá, siempre que la actividad lo permita, a estilos menos directivos como 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:** este tipo de organización se utiliza cuando los alumnos trabajan en conjunto realizando alguna actividad, como por ejemplo en la primera, cuando se desplazan sorteando aros por todo el terreno, o en la octava, cuando todos deben correr a la vez una distancia de veinte metros.
- **Dos grupos:** la distribución de la clase en dos grupos se utiliza ocasionalmente, por ejemplo en la fase final de la segunda sesión, en la quinta sesión para jugar a polis y cacos, o en la décima para jugar al pañuelo fuerte.
- **Pequeños grupos:** el empleo de grupos reducidos con un número variable de alumnos se produce en algunas sesiones de juegos, como la diez o la trece.
- **Parejas:** se utiliza para realizar actividades en las que manejan juntos algún material o se realiza alguna tarea con el compañero, como en las sesiones tres, cuatro, nueve, once o doce.
- **Trabajo individual:** se emplea en las fases iniciales para realizar el calentamiento, en bastantes sesiones, como por ejemplo en aquellas en las que se emplea un circuito o en la catorce cuando se realiza carrera continua, y en las fases finales en las que se realizan estiramientos.

## Recursos

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

- **Material convencional:** aros, bancos suecos, colchoneta, pelotas, picas, cuerdas, plinto, vallas, pelotas de tenis, ladrillos de psicomotricidad, balones medicinales, conos, cronómetro, balones de baloncesto, espalderas.
- **Material no convencional:** cesta.
- **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 principios del mes de septiembre y mediados de octubre.

## Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 2 sesiones de coordinación dinámica general.
- 2 sesiones de condición física general.
- 1 sesión de condición física y estiramientos.
- 1 sesión de desplazamientos y saltos.
- 1 sesión de saltos y agilidad.
- 1 sesión de velocidad y tiempo de reacción.
- 1 sesión de velocidad global y segmentaria.
- 1 sesión de juegos de fuerza.
- 1 sesión de fuerza con balones medicinales.

- 1 sesión de fuerza por parejas.
- 1 sesión de juegos de resistencia.
- 1 sesión de resistencia mediante carrera continua.
- 1 sesión de resistencia mediante circuito.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con el programa Ludos, apartado Moviland: “Más alto, fuerte, rápido”.

## Atención a la diversidad

Se suele dar poca importancia a la Educación Física a la hora de abordar la atención a la diversidad, y sin embargo es una asignatura en la que los alumnos pueden interactuar, compartir, hacer cosas juntos..., lo que favorece la cooperación, las relaciones grupales y la integración de los alumnos con necesidades educativas especiales.

El profesor tiene como misión ayudarles a superar los retos con éxito, motivándolos a superarse y a esforzarse. Estos alumnos deben entender y realizar las actividades de acuerdo con su nivel de condición física y madurativo, de forma que al finalizar la sesión cada uno tenga la sensación de haber superado las actividades planteadas y de haberse esforzado según sus posibilidades, lo que repercutirá positivamente en su autoestima.

También puede haber alumnos que sobresalen a los que el profesor debe ofrecer retos más complejos, insistir en la búsqueda de otras soluciones a la actividad, etc., para conseguir que 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.
- Simplificación de las tareas para reducir el esfuerzo relativo de las mismas.
- Adaptación de las explicaciones al grado de atención de los alumnos.
- Creación, al menos inicialmente, de agrupamientos homogéneos.
- Aumento de los tiempos de recuperación.
- 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.
- Motivación de los alumnos para que se esfuercen al máximo de sus posibilidades.

## 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 en la ficha individual del alumno de la información recogida. Para ello se utilizarán los siguientes criterios de evaluación:

- Ajusta los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de la actividad, tales como su duración o el espacio donde se realiza.
- Muestra conductas activas para incrementar globalmente la condición física.
- Resuelve problemas motrices seleccionando estrategias de resolución en base a criterios como la eficacia, la economía o la originalidad.
- Ajusta su actuación al conocimiento de sus propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento.

- Dosifica el esfuerzo en carreras largas y adecuadas a su edad, con un ritmo moderado y constante, y con una respiración acompasada.
- Aplica de forma gradualmente autónoma los aprendizajes referidos a las rutinas básicas de los estiramientos.
- Identifica como valores fundamentales el esfuerzo personal y las relaciones que se establecen con el grupo, y actúa de acuerdo con ellos.
- Mantiene una correcta actitud postural en la práctica de actividades.
- Respeta las normas establecidas en las actividades.
- Participa en las actividades físicas, ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones corporales y de movimiento.
- Incrementa globalmente las capacidades físicas básicas de acuerdo con el momento de desarrollo motor.
- Se asea después de las clases.

## UNIDAD DIDÁCTICA 2

# Juego a tenis de mesa

### Objetivos didácticos

- Conocer los principales aspectos del juego del tenis de mesa.
- Familiarizar a los alumnos en la práctica del tenis de mesa.
- Mejorar la coordinación óculo-manual usando implementos.
- Desarrollar la capacidad de control del golpeo con la raqueta.
- Emplear habilidades motrices básicas en juegos de iniciación al tenis de mesa.
- Mejorar la apreciación y anticipación de trayectorias.
- Golpear la pelota con la precisión suficiente para devolverla al otro campo.
- Practicar golpes básicos propios del juego: el saque, el drive, el revés, el globo y el remate.
- Realizar con corrección los golpes básicos más habituales.
- Disfrutar jugando pequeños partidos.
- Participar en un pequeño torneo.
- Utilizar las TIC para consolidar los conocimientos adquiridos.

### Contenidos

- Juegos de iniciación al tenis de mesa.
- Destreza en el manejo y dominio de la raqueta.
- Control del golpeo de la pelota con la raqueta
- Adecuación de la postura a las necesidades motrices de forma económica y equilibrada.
- Discriminación selectiva de estímulos y anticipación perceptiva.
- Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas.
- Golpes básicos propios del juego del tenis de mesa: el saque, el drive, el revés, el globo y el remate.
- Juego real mediante pequeños partidos y un torneo.
- Medidas de seguridad en la práctica de la actividad física.
- Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios.
- Aceptación y respeto de las normas y de las personas que participan en el juego.
- Apreciación del juego como medio de disfrute y de empleo del tiempo de ocio.
- Uso de las TIC como medio para recabar información relativa a la unidad.
- Programa Ludos, apartado Moviland: "Alimentos olímpicos".
- Ficha de trabajo.

### Competencias básicas

**Competencia matemática:** los números, el orden en los saques, control del tanteo..., son hechos que aparecen a lo largo de esta unidad y que están estrechamente vinculados al dominio matemático, y su vivencia a través de la misma sirve para progresar en esta competencia.

**Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:** se contribuye a su desarrollo al tener que realizar muchas de las actividades en un espacio reducido como es la mesa de tenis de mesa, lo que contribuye a la mejora de las posibilidades motrices. También se favorece la adquisición de hábitos de empleo activo del tiempo libre, al impulsar este juego como una

alternativa de ocupación del tiempo de ocio, utilizando las mesas públicas existentes en muchos parques para jugar al tenis de mesa.

**Autonomía e iniciativa personal:** a lo largo de la unidad se deja libertad al alumnado para tomar ciertas decisiones y organizar de forma autónoma algunas actividades, lo que contribuye al desarrollo de esta competencia.

**Tratamiento de la información y competencia digital:** en esta unidad se facilita la utilización de las tecnologías de la información y comunicación al incentivar al alumnado con el programa Ludos como un recurso que sirve de apoyo a la misma.

## Planteamiento didáctico y metodológico

En el área de Educación Física las clases deben ser un proceso vivenciado por el alumno y apoyado por el profesor para facilitar los progresos del niño, y la metodología que se utiliza en ellas es un elemento fundamental que facilita los procesos de aprendizaje.

Los principios metodológicos básicos en los que se fundamenta esta unidad son los siguientes:

- Partir del nivel de desarrollo y las experiencias previas de los alumnos.
- Plantear actividades accesibles y variadas.
- 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.
- Adaptarse a la diversidad de los alumnos
- Fomentar el interés, la cooperación y la participación activa en las sesiones.
- Emplear agrupamientos variados que favorezcan la relación con los demás compañeros.
- Eliminar todo tipo de estereotipos sexistas respecto a la actividad física.
- Motivar adecuadamente a los alumnos.
- Propiciar un clima de comunicación, cooperación y armonía en las relaciones.

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 y se emplea en ocasiones para realizar juegos de persecución en los que se utiliza el material propio del tenis de mesa.
- Dos grupos: la distribución de la clase en dos grupos se utiliza en muchas de las sesiones cuando se hacen dos filas, una a cada lado de la mesa, para practicar los golpes básicos.
- Pequeños grupos: el empleo de grupos reducidos con un número variable de alumnos se produce en las dos últimas sesiones para mejorar el golpeo con la raqueta al tiempo que se favorece la cooperación.
- Parejas: es la distribución que se utiliza en la primera sesión para realizar actividades en las que los alumnos practican actividades de control del golpeo con la raqueta, y en las fases finales de casi todas las sesiones.
- Trabajo individual: se utiliza en las fases iniciales y en la principal de varias sesiones para realizar ejercicios de dominio del golpeo con la raqueta.

## Recursos

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

- Material convencional: raquetas y pelotas de tenis de mesa, mesa de tenis de mesa, red y soportes, aros.
- Instalaciones: gimnasio o sala multiusos.

## Temporalización

Esta unidad se desarrollará en siete sesiones. La realización aproximada de las mismas se llevará a cabo entre finales del mes de octubre y primeros de noviembre.

## Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de conocimiento del material.
- 1 sesión de familiarización con el material y saque.
- 1 sesión de golpes básicos: drive y revés.
- 1 sesión de golpes básicos: globo.
- 1 sesión de golpes básicos: remate.
- 1 sesión de juego real con tanteo.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con el programa Ludos, apartado Moviland: "Alimentos olímpicos".

## Atención a la diversidad

Aunque cada curso que se supera permite a los alumnos mejorar el dominio de su propio cuerpo y aumentar el bagaje motor, los contenidos de esta unidad son muy específicos y por ello pueden plantear dificultades a algún alumno, que se reflejarán en aspectos como el control postural, el mantenimiento del equilibrio, la apreciación de trayectorias, la orientación respecto a la pelota, la coordinación de movimientos para golpear con la raqueta, etc.

En el caso de alumnos con problemas motrices, cada uno realizará las tareas y los juegos de acuerdo con su nivel madurativo, y la misión del profesor no es otra que ayudarle a superar los retos con éxito. Se trata, por tanto, de facilitar las tareas, cambiar normas, dar más intentos, etc., de manera que al finalizar cada sesión hayan podido superar las actividades planteadas y, con ello, se consiga mejorar su autoestima.

De igual manera, podemos encontrarnos con el caso opuesto, y entonces nuestra función será la de ofrecer retos mas complejos 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.
- Estimulación del deseo de experimentar que el niño tiene de forma innata, mediante situaciones que lo favorezcan.
- Aceptación del alumno tal como es, con sus limitaciones, sus dificultades y sus posibilidades.
- Respeto de los intereses del alumno, tomando como punto de partida lo que el niño puede hacer.
- Valoración del trabajo realizado.
- 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.

## 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 a lo largo de todas las sesiones y el registro de la información en la ficha individual del alumno. Se valorarán los siguientes criterios de evaluación:

- Ajusta los movimientos corporales a los cambios de las condiciones de la actividad, tales como su duración y el espacio donde se realiza.
- Orienta el cuerpo en función de la trayectoria de la pelota.
- Se anticipa a la trayectoria y a la velocidad de la pelota, realizando los movimientos adecuados para efectuar el golpeo posterior.
- Golpea la pelota correctamente, con intención de continuidad de la acción.
- Realiza el saque de forma correcta.
- Participa en el juego mostrando actitudes de autoexigencia personal.
- Acepta la competición como una parte del juego, con independencia del resultado final.
- Mantiene una correcta actitud postural en la práctica de la actividad.
- Se asea después de las clases.

## UNIDAD DIDÁCTICA 3

# Juego con materiales alternativos

### Objetivos didácticos

- Conocer y practicar diferentes tipos de juegos y actividades no convencionales.
- Identificar los distintos tipos de materiales que se usan para la práctica de juegos y deportes alternativos.
- Familiarizar al alumno con el nuevo material.
- Consolidar aspectos básicos de la motricidad como la lateralidad, independencia segmentaria, el ajuste corporal, los conceptos espaciales relacionados con el sentido y dirección en acciones de desplazamiento y cambios de velocidad, etc.
- Trabajar los golpes, las conducciones, los lanzamientos y las recepciones con distintos tipos de implementos.
- Desarrollar actitudes de colaboración y cooperación para alcanzar los mismos objetivos.
- Adecuar el ritmo de movimiento al de otros compañeros para lograr el objetivo propuesto.
- Respetar las normas de juego y a los compañeros, independientemente de los resultados obtenidos y de las posibilidades de cada uno de ellos.
- Respetar las normas de seguridad indicadas por el profesor.
- Favorecer el trabajo en equipo.
- Ocupar el tiempo de ocio con actividades relacionadas con los juegos y deportes alternativos.
- Utilizar las TIC para consolidar los conocimientos adquiridos.

### Contenidos

- Juegos y actividades con materiales no convencionales.
- Conocimiento de algunos juegos y deportes alternativos: indias, discos voladores, bádminton, floorball, palas y pelotas gigantes.
- Utilización de diferentes partes del cuerpo y de implementos para golpear, lanzar, recepcionar e interceptar los distintos materiales.
- Ajuste del desplazamiento al de los objetos, modificando la velocidad.
- Trabajo de las trayectorias.
- Lanzamientos y recepciones.
- Adecuación al movimiento con otros compañeros.
- Percepción del entorno y estructuración espacial.
- Habilidades básicas: golpes, conducciones, lanzamientos y recepciones con implementos.
- Cooperación y colaboración con los demás compañeros para lograr el objetivo común.
- Reconocimiento de las posibilidades de los juegos y deportes alternativos como forma de aprovechar el tiempo de ocio.
- Conocimiento de las reglas de los juegos y de las normas de seguridad.
- Uso de las TIC como medio para recabar información y elaborar documentos.
- Programa Ludos, apartado Moviland: “La pandilla investigadora”.
- Ficha de trabajo.

## Competencias básicas

**Competencia social y ciudadana:** los juegos y actividades propuestos favorecen el desarrollo de esta competencia, pues son idóneos para mejorar la cooperación, la solidaridad, el respeto a las diferencias individuales, el trabajo en equipo, la igualdad y la autonomía personal.

**Competencia para aprender a aprender:** a través de los juegos propuestos se ofrece al alumnado un amplio bagaje de posibilidades acordes a sus intereses y aptitudes, y se favorece la transferencia para el aprendizaje de otras actividades físicas y deportivas, lo que tiene como consecuencia un mayor enriquecimiento en la formación de los alumnos.

**Autonomía e iniciativa personal:** se avanza en esta competencia a lo largo de la unidad al hacer hincapié en la importancia de reciclar determinados materiales para la posterior construcción y uso de otros nuevos.

**Tratamiento de la información y competencia digital:** en esta unidad se facilita la utilización de las tecnologías de la información y comunicación al incentivar al alumnado con el programa Ludos como un recurso que sirve de apoyo a la misma.

## Planteamiento didáctico y metodológico

Las actividades que se han planteado para esta unidad se caracterizan por ser lúdicas, variadas y accesibles a todos, permitiendo a los alumnos que experimenten con los materiales y los manipulen, siempre teniendo en cuenta las medidas de seguridad necesarias para evitar posibles accidentes. Se pretende que a través de ellas los alumnos se diviertan y desarrollen un trabajo cooperativo y de colaboración en un clima de respeto y bienestar, estimulando el desarrollo de los ámbitos cognitivo, social y comunicativo.

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

- Partir de las experiencias, de las capacidades, de las necesidades y de los intereses de los alumnos.
- Utilizar el juego como elemento de aprendizaje en las sesiones de la unidad.
- Ofrecer una motivación y refuerzos positivos para alcanzar resultados.
- Proponer retos alcanzables.
- Prestar atención a los materiales evitando posibles daños.
- Ajustar el aprendizaje al nivel de desarrollo del alumno.
- Evitar rasgos discriminatorios.
- Corroborar la funcionalidad de los aprendizajes.

En esta unidad los estilos de enseñanza a utilizar serán variados y dependerán de la actividad a realizar. Se utilizarán los estilos que impliquen activamente al alumno, como el descubrimiento guiado, para desarrollar la creatividad y hacer mayor hincapié sobre el proceso, y también la asignación de tareas, ya que en este curso el alumno es más autónomo y es capaz de llevar a cabo las tareas propuestas de forma más responsable, aunque siempre hay que estar atentos a reforzar conductas o corregir las mismas en caso necesario. También se empleará en algunas sesiones la resolución de problemas.

La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas se estructurará en función del trabajo a realizar:

- Gran grupo: este tipo de organización se emplea ocasionalmente en algunas sesiones de esta unidad, como en la tercera, en la quinta o en la onceava, cuando todos se pasan una pelota gigante.
- Dos grupos: se utiliza esta forma de agrupamiento en algunas sesiones, como en la quinta para hacer una actividad de relevos, o en la sexta para practicar el saque de bádminton.
- Pequeños grupos: el empleo de grupos reducidos con un número variable de alumnos se

produce en bastantes sesiones para realizar actividades y juegos con el material.

- Parejas: esta distribución es utilizada en actividades en las que ambos tienen que manejar juntos el material, y se emplea en la mayoría de las sesiones para hacer pases, golpes, etc. con el compañero.
- Trabajo individual: se emplea en diversas sesiones, en especial cuando se quiere que los alumnos manejen el material para familiarizarse con él, como ocurre al inicio de la fase principal de las sesiones en las que se introduce un nuevo juego o deporte alternativo.

## Recursos

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

- Material convencional: aros, redes, conos, raquetas de bádmiton, volantes, sticks de floorball, pelotas de floorball, palas, pelotas de tenis, bancos suecos, pelotas gigantes.
- Material no convencional: indiacas, tizas de colores, goma elástica, discos voladores, bolos, tizas blancas.
- Instalaciones: pista polideportiva, gimnasio o sala multiusos, 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:

- 2 sesiones de indiacas.
- 2 sesiones de discos voladores.
- 2 sesiones de bádmiton.
- 2 sesiones de floorball.
- 2 sesiones de palas.
- 2 sesiones de pelotas gigantes.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con el programa Ludos, apartado Moviland: "La pandilla investigadora".

## Atención a la diversidad

Para atender a la diversidad del alumnado se deben tener en cuenta las características específicas que presente el grupo de alumnos. Con los que presenten problemas se debe emplear un tipo de aprendizaje que les permita entender la forma de llevar a cabo la actividad, dándoles toda la ayuda necesaria, para que luego sean capaces de realizarla de una forma natural. Esta unidad ofrece un amplio abanico de posibilidades para trabajar un mismo contenido, lo que facilita que las actividades sean accesibles para todos.

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

- Adecuación de las actividades a las características de los alumnos.
- Mantener el interés y la atención de los niños sobre la actividad.
- Reparto de tareas de responsabilidad.
- Realización de juegos sin excesivas reglas, asegurando la buena participación de todos.
- Planteamiento de actividades que presenten un abanico de grados de dificultad y que sean integradoras, evitando las eliminaciones.

- Uso de feedback individual sobre la ejecución y los resultados de las actuaciones de los alumnos.
- Empleo habitual del refuerzo positivo como un elemento motivador.
- Cooperación de todos los alumnos, haciendo hincapié en aquellos que más lo necesiten.

## Evaluación

La evaluación será global y continua, de forma que permita en todo momento conocer el grado de evolución de los alumnos, y que nos permita realizar cuando sea necesario, los cambios oportunos.

