

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA NO PRESENCIAL:
EDUCACIÓN FÍSICA
5.º DE EDUCACIÓN PRIMARIA

INTRODUCCIÓN

Siguiendo la instrucción de 6 de julio de 2020, de la Viceconsejería de Educación y Deporte, relativas a la organización de los centros docentes para el curso escolar 2020/2021, motivada por la crisis sanitaria del Covid19, de determinarse por la autoridad sanitaria la suspensión de la actividad lectiva presencial para uno o varios grupos de convivencia escolar del centro, o para todo el alumnado del mismo, la organización de la atención educativa se adaptará a la enseñanza a distancia, para lo que se tendrá en cuenta la nueva distribución horaria de las áreas/materias que permita una reducción de la carga lectiva compatible con el nuevo marco de docencia. Se establecerán los horarios según la carga lectiva semanal se reducirá en cada materia a 30% las instrumentales y al 50% las específicas, por lo que se reducirá proporcionalmente dicha carga semanal. Las sesiones podrán ser de 45 minutos o una hora.

El horario para impartir la enseñanza digital será elegido por parte del profesorado, en función de los tramos horarios correspondientes según el horario presencial del mismo.

En cuanto a todas las tareas a realizar durante el periodo correspondiente en estado de confinamiento, tendrán como principal objetivo la mejora y continuidad de enseñanza aprendizaje del alumnado.

En el caso de la Educación Física queda reducido a 1 hora semanal.

ELEMENTOS Y DESARROLLOS CURRICULARES

A. Elementos curriculares

La enseñanza de esta área en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

Objetivos

1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.
2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.
3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.
5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.
6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.
7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.

Contenidos

Bloque 1. El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices.

1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.
5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.
10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Bloque 2. La Educación Física como favorecedora de salud.

1. Consolidación de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.
2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.

3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.
5. Valoración del calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación necesarios para prevenir lesiones. Aprecio de la *¿Vuelta a la calma¿*, funciones y sus características.
6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
7. Identificación y aplicación de medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.
8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, *¿vigorexia¿*, anorexia y bulimia).
9. Valoración y aprecio de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.
10. Desarrollo adecuado de las capacidades físicas orientadas a la salud.
11. Preparación autónoma de ropa y calzado adecuados para su uso en una práctica concreta.

Bloque 3. La Expresión Corporal: Expresión y creación artística motriz.

1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.
4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.
5. Experimentación y marcado, a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo, de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía.
6. Comprensión, expresión y comunicación de mensajes, sentimientos y emociones a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad, de manera individual o colectiva.
7. Disfrute y experimentación del lenguaje corporal a través de improvisaciones artísticas y con la ayuda de objetos y materiales.
8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.
9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

Bloque 4. El juego y deporte escolar

11. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
12. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
13. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.

14. Adaptación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
15. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
16. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
17. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
18. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
19. Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
20. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
21. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
22. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
23. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.
24. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

B. Desarrollos curriculares

Criterios de evaluación:

Criterio de evaluación: 2. Crear representaciones utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos, demostrando la capacidad para comunicar mensajes, ideas, sensaciones y pequeñas coreografías con especial énfasis en el rico contexto cultural andaluz.

Orientaciones y ejemplificaciones

La intención es valorar la capacidad para comunicar de forma comprensible, tanto individual como colectivamente, sensaciones, mensajes, ideas; ayudándose para ello del gesto, mímica y el movimiento. Se pueden realizar tareas que parten de un lugar imaginario (castillo, selva, zoológico...), en las que se interactúa de forma figurativa como los personajes que actúan y viven en ese lugar. También podemos utilizar el cine mudo como herramienta para alcanzar estas capacidades comunicativas y expresivas, ¿seríamos capaces de representar una obra de teatro imitando este género del cine?

Objetivos

1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.
3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

Contenidos

Bloque 1. El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices.

- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.

Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz.

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.
- 3.5. Experimentación y marcado, a través de movimientos y los recursos expresivos del cuerpo, de aquellos palos flamencos más representativos de Andalucía.
- 3.6. Comprensión, expresión y comunicación de mensajes, sentimientos y emociones a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad, de manera individual o colectiva.
- 3.7. Disfrute y experimentación del lenguaje corporal a través de improvisaciones artísticas y con la ayuda de objetos y materiales.
- 3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.
- 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

Competencias clave

CAA: Aprender a aprender

CEC: Conciencia y expresiones culturales

Indicadores

- EF1. Crea representaciones utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos. (CEC, CAA)
- EF2. Comunica mensajes, ideas, sensaciones y participa en pequeñas coreografías, utilizando el cuerpo y el movimiento como recursos expresivos y con especial énfasis en el rico contexto cultural andaluz. (CEC).

Criterio de evaluación: 4. Relacionar los conceptos específicos de Educación física con los de otras áreas al practicar actividades motrices y artístico-expresivas.

Orientaciones y ejemplificaciones

En el área de Educación Física se trabajan multitud de conceptos mediante juegos y actividades motrices. A través de estos elementos curriculares se pretende evaluar si se es capaz de relacionar los conceptos aprendidos en otras áreas con la práctica que se realiza. Lenguaje, Matemáticas, Naturales,

Sociales, Artística y Ciudadanía son áreas cuyos contenidos se pueden relacionar perfectamente con Educación física a través de juegos, actividades motrices, trabajos, exposiciones, representaciones, etc..

Objetivos

2. Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.
3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.

Contenidos

Bloque 1. El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices.

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.10. Adaptación y resolución de la ejecución de las habilidades motrices a resolución de problemas motores de cierta complejidad, utilizando las habilidades motrices básicas eficazmente.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Bloque 2. La Educación Física como favorecedora de salud.

- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, vigorexia, anorexia y bulimia).

Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz.

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

Bloque 4. El juego y deporte escolar.

- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CMCT: Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

CEC: Conciencia y expresiones culturales

Indicadores

EF1. Relaciona los conceptos específicos de educación física con los de otras áreas al practicar actividades motrices y artístico-expresivas. (CMCT, CAA, CEC, CSYC, CCL)

Criterio de evaluación: 5. Reconocer e interiorizar los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y valorar la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal responsable.

Orientaciones y ejemplificaciones

Es importante saber si se establecen relaciones entre lo aprendido y la puesta en práctica de hábitos saludables y para ello se pueden utilizar estos elementos curriculares. Se tendrá en cuenta la predisposición a realizar ejercicio físico evitando el sedentarismo, a mantener posturas correctas, a alimentarse de manera equilibrada y a asearse correctamente.

A través de un mural, expuesto en el aula, se pueden puntuar los hábitos saludables que se practican a lo largo de la semana (me siento correctamente en la silla, ayer comí fruta, traigo la bolsa de aseo, por la tarde jugué en la calle, después de jugar me lavo la cara y manos, etc.).

Objetivos

4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.

Contenidos

Bloque 1. El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices.

- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

Bloque 2. La Educación Física como favorecedora de salud.

- 2.1. Consolidación de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal.
- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.
- 2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.

- 2.5. Valoración del calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación necesarios para prevenir lesiones. Aprecio de la *¿Vuelta a la calma¿*, funciones y sus características.
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.7. Identificación y aplicación de medidas básicas de prevención y medidas de seguridad en la práctica de la actividad física. Uso correcto de materiales y espacios.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, *¿vigorexia¿*, anorexia y bulimia).
- 2.9. Valoración y aprecio de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud.
- 2.10. Desarrollo adecuado de las capacidades físicas orientadas a la salud.
- 2.11. Preparación autónoma de ropa y calzado adecuados para su uso en una práctica concreta.

Competencias clave

CAA: Aprender a aprender

CSYC: Competencias sociales y cívicas

Indicadores

- EF1. Reconoce e interioriza los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud. (CAA). (CAA)
- EF2. Valora la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal responsable. (CSYC)

Criterio de evaluación: 7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.

Orientaciones y ejemplificaciones

Con estos elementos curriculares se pretende tener en cuenta la reflexión que se realiza de la propia realidad corporal y la de otras personas. A través de la observación se evaluará si se acepta y valora el propio cuerpo así como el de otros. Se atenderá a las habilidades sociales como tener en cuenta a las demás personas, evitar discriminaciones, respetar diferentes opiniones y posibilidades motrices de otros o evitar estereotipos y prejuicios. Esta perspectiva se puede reflejar a través de un pasaporte en el que, a lo largo del curso, se anota con qué compañeros o compañeras se ha formado parejas y grupos para realizar una actividad.

Objetivos

1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.

Contenidos

Bloque 1. El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices.

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.2. Conocimiento y puesta en marcha de técnicas de relajación para toma de conciencia y control del cuerpo en reposo y en movimiento.
- 1.3. Adaptación del control tónico y de la respiración al control motor para adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices de forma equilibrada.

- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.
- 1.5. Discriminación selectiva de estímulos y de la anticipación perceptiva que determinan la ejecución de la acción motora.
- 1.6. Ejecución de movimientos sin demasiada dificultad con los segmentos corporales no dominantes.
- 1.7. Equilibrio estático y dinámico en situaciones con cierta complejidad.
- 1.8. Estructuración espacio-temporal en acciones y situaciones motrices complejas que impliquen variaciones de velocidad, trayectoria, evoluciones grupales.
- 1.9. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando autonomía personal y autoestima y confianza en sí mismo y en los demás.
- 1.11. Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor en la actividad física.

Competencias clave

CSYC: Competencias sociales y cívicas

Indicadores

EF1. Valora, acepta y respeta la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica. (CSYC)

Criterio de evaluación: 8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas que se pueden realizar en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

Orientaciones y ejemplificaciones

Teniendo como referente el entorno andaluz se pretende que se adquiera un amplio conocimiento de juegos y actividades artísticas y deportivas y que, mediante la práctica de las mismas, se valore el trabajo en equipo, la satisfacción y bienestar de su desarrollo, las relaciones personales y el carácter integrador entre los participantes. Este conocimiento de juegos puede quedar reflejado a través de la elaboración de una guía, en la que se recopilen todas las actividades realizadas durante el curso, incluso si se practican fuera de la escuela.

Objetivos

6. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades.

Contenidos

Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz.

- 3.1. Exploración, desarrollo y participación activa en comunicación corporal valiéndonos de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal.
- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.3. Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. Coordinaciones de movimiento en pareja o grupales, en bailes y danzas sencillos.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.
- 3.8. Escenificación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización de técnicas expresivas.

Bloque 4. El juego y deporte escolar.

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.3. Práctica de juegos y actividades pre-deportivas con o sin implemento.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.7. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- 4.10. Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- 4.11. Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.
- 4.12. Valoración del juego y las actividades deportivas. Participación activa en tareas motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.

Competencias clave

CSYC: Competencias sociales y cívicas

CEC: Conciencia y expresiones culturales

Indicadores

- EF1. Conoce y valora la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas que se pueden realizar en la Comunidad Autónoma andaluza. (CEC, CSYC)

Criterio de evaluación: 9. Mostrar una actitud de rechazo hacia los comportamientos antisociales derivadas de situaciones conflictivas.

Orientaciones y ejemplificaciones

Al realizarse actividades físicas y motrices pueden dar lugar a situaciones conflictivas: no saber perder, no respetar al que gana, burlarse del que pierde, discriminar e insultar al que no tiene gran dominio motriz, no respetar normas y reglas del juego. Todas estas situaciones deben ser evitadas. Se comprobará si se muestra la actitud contraria y de rechazo a estos comportamientos antisociales. Además se tendrá en cuenta la participación, interés y actitud por dialogar y debatir para mantener y procurar un ambiente positivo y sano con los demás.

Objetivos

5. Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

Contenidos

Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz.

- 3.9. Valoración, aprecio y respeto ante los diferentes modos de expresarse, independientemente del nivel de habilidad mostrado.
- 3.10. Control emocional de las representaciones ante los demás.

Bloque 4. El juego y deporte escolar.

- 4.2. Aprecio del juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales, fuente de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.
- 4.8. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CSYC: Competencias sociales y cívicas

Indicadores

- EF1. Participa en debates respetando las opiniones de otros. (CCL)
- EF2. Expresa una actitud de rechazo hacia los comportamientos antisociales derivadas de situaciones conflictivas. (CSYC)

Criterio de evaluación: 12. Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa y compartirla utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial.

Orientaciones y ejemplificaciones

Con este conjunto de elementos curriculares se pretende valorar cómo se extrae información utilizando las TIC para realizar actividades y compartirlas. Así pues, todos los trabajos de investigación, presentaciones digitales y actividades con enfoque TