



Growing together to achieve international success

Extracto de la programación didáctica para el área de EDUCACIÓN FÍSICA

**4º curso de Educación Primaria
Curso 2023/2024**

INSTITUTO ESPAÑOL VICENTE CAÑADA BLANCH

LONDRES

ELABORADA POR EL EQUIPO DOCENTE DE 4º PRIMARIA

1. Extracto de la Programación didáctica para el área de EDUCACIÓN FÍSICA 4º curso de Educación Primaria

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
<p>1.1. Reconocer y valorar la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando los efectos beneficiosos a nivel físico y mental como base de un estilo de vida activo.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	<p>A. Vida activa y saludable.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices básicas: lanzamientos, recepciones, giros, saltos y desplazamientos. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo. - Salud mental: bienestar personal y en el entorno a través de la motricidad. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades en todos los ámbitos (social, físico y mental). - Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas como el exceso de tiempo en el uso de pantallas. Elaboración consensuada de normas para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. <p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pautas de higiene personal relacionados con la actividad física. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: el calentamiento y la vuelta a la calma como mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. - Cuidado y preparación del material según la actividad a desarrollar.
<p>1.2. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	
<p>1.3. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir durante la sesión.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	
<p>1.4. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	
<p>1.5. Cuidar y respetar el material participando de forma segura en su traslado y recogida.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	

<p>2.1. Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p> <p>2.2. Tomar decisiones en contextos de práctica motriz, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p> <p>2.3. Emplear los componentes cualitativos (coordinación y equilibrio) y cuantitativos (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad) de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	<p>B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticas, lúdico-recreativas y cooperativas. Respeto ante las elecciones de los demás. <p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Toma de decisiones: distribución racional del esfuerzo en situaciones motrices individuales. Ubicación en el espacio en situaciones cooperativas y en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Anticipación a las decisiones ofensivas del adversario en situaciones de oposición de contacto. Pase a compañeros desmarcados en situaciones motrices de colaboración u oposición que implican persecuciones e interacciones con un móvil. - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria. Equilibrio estático y dinámico. - Capacidades físicas básicas trabajadas a través del juego motriz. - Habilidades y destrezas motrices básicas: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones. Combinación de habilidades. - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (auditivos, visuales, táctiles,...).
--	---

<p>3.1. Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones negativas que surjan en contextos de actividad motriz.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	<p>A. Vida activa y saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas como el exceso de tiempo en el uso de pantallas. Elaboración consensuada de normas para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. <p>D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto de deportividad. - Gestión emocional: reconocimiento de emociones propias, pensamientos y sentimientos a partir de experiencias motrices. - Habilidades sociales: escucha activa y estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices. - Conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (discriminación por cuestiones de competencia motriz, etnia, género u otras): efectos negativos y estrategias de identificación, abordaje y evitación.
<p>3.2. Respetar las normas consensuadas en clase, así como las reglas de juego y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, valorando la aportación de los participantes y aceptando sus características y niveles de juego.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	

<p>3.3. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialogada y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de violencia.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	
--	--

<p>4.1. Participar activamente en juegos motores y otras manifestaciones artístico- expresivas con arraigo en la cultura propia, tradicional o actual de Cantabria, así como otros procedentes de diversas culturas, contextualizando su origen, su aparición y su transmisión a lo largo del tiempo y valorando su importancia, repercusión e influencia en las sociedades pasadas y presentes.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (auditivos, visuales, táctiles,...). <p>E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. - Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas simples. - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural propia de Cantabria. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. - Deporte y perspectiva de género: ligas masculinas, femeninas y mixtas de distintos deportes. Referentes en el deporte de distintos géneros haciendo hincapié en deportistas cántabros.
<p>4.2. Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas femeninas, masculinas o mixtas, acercándose al deporte federado e identificando comportamientos contrarios a la convivencia independientemente del contexto en el que tengan lugar.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	
<p>4.3. Reproducir distintas combinaciones (dadas y/o elegidas por el maestro) de movimientos o coreografías individuales y grupales que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	

<p>5.1. Desarrollar una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación, aplicando medidas de conservación ambiental.</p> <p>1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE</p>	<p>F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Normas de uso: educación vial para bicicletas. Movilidad segura, saludable y sostenible. - Espacios naturales en el contexto urbano: uso, disfrute seguro y mantenimiento. - Estado del material para actividades en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación ante desperfectos. - Prevención y sensibilización sobre la generación de residuos y su correcta gestión. - Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano: parques, playas, montañas... - Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven como servicio a la comunidad, durante
---	--

la práctica segura de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Temporalización de los proyectos

El proyecto del centro a lo largo del presente curso será “La vuelta a España en 80 días”

<u>PROYECTO 1</u>	Conociendo Andalucía, Galicia, Cantabria, Navarra, Asturias y País Vasco	7 septiembre- 20 diciembre 1º Trimestre.
<u>PROYECTO 2</u>	Viajamos a las CCAA de Islas Canarias, Islas Baleares, Comunidad Valenciana, Aragón, Extremadura y Castilla-León	8 enero – 28 marzo 2º Trimestre
<u>PROYECTO 3</u>	Finalizamos nuestro viaje por Cataluña, Madrid, Castilla La Mancha, La Rioja, Murcia y las ciudades autónomas de Ceuta y Melilla	15 abril- 4 julio 3º Trimestre

2. Metodología

Principios metodológicos de centro

Los principios metodológicos válidos para todas las áreas, actividades y proyectos son:

- El enfoque globalizador de los contenidos, de manera que las actividades realizadas por los alumnos/as supongan una interrelación entre las distintas áreas y propuestas.
- La motivación de los alumnos en el proceso enseñanza-aprendizaje se hará partiendo de situaciones que provoquen su interés y mantengan su atención, bien porque respondan a sus experiencias y necesidades o por su significado lúdico e imaginario.
- La necesidad de garantizar aprendizajes funcionales, asegurando su utilización por parte del alumno/a cuando lo necesite, tanto en la aplicación práctica del conocimiento adquirido, como en su utilización para llevar a cabo nuevos aprendizajes.
- Favorecer el aprendizaje en grupo y en equipo para impulsar las relaciones entre iguales, proporcionando pautas que permitan la confrontación y modificación de los

puntos de vista, coordinación de intereses, tornas de decisiones colectivas, ayuda mutua y superación de conflictos mediante el diálogo y la cooperación, superando con ello toda forma de discriminación.

- La enseñanza será activa: entendida en un doble sentido (por una parte, como modo para que los alumnos/as realicen un aprendizaje autónomo y por otra, para establecer estrategias que le lleven a una actividad en todos los aspectos: manipulativos, motóricos y cognitivos).
- Se tendrá en cuenta la diversidad del alumnado, atendiendo a las peculiaridades de cada grupo, a las características de niños o niñas de variada procedencia y capacidad, de distinto ritmo de aprendizaje, etc.
- Adecuar la utilización de diferentes recursos (materiales, manipulables, textos, audiovisuales e informáticos) a los objetivos que se persiguen.
- La evaluación servirá como punto de referencia para la actuación pedagógica con el fin de adecuar el proceso de enseñanza al progreso real de los alumnos/as.
- El fin de la educación es el pleno desarrollo de la personalidad integral del alumnado. En este desarrollo pueden distinguirse como mínimo dos grandes aspectos: el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional. Es por ello por lo que debemos dedicar tiempo al trabajo de los siguientes objetivos:
 - Adquirir un mejor conocimiento de las emociones propias.
 - Identificar las emociones de los demás.
 - Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
 - Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
 - Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
 - Desarrollar una mayor competencia emocional.
 - Desarrollar la habilidad de automotivarse.
 - Adoptar una actitud positiva ante la vida.

METODOLOGÍA	
MEDIDAS GENERALES	Traer indumentaria adecuada para la actividad física Traerán zapatillas deportivas cómodas y adecuadas para la actividad (evitar zapatillas con plataforma) Utilización de un termo o botellín de agua personal para la hidratación.
AGRUPACIONES	Desde el área de EF se establecerá como objetivos prioritarios: <ul style="list-style-type: none"> ● Crear un buen clima que favorezca la colaboración y el trabajo en equipo. ● Crear un clima afectivo en el en el que cada niño/a sienta aceptado y valorado ● Fomentar la socialización y la capacidad de relación fortaleciendo los vínculos. ● Evitar situaciones en las que los niños/as puedan sentirse incómodos/as (realización en directo de las agrupaciones) y puedan generar “etiquetas”. ● Evitar cualquier tipo de discriminación por diferencias culturales, socioeconómicas y de género en el establecimiento de sus relaciones personales y en la interacción con los demás.

	<p>Con este fin para realizar las agrupaciones tendremos en consideración las siguientes directrices:</p> <p>1º. Planificación de las agrupaciones por trimestres favoreciendo los siguientes tipos de agrupamientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Gran grupo</i> • <i>Dos equipos</i> • <i>Subgrupos de 3/4 equipos</i> <p>No obstante, no dejaremos de lado el <u>trabajo individual</u> para fomentar la autonomía y responsabilidad</p> <p>2º La realización de las agrupaciones se realizarán principalmente por los maestros (cargadas de intencionalidad en respuesta a nuestro propósito) y de forma puntual por parte del alumnado (en dónde tomaremos nota sobre la evolución y los logros alcanzados en este ámbito afectivo-social).</p>
<p>ACTIVIDADES</p>	<p>La temporalización de los contenidos se ha realizado atendiendo a diferentes criterios fundamentalmente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las necesidades de conocimiento del alumnado. • Tratar de responder a la programación GENERAL, centro de interés y eventos del centro • Las unidades didácticas que se presentan contienen diferentes actividades organizadas en función de los objetivos y contenidos, y respondiendo a las características y momento evolutivo de los alumnos/as. Son variadas, y se realizan tanto a nivel individual como en grupo. Por su finalidad, responden a distintos criterios: introducción y motivación, desarrollo, síntesis-resumen, recuperación, evaluación. <p>De forma generalizada, si bien se establece una estructura sesión tipo ésta será susceptible de modificación en función de sus objetivos, saberes básicos, metodología, organización del alumnado, materiales, espacios etc. En la sesión tipo, la primera parte de la sesión son actividades de introducción y motivación, en la segunda parte de desarrollo y aplicación de las ideas, y en la tercera parte de síntesis resumen y vuelta a la calma.</p>
<p>ESPACIOS MATERIALES</p>	<p>Espacios convencionales: patio de recreo, gimnasio, carpa, etc. Espacios no convencionales: se realizarán de forma esporádica actividades aprovechando los alrededores del colegio. Materiales Convencionales: pelotas, aros... Materiales no convencionales: de construcción propia, impresos.</p>

3. Contenidos transversales: British values and protected characteristics.

Desde el área se trabajará transversalmente los llamados “British values”, comunes a los elementos transversales recogidos en nuestra normativa:

- Democracy:

-Realización de votaciones democráticas durante el desarrollo de las clases del área para la toma de diferentes decisiones colectivas.

-The rule of law

-Poster en el aula, en un lugar visible, que muestre: “The rule of law”.

-Individual liberty:

-Fomento de la toma de decisiones individuales, a través de la elección de diferentes

proyectos, trabajos personales y profundizaciones que se desarrollaran en el área.

-Mutual respect for the tolerance of those with different faiths and beliefs and for those without faith:

-Respeto de las diferencias culturales, creencias y niveles de desarrollo intelectual y motriz que puede presentar el alumnado durante el desarrollo de las clases del área.

Además, también se prestará atención al respeto a las protected characteristics (race, religión or belief, gender reassignment, pregnancy and maternity and disability), fomentando el respeto hacia todas las personas y la no discriminación por razones de sexo, raza, religión, creencias y cualesquiera sean las circunstancias personales de los miembros de la comunidad educativa.

4. Evaluación

Momentos de evaluación

- **Inicial.**
- Tiene como objetivo fundamental analizar la situación de cada alumno/a antes de iniciar un determinado proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Su finalidad es tomar conciencia (docentes y alumnos/as) de los puntos de partida, y así poder adaptar dicho proceso a las necesidades detectadas.
- **Continua.**
- Consiste en realizar pruebas de forma periódica a lo largo del proyecto, para valorar el proceso de aprendizaje del alumnado y mejorarlo a medida que transcurre el curso y avanzan los proyectos.
- Su finalidad es valorar la evolución pedagógica del alumno/a y perfeccionar el propio proceso de enseñanza-aprendizaje, tanto el del docente como el del alumnado.
- **Final.**
- Se realiza cuando se termina el periodo de tiempo dedicado a la enseñanza de un determinado contenido. Sirve para detectar qué es lo que el alumno/a no ha acabado de interiorizar, como a determinados aspectos de la enseñanza que se deberían modificar.
- Su finalidad es calificadora, aunque también puede tener una función formativa-reguladora proponiendo a los alumnos/as tareas para los aspectos a mejorar.

		INICIAL	DURANTE EL DESARROLLO DEL PROYECTO (CONTINUA)	FINAL
MOMENTOS DE EVALUACIÓN	¿CUÁNDO?	Comienzo del proyecto	Semanas centrales de desarrollo	Durante y al finalizar cada proyecto

Técnicas e instrumentos

- **La observación, realizada a través de:**

- Listas de control (tareas diarias).
 - Escalas de observación (para comprobar el nivel de implicación en el trabajo en equipo).
 - Trabajo diario en el aula.
 - Participación en el aula.
 - Asambleas de aula (para tratar temas del día a día y para la resolución de conflictos).
- **El análisis de tareas, mediante:**
 - Feedback (para la mejora del rendimiento)
 - Análisis de las producciones digitales o en papel (individuales o colectivas).
 - Análisis de las exposiciones orales (individuales o colectivas).
 - Análisis de las tareas informadas en el aula.
- **Las pruebas, a través de:**
 - Pruebas de composición y desarrollo cooperativas.
 - Pruebas de composición y desarrollo individuales.
- **La autoevaluación, a través de:**
 - Dianas de evaluación
- **La coevaluación, a través de:**
 - Rúbricas de trabajo en equipo (para determinar la evolución y funcionamiento del grupo en el proyecto)
 - Dianas de evaluación (para determinar la implicación de cada uno de los miembros en el trabajo en equipo)

	PARTICIPACIÓN EN EL AULA	RÚBRICAS	DIANAS DE EVALUACIÓN	TRABAJO DIARIO DE AULA	
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN					
			PRUEBAS COOPERATIVAS	PRUEBAS INDIVIDUALES	
			EXPOSICIONES ORALES	PRODUCCIONES EN PAPEL	OBSERVACIÓN DIRECTA

--	--	--	--	--	--	--

Criterios de evaluación y calificación

La ponderación para la calificación de cada trimestre se llevará a cabo en los diferentes criterios de evaluación (punto 1) marcados para el primer ciclo de primaria por la LOE-LOMLOE.