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:

- Agarra correctamente los implementos con los que se trabaja en las sesiones.
- Golpea la indiana correctamente.
- Pasa y recibe el disco volador ajustándose a la velocidad y trayectoria.
- Conduce la pelota con el stick.
- Controla mediante golpes las pelotas con las que se practican los distintos juegos.
- Lleva a cabo recepciones correctas.
- Sabe posicionarse en el terreno de juego.
- Controla las trayectorias de los objetos en movimiento.
- Conoce las peculiaridades de los juegos y deportes alternativos.
- Participa de forma activa en los juegos y actividades.
- Respeta las normas de los juegos y a los compañeros.
- Cooperación y colaboración ayudando al compañero.
- Valora los juegos y deportes alternativos como actividad recreativa con la que ocupar los tiempos de ocio.
- Respeta a los compañeros independientemente de los resultados obtenidos.
- Se asea después de las clases.

## UNIDAD DIDÁCTICA 4

# Me inicio en baloncesto

### Objetivos didácticos

- Desarrollar la coordinación dinámica general.
- Aprender nociones sobre algunos gestos técnicos del baloncesto.
- Conocer la posición básica defensiva.
- Realizar distintos tipos de desplazamientos con balón.
- Familiarizarse con el manejo del balón.
- Mejorar el dominio del bote del balón.
- Practicar el bote de protección y el bote de velocidad.
- Coordinar el bote del balón con el desplazamiento.
- Conocer los principales tipos de pase y practicarlos.
- Pasar y recibir con oposición.
- Familiarizar a los alumnos con la técnica del tiro estático.
- Iniciar a los alumnos en la parada en un tiempo y en dos tiempos.
- Automatizar en lo posible la ejecución de las técnicas de parada.
- Iniciar a los alumnos en las entradas a canasta.
- Coordinar el salto con el lanzamiento a canasta.
- Combinar distintos gestos técnicos: bote, pase, paradas, entradas y tiro a canasta.
- Alternar los papeles de atacante y defensor.
- Disfrutar jugando pequeños partidos.
- Conocer las principales reglas del baloncesto.
- Seleccionar respuestas adecuadas ante situaciones concretas de juego.
- Valorar los beneficios que tiene la práctica del baloncesto para la condición física y la salud.
- Respetar a los compañeros y cuidar el material.
- Compartir los recursos materiales que se van a utilizar en las sesiones.
- Utilizar las TIC para consolidar los conocimientos adquiridos.

### Contenidos

- Habilidades y destrezas básicas.
- Formas y posibilidades de movimiento.
- Control y dominio motor.
- Utilización del juego para mejorar la técnica de los desplazamientos y del manejo del balón.
- Técnica defensiva: posición básica defensiva y marcaje del contrario.
- Técnica ofensiva: agarre del balón, bote, pase, lanzamiento a canasta, paradas y entradas.
- Práctica del juego de baloncesto.
- Estrategias básicas: cooperación, oposición y cooperación/oposición.
- Hábitos de colaboración, de trabajo en grupo y de respeto de los espacios y del material.
- Reglas de juego del baloncesto.
- Interés por mejorar su competencia y habilidad motora.
- Participación en las actividades con independencia del resultado obtenido.

- Valoración y aceptación de las posibilidades propias.
- Uso de las TIC como medio para recabar información y elaborar documentos.
- Programa Ludos, apartado Moviland: “Iniciación al baloncesto”.
- Ficha de trabajo.

## Competencias básicas

**Competencia social y ciudadana:** esta unidad contribuye a su desarrollo porque permite 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, aprender a aceptar los errores tanto propios como de los compañeros, etc. Además, su práctica da la posibilidad a los alumnos de realizar una actividad deportiva en su tiempo de ocio, inculcándoles de esa manera hábitos de vida positivos.

**Competencia matemática:** esta unidad permite valorar el hecho deportivo desde una perspectiva matemática mediante el cálculo de distancias, la suma de los puntos logrados, la cuenta de los pasos realizados, la valoración de espacios disponibles, etc.

**Competencia en comunicación lingüística:** esta unidad contribuye al desarrollo de la misma debido a que el baloncesto tiene un lenguaje con muchos términos propios y para el desarrollo de las actividades es preciso que los alumnos tengan actitudes de escucha, atención y discriminación de las palabras empleadas, lo que da una gran riqueza a la comunicación.

**Tratamiento de la información y competencia digital:** en esta unidad se facilita la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación al utilizar el programa Ludos como un recurso que sirve de apoyo a la misma, y también para buscar información y elaborar documentos.

## Planteamiento didáctico y metodológico

Las actividades con balones suelen despertar un gran interés entre los alumnos, derivado de las características lúdicas de los deportes de equipo, y suponen un avance hacia la comprensión de los papeles y la organización táctica de los equipos.

En esta unidad, a través de distintos juegos y actividades, los alumnos van poniendo en práctica todos los distintos elementos que caracterizan este deporte colectivo: un móvil, unas canastas, compañeros, adversarios y unas reglas de juego. El profesor debe controlar esos elementos y evitar el fuerte espíritu competitivo presente a estas edades, potenciando la participación y concienciando a los alumnos de que ganar o perder es una parte más del juego, y que lo importante en realidad es el esfuerzo y las ganas de mejorar.

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

- Tener en cuenta el grado de destreza de cada alumno y ajustarse a él.
- Plantear actividades accesibles y variadas.
- Ajustar las actividades al ritmo de cada alumno.
- Emplear un tratamiento de carácter lúdico, con el juego como medio de aprendizaje.
- Adoptar un enfoque globalizado e integrador.
- Integrar activamente a los alumnos en el trabajo a realizar.
- Construir aprendizajes significativos y vivenciados por los alumnos.
- Evitar la competitividad.
- Desarrollar todas las capacidades del alumno, en función de sus posibilidades.
- 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 que favorezcan la independencia y la autonomía del alumno, como la búsqueda mediante el descubrimiento guiado y la resolución de problemas. La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas se estructurará, en función de la tarea a realizar, de las siguientes formas:

- Gran grupo: este tipo de organización homogénea de los alumnos se emplea en la fase inicial de las sesiones y en ocasiones para realizar algún juego grupal.
- Dos grupos: la división de la clase en dos grupos se realiza generalmente en actividades en las se precisan dos filas, como por ejemplo cuando se trabajan el tiro a canasta, las paradas en uno y dos tiempos, o la entrada a canasta.
- Subgrupos: se utilizan en algunas sesiones para realizar actividades como pases y partidos de juego real.
- Parejas: se emplea en bastantes actividades de algunas sesiones, como por ejemplo al trabajar el manejo del balón, o al practicar pases y recepciones.
- Individual: se utilizará cuando los alumnos deban desplazarse por la cancha realizando actividades como el bote de balón.

Las sesiones se impartirán tanto en gimnasio como en el patio exterior, quedando a juicio del profesor la utilización del espacio más adecuado en cada momento en función del contenido de la sesión, el tiempo atmosférico (lluvia o frío intenso), etc.

## Recursos

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

- Material convencional: balones de baloncesto, aros, bancos suecos, conos, canastas.
- Material no convencional: tizas.
- Instalaciones: pista polideportiva, gimnasio o sala multiusos, 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 mediados de febrero.

## Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de posición básica defensiva.
- 1 sesión de desplazamientos sin y con balón.
- 2 sesiones de bote de balón.
- 2 sesiones de pases.
- 1 sesión de lanzamiento a canasta.
- 2 sesiones de paradas en uno y dos tiempos.
- 1 sesión de entradas a canasta.
- 1 sesión de entradas a canasta y juego real.
- 1 sesión de juego real.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con el programa Ludos, apartado Moviland: "Iniciación al baloncesto".

## Atención a la diversidad

El orden de las sesiones es sólo una referencia y su utilización debe tener en cuenta ante todo la velocidad de adquisición y la progresión del alumno. Si alguno tiene dificultades, el trabajo por nivel de habilidades permite adaptar las sesiones a la evolución de cada niño y seguir la progresión tanto del alumno a nivel individual como del grupo en su conjunto.

Para facilitar el logro de los objetivos propuestos, las medidas a incluir en el caso de alumnos con dificultades 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...
- Flexibilización de los objetivos establecidos en la unidad didáctica para favorecer su consecución.
- Secuenciación de los contenidos, de forma que haya unos mínimos a partir de los cuales puedan plantearse otros de mayor complejidad.
- Empleo de una metodología centrada en el proceso y en el alumno, por medio de modelos de enseñanza guiados mediante la búsqueda.
- Realización de actividades que permitan una graduación en cuanto a su ejecución, para ajustarlas al momento de aprendizaje en que se encuentre el alumno.
- Utilización de un material adecuado a las características generales de la actividad a realizar.
- Realización de una evaluación sin criterios cerrados, manteniendo una cierta flexibilidad en el resultado de la misma.

## Evaluación

La evaluación es una parte importante del proceso de enseñanza, ya que sirve para determinar el grado de consecución de los objetivos y de desarrollo de las competencias básicas planteadas, además de ofrecer una información que facilita la planificación de futuras sesiones.

En esta unidad se propone como procedimiento evaluador la observación directa y el registro de los datos en la ficha de cada alumno. Los criterios a tener en cuenta en la evaluación de los alumnos serán los siguientes:

- Conoce los elementos básicos del baloncesto.
- Maneja los elementos técnicos básicos.
- Conoce los diferentes gestos técnicos.
- Incrementa globalmente la destreza en los aspectos técnicos.
- Pasa al compañero que está desmarcado.
- Juega en equipo.
- Procura desmarcarse cuando no tiene el balón.
- Marca a un contrario cuando tiene que defender.
- Se coloca entre el balón y la canasta cuando tiene que defender.
- Respeta las normas establecidas en las actividades.
- Participa en las actividades, ajustando su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones.
- Se asea después de las clases.

## UNIDAD DIDÁCTICA 5

# Me inicio en balonmano

### Objetivos didácticos

- Iniciar al alumno en los aspectos esenciales del balonmano.
- Asimilar algunos aspectos técnicos ofensivos y defensivos del balonmano a un nivel elemental.
- Adquirir algunos elementos tácticos ofensivos y defensivos del balonmano.
- Conocer los aspectos básicos de las reglas de juego del balonmano.
- Participar en situaciones reales de juego.
- Lograr las habilidades técnicas y tácticas suficientes para permitir jugar a balonmano a un nivel recreativo.
- Respetar a los compañeros y a los contrarios.
- Valorar la competición como una forma de participar en las actividades deportivas y no como un fin en si misma.
- Conocer y valorar los beneficios que tiene la práctica del balonmano para la condición física y la salud.
- Respetar los espacios para la realización de los diferentes ejercicios.
- Compartir los recursos materiales que se van a utilizar en las sesiones y cuidarlos.
- Utilizar las TIC para consolidar los conocimientos adquiridos.

### Contenidos

- Técnica básica ofensiva del balonmano: adaptación del balón, armado de brazo, bote, pase y recepción, ciclo de pasos, lanzamiento a portería, fintas.
- Técnica defensiva elemental del balonmano: posición base, gestoforma del defensor, basculaciones, salidas defensivas.
- Reglas de juego del balonmano.
- Iniciación a los sistemas de juego: zonas y demarcaciones en el terreno de juego, posiciones de los jugadores, etc.
- Contraataques.
- Situaciones de juego real con partidos de balonmano.
- Adquisición de hábitos de colaboración, de trabajo en grupo y de respeto de los espacios y del material.
- Valoración y aceptación de las posibilidades propias.
- Disposición favorable a la superación y el esfuerzo.
- Participación activa en las actividades propuestas, aceptando la existencia de diferencias en el nivel de destreza.
- Respeto de las normas y reglas de juego.
- Disfrute del juego desterrando actitudes violentas y/o sexistas.
- Webquest "Conoce el balonmano".
- Ficha de trabajo.

## Competencias básicas

**Competencia social y ciudadana:** esta unidad didáctica posibilita un gran número de situaciones en las que el alumno tiene que interactuar con sus compañeros al realizar las actividades propuestas, pues éstas en la mayoría de los casos exigen agrupamientos variados como parejas, pequeños grupos, etc.

**Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:** esta unidad contribuye a la mejora de las capacidades físicas básicas y las cualidades motrices, al tiempo que proporciona al alumno hábitos y destrezas saludables que puede trasladar a su vida diaria.

**Autonomía e iniciativa personal:** el desarrollo de esta unidad enfrenta al alumno a situaciones en las que debe mostrar capacidad de superación, de perseverancia y una actitud positiva ante ejercicios de cierta dificultad técnica. Por otra parte, el alumno debe ser respetuoso tanto con el cumplimiento de las reglas de juego como respecto a los compañeros y rivales.

## Planteamiento didáctico y metodológico

El planteamiento metodológico que se emplea en las sesiones es un elemento fundamental de las mismas para facilitar los procesos de aprendizaje. En esta unidad didáctica las clases deben ser un proceso vivenciado intensamente por el alumno para que, con el apoyo del profesor, logre poco a poco profundizar y progresar en el conocimiento del balonmano.

La propuesta didáctica que se plantea será variable en función de los objetivos a conseguir en cada momento, y se basa en los siguientes principios metodológicos:

- Partir del grado de destreza de cada alumno y ajustarse a él.
- Construir aprendizajes significativos y vivenciados por los alumnos.
- Plantear tareas accesibles y variadas.
- Integrar al alumno en las clases, favoreciendo su interactividad.
- Emplear agrupamientos variados que favorezcan la relación con los demás compañeros.
- Adaptarse a la diversidad de los alumnos.
- Desarrollar todas las capacidades del alumno en función de sus posibilidades.
- Fomentar la participación evitando la competitividad.
- Asegurar el máximo control y seguridad en las actividades a realizar.
- Motivar adecuadamente a los alumnos, propiciando un clima de cooperación y armonía en las relaciones.
- Eliminar todo tipo de estereotipos sexistas.

Las técnicas de enseñanza a emplear serán las más adecuadas a cada momento. En esta unidad se utilizará el mando directo junto con otros estilos más participativos como la enseñanza recíproca, el descubrimiento guiado y la enseñanza en grupos reducidos.

Respecto a la organización del grupo, en función de la actividad a realizar, éste se estructurará de diversas formas:

- Gran grupo: se emplea únicamente en el calentamiento.
- Dos grupos: este tipo de agrupamiento se usa en algunas sesiones, como por ejemplo en la nueve y en la diez, para realizar distintas actividades de pases y lanzamientos.
- Subgrupos: se utilizan en algunas sesiones, como en la tercera, para realizar pases y recepciones, o en la séptima, para hacer lanzamientos a portería.
- Parejas: se trabaja así en muchas actividades de algunas sesiones, como por ejemplo al realizar adaptación y manejo del balón, o al practicar pases y recepciones.
- Individual: se usa en ocasiones, por ejemplo para realizar bote de balón.

## Recursos

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

- Material convencional: balones de balonmano, conos, picas, ladrillos de psicomotricidad, aros.
- Instalaciones: pista polideportiva, gimnasio o sala multiusos, aula de informática.

## Temporalización

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

## Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de adaptación y manejo del balón.
- 2 sesiones de pase y recepción.
- 1 sesión de bote de balón.
- 1 sesión de pase y bote de balón.
- 1 sesión de pase y lanzamiento.
- 1 sesión de pase, recepción, bote y lanzamiento.
- 1 sesión de fintas.
- 1 sesión de contraataque.
- 1 sesión de conceptos defensivos.
- 1 sesión de partidos de juego real.
- 1 sesión de trabajo en el aula de informática con la webquest “Conoce el balonmano”.

## Atención a la diversidad

A algunos alumnos, por sus características personales, les puede resultar difícil la adquisición de los aprendizajes básicos que se plantean en esta unidad, tanto técnicos como tácticos, por ello se proponen las siguientes medidas a adoptar en el caso de alumnos que presenten necesidades educativas especiales:

- Valoración inicial del estado de los alumnos con problemas: constitución, grado de desarrollo motor, experiencia previa en la asignatura, actividad física fuera del Centro...
- Flexibilización de los objetivos establecidos en la unidad, para favorecer su consecución.
- Organización de los contenidos de forma que haya unos mínimos a partir de los cuales puedan plantearse otros de mayor complejidad.
- Utilización de una metodología centrada en el proceso y en el alumno, por medio de modelos de enseñanza como el descubrimiento guiado, que permita una intervención mayor y aumente la motivación.
- Realización de actividades que permitan una graduación en cuanto a su ejecución, de forma que se ajusten al momento de aprendizaje en que se encuentre el alumno.
- Utilización de un material adecuado a las características generales de la actividad a realizar.
- Establecimiento de una evaluación sin criterios cerrados, manteniendo un margen de flexibilidad en el resultado final de la misma.

## Evaluación

La evaluación en Educación 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.

A partir de la observación sistemática y continuada de todas las sesiones el profesor podrá obtener diversos datos de cada alumno, como la asistencia a clase, la comparecencia con ropa de deporte, la actitud y el interés, la participación, el esfuerzo, el rendimiento, la responsabilidad, el comportamiento, el cuidado del material, etc.

Además del registro en la ficha de cada alumno de los aspectos anteriores, se propone utilizar en esta unidad los siguientes criterios de evaluación:

- Distingue las diversas acciones técnicas de ataque con y sin balón.
- Conoce las técnicas básicas de defensa.
- Intenta acciones de ataque en situaciones de juego diversas.
- Pone en práctica las nociones de juego aprendidas.
- Incrementa globalmente la destreza en los aspectos técnicos.
- Participa activamente en las tareas propuestas.
- Respeta de las normas establecidas en las actividades, y reconoce su necesidad para una correcta organización y desarrollo de las mismas.
- Ajusta su actuación al conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones.
- Respeta las reglas de juego.
- Cuida el material y colabora en su recogida.
- Se asea después de las clases.

## UNIDAD DIDÁCTICA 6

# Me inicio en voleibol

### Objetivos didácticos

- Iniciar al alumno en el voleibol.
- Conocer las zonas del campo y los puestos de cada zona.
- Mejorar las habilidades básicas relacionadas con el voleibol.
- Conocer y practicar los gestos técnicos básicos del voleibol.
- Mejorar el dominio de los distintos tipos de toques, tanto estáticos como en movimiento.
- Conocer los elementos tácticos básicos para la práctica del voleibol mediante situaciones jugadas.
- Mejorar la atención, la velocidad de reacción, la rapidez y la agilidad.
- Utilizar los gestos técnicos en situaciones de juego real.
- Tomar decisiones motrices en situaciones de juego.
- Coordinar las acciones individuales con las del grupo.
- Colaborar y participar activamente en las sesiones.
- Conocer las reglas básicas del juego.
- Respetar las reglas de juego.
- Favorecer el trabajo en equipo.
- Utilizar las TIC para consolidar los conocimientos adquiridos.

### Contenidos

- Familiarización con el balón de voleibol.
- Práctica de gestos técnicos: toque de dedos, toque de antebrazos, saque y remate.
- Habilidades básicas relacionadas con el voleibol: lanzamientos, saltos, giros, golpeos, desplazamientos...
- Coordinación dinámica general y segmentaria.
- Percepción y estructuración del espacio en relación con el tiempo.
- Orientación espacial situando objetos en relación a otros objetos y a los demás.
- Normas y reglas de juego.
- Respeto hacia las normas y los compañeros.
- Colaboración con los compañeros para lograr los objetivos propuestos.
- Estrategias básicas de juego: cooperación, oposición y cooperación/oposición.
- Integración de los alumnos en las actividades planteadas.
- Mejora de la autonomía y autoestima.
- Ficha de trabajo.
- Uso de las TIC como medio para recabar información y elaborar documentos.

### Competencias básicas

**Competencia social y ciudadana:** esta unidad contribuye a su desarrollo porque en ella se fomenta el respeto, la cooperación, la igualdad y la coeducación, así como la aceptación de las diferencias y limitaciones de los demás, al trabajar desde diferentes roles de juego.

**Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:** esta unidad facilita la práctica del voleibol en otros lugares que no pertenezcan al ámbito educativo, como la playa, el parque, el campo..., lo que favorece y fomenta el respeto hacia el entorno en el que se desarrolle.

**Competencia para aprender a aprender:** jugando al voleibol el alumno desarrolla habilidades para el trabajo en equipo, adquiriendo aprendizajes técnicos, tácticos y estratégicos que puede aplicar y transferir a otros deportes.

## Planteamiento didáctico y metodológico

En esta unidad se pretende que los alumnos tomen contacto con el voleibol, familiarizándose con él a través de juegos y actividades jugadas, con el fin de que además de iniciarse en este deporte valoren, por encima de los aspectos competitivos, las relaciones de grupo, así como la solidaridad, la cooperación y la igualdad de sexos.

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

- Permitir al alumno alcanzar un cierto nivel de éxito en las actividades propuestas, para lograr una mayor motivación y superación.
- Plantear actividades accesibles y variadas, con diferentes niveles de ejecución.
- Ajustar las actividades al ritmo de cada alumno.
- Emplear un tratamiento de carácter lúdico, con el juego como medio de aprendizaje.
- Adaptarse a la diversidad de los alumnos.
- Tener en cuenta el desarrollo biológico, cognitivo y afectivo del alumno.
- Ofrecer refuerzos positivos durante el transcurso de las actividades.
- Garantizar la funcionalidad de los aprendizajes.
- Fomentar el interés, la cooperación y la participación activa en las sesiones.
- Trabajar con agrupamientos mixtos.

En esta unidad los estilos de enseñanza a utilizar serán variados y dependerán de la actividad que se proponga. Se empleará el mando directo, normalmente al principio de la sesión para introducir los contenidos y motivar a los alumnos, y la asignación de tareas a lo largo de la parte principal de las sesiones. También se recurrirá en ocasiones al descubrimiento guiado y la resolución de problemas. Así mismo, se emplearán estilos que favorezcan la participación y la cooperación, como el trabajo por grupos.

La distribución de los alumnos en las sesiones planteadas se estructurará según el trabajo a realizar:

- Gran grupo: este tipo de agrupamiento se emplea sólo en momentos puntuales para dar explicaciones sobre los gestos técnicos a los alumnos.
- Dos grupos: este tipo de organización se utiliza en muchas de las sesiones para realizar toques, saques, remates y algunos juegos.
- Pequeños grupos: a lo largo de las sesiones de voleibol se utiliza esta forma de agrupamiento en diversas ocasiones, habitualmente para trabajar los toques de dedos y de antebrazos.
- Por parejas: se utiliza esta forma de agrupación en la mayor parte de las sesiones, generalmente para practicar los gestos técnicos.
- Trabajo individual: se emplea en la fase inicial de las sesiones, y en la fase principal de alguna sesión, como por ejemplo en la sesión uno para trabajar los desplazamientos.

## Recursos

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

- Material convencional: balones de voleibol, red de voleibol, aros, conos, bancos suecos.
- Material convencional: tizas.
- Instalaciones: pista polideportiva, gimnasio o sala multiusos.

## Temporalización

Esta unidad se desarrollará en doce sesiones. La realización aproximada de las mismas se llevará a cabo entre mediados del mes de abril y principios de junio.

## Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de toque de antebrazos.
- 1 sesión de toque de dedos.
- 2 sesiones de toque de dedos y de antebrazos.
- 1 sesión de saque bajo.
- 4 sesiones de gestos técnicos básicos.
- 1 sesión de remate.
- 1 sesión de rotaciones y juego real.
- 1 sesión de juego real.

## Atención a la diversidad

Para atender a la diversidad del alumnado se debe tomar un conjunto de decisiones de acuerdo a las características específicas que presente el grupo de alumnos. Se pretende con ellas actuar desde la igualdad, garantizando la no discriminación en las tareas propuestas.

Esta unidad ofrece un abanico amplio de posibilidades, donde todos los alumnos pueden aportar algo de sí mismos, y en donde la colaboración y la cooperación de cada uno resultan necesarias para conseguir los objetivos planteados y obtener buenos resultados.

Para facilitar el logro de estos objetivos se tendrán en cuenta las siguientes medidas:

- Elección de formas de agrupamiento que favorezcan el progreso adecuado de los alumnos que más lo necesiten.
- Modificación del material, utilizando balones más ligeros y de poco peso, si la situación lo requiere.
- Autorización para agarrar y soltar el balón en vez de golpearlo, si no puede hacerlo.
- Utilización de otro gesto técnico que sirva para conseguir el objetivo.
- Cambio del tipo de saque, en caso de que no pudiera llevarlo a cabo.
- Cambio en las reglas de juego, manteniendo la misma situación de juego.
- Propuesta de actividades alternativas al alumno que no pueda realizar la clase.
- Establecimiento de diferentes niveles en la dificultad de una tarea planteada.
- Fomento de los grupos mixtos para favorecer la coeducación.

## Evaluación

La evaluación será continua y formativa, de forma que permita en todo momento conocer el grado de evolución de los alumnos y realizar, cuando sea preciso, los cambios oportunos.

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:

- Realiza el toque de dedos con corrección.
- Realiza correctamente el toque de antebrazos.

- Ejecuta bien el saque de seguridad.
- Realiza bien los movimientos del saque de tenis.
- Intenta colocar el balón al compañero.
- Intenta rematar el balón cuando tiene ocasión.
- Se desplaza correctamente en el espacio.
- Aplica acciones técnico-tácticas en las situaciones de juego.
- Participa activamente en las sesiones.
- Respeta las normas en las actividades propuestas.
- Realiza un buen calentamiento.
- Muestra actitudes y hábitos positivos durante el juego, colaborando con los compañeros.
- Se integra en el grupo.
- Se asea después de las clases.

## UNIDAD DIDÁCTICA 7

# Practico juegos de antes

### Objetivos didácticos

- Conocer nuevos juegos populares y ponerlos en práctica.
- Mejorar las habilidades y destrezas motrices aplicándolas a los juegos.
- Desarrollar las capacidades físicas básicas por medios lúdicos.
- Respetar las normas y reglas establecidas en los juegos.
- Desarrollar las estrategias básicas de cooperación y oposición.
- Participar activamente en los juegos, estableciendo relaciones positivas con los demás.
- Desarrollar actitudes de compañerismo, amistad, tolerancia y respeto.
- Aceptar las diferentes posibilidades motrices, tanto propias como de los compañeros.
- Respetar la actuación de los compañeros en los juegos.
- Disfrutar del juego con independencia del resultado del mismo.
- Estimular el empleo de estos juegos como un medio de disfrute del tiempo libre.
- Reconocer como elementos propios del juego el hecho de ganar o perder.
- Valorar el empleo de los juegos populares en el tiempo de ocio.
- Reforzar los conceptos de seguridad en la utilización de materiales y espacios.

### Contenidos

- Los juegos populares como elemento cultural del entorno más próximo.
- Práctica de diversos juegos populares: peonza, carreras de sacos, balón-tiro...
- Utilización de habilidades y destrezas básicas en los juegos populares.
- El juego popular como un recurso lúdico.
- Aceptación de las posibilidades y limitaciones propias y de los demás.
- Valoración de la actuación de los compañeros, por encima del resultado obtenido.
- Conocimiento y conservación de juegos que realizaban nuestros antepasados.
- Participación activa en el desarrollo de los juegos.
- Valor recreativo de los juegos populares.
- Respeto de las normas y reglas básicas de los juegos, así como del rol que toque ejercer.
- Ficha de trabajo.

### Competencias básicas

**Competencia en comunicación lingüística:** los juegos populares son unas prácticas lúdicas transmitidas oralmente a través del tiempo cuyas reglas generalmente se aprenden hablando, escuchando, observando y, sobre todo, jugando.

**Competencia social y ciudadana:** los juegos populares están ligados a unas señas de identidad que se relacionan con el espacio (geografía) y el tiempo (época histórica), y en ese marco de acción adquieren un importante significado social y cultural, y constituyen una forma de aprendizaje de conocimientos y costumbres.

**Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:** está muy relacionada con estos juegos, pues es bastante frecuente que en cada pueblo cuenten con variantes locales que justifican su estrecha relación con el medio más cercano.

**Competencia para aprender a aprender:** la práctica de cada juego popular supone una especie de pequeña sociedad en la que los alumnos aprenden a crear nuevos lazos con el entorno y con su compañeros, así como a emplear mejor su tiempo de ocio.

## Planteamiento didáctico y metodológico

El juego es una actividad característica de la infancia e imprescindible para el adecuado desarrollo físico, psíquico y social de los niños. El juego cumple un papel muy importante en su evolución y es uno de los aspectos que diferencia esa etapa de la vida adulta.

En empleo de los juegos populares en las clases de Educación Física permite ofrecer a los alumnos un modelo de juego diferente al que prevalece hoy en día (aparatos electrónicos, juguetes caros...), un modelo en el que el juego con los amigos y el disfrute del mismo sea es lo principal.

Teniendo en cuenta lo anterior, la propuesta didáctica que se presenta en esta unidad tiene como base los siguientes principios metodológicos:

- Dar explicaciones breves y sencillas de cada juego.
- Realizar juegos que resulten motivadores y favorezcan el desarrollo del alumno.
- Fomentar el trabajo en grupo y la interacción con los compañeros.
- Motivar adecuadamente a los alumnos, propiciando un clima de comunicación y cooperación.
- Promover la confianza y la seguridad del alumno en sí mismo.
- Utilizar los espacios y materiales de forma adecuada y sin peligro, para asegurar siempre el máximo control y seguridad durante la práctica de los juegos.
- Ajustarse al ritmo de cada alumno.

En cada sesión se proporcionará inicialmente a los alumnos una información breve y sencilla sobre el juego a realizar, empleando para ello un estilo de enseñanza expositivo. Durante el resto de la sesión se emplearán otros, como la asignación de tareas, el descubrimiento guiado y la resolución de problemas, en función de la actividad concreta a efectuar, para facilitar al alumno la exploración de los movimientos más adecuados a utilizar en cada juego.

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

- Gran grupo: este tipo de organización se emplea en los calentamientos y en una variante de las cuatro esquinas.
- Dos grupos: esta forma de dividir la clase se utiliza en la tercera sesión para jugar al balón-tiro.
- Pequeños grupos: el empleo de grupos reducidos con un número variable de alumnos se produce en la mayoría de las sesiones, para juegos como la peonza, las carreras de sacos, las cuatro esquinas y la petanca.
- Parejas: esta distribución se utiliza sólo en las variantes de algunas sesiones, como en las de carreras de sacos, las cuatro esquinas y los zancos.
- Trabajo individual: es la forma de trabajar de la sexta sesión, en la que los alumnos tienen que desplazarse sobre los zancos.

## Recursos

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

- Material convencional: pelotas de tenis, conos, pelotas.
- Material no convencional: peonzas de madera o fibra, cuerdas, monedas o chapas agujereadas, tizas, sacos de tela o de plástico, bolas metálicas de 7-8 centímetros de diámetro, boliches de madera de 2-3 centímetros de diámetro, zancos.

- Instalaciones: gimnasio, sala multiusos o pista polideportiva, terreno de tierra o arena.

## Temporalización

Esta unidad se desarrollará en seis sesiones. La realización de las mismas se llevará a cabo durante las últimas clases del mes de junio.

## Actividades

Las actividades a realizar serán las siguientes:

- 1 sesión de peonza.
- 1 sesión de carreras de sacos.
- 1 sesión de balón-tiro.
- 1 sesión de juego a las cuatro esquinas.
- 1 sesión de petanca.
- 1 sesión de zancos.

## Atención a la diversidad

El juego es un recurso didáctico muy útil para abordar la integración de los alumnos con dificultades, y en el caso de los juegos populares se fomenta su participación en las clases, el trabajo en grupo y la cooperación con los compañeros. El mayor problema con el que se pueden encontrar es el relativo a la comprensión de las reglas del juego. Por ello, las medidas generales a emplear en la práctica de los diferentes juegos que componen esta unidad didáctica serán las siguientes:

- Individualización, atendiendo a las características personales de los alumnos.
- Utilización de un enfoque globalizado en el que el alumno sea protagonista.
- Adaptación de los juegos cuando sea preciso a las posibilidades reales del alumno.
- Planteamiento de diferentes grados de dificultad.
- Explicación lo más clara y sencilla posible de las reglas del juego.
- Modificación de reglas si fuera necesario para favorecer el éxito.
- Realización de agrupamientos por niveles de aprendizaje.
- 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.

## Evaluación

La evaluación es una parte fundamental del proceso de enseñanza, ya que sirve para determinar el grado de consecución de los objetivos y de desarrollo de las competencias básicas planteadas, además de ofrecer una información que facilita la planificación de futuras sesiones. En esta unidad se realizará a través de la observación sistemática y el registro de datos en la ficha personal de cada alumno de los siguientes criterios:

- Presta atención a las explicaciones del profesor.
- Participa activamente en los juegos, adaptando el esfuerzo a sus posibilidades.
- Intenta hacerlo bien, aunque su nivel de destreza no sea muy alto.
- Conoce y respeta las reglas de los juegos.
- Acepta su papel en el juego y colabora con sus compañeros.
- Establece buenas relaciones con los compañeros de juego.
- Sobrepone el disfrute del juego al hecho de ganar.

- Utiliza el material correctamente.
- Valora positivamente el uso de estos juegos como una forma de empleo del tiempo libre.
- Adopta normas de higiene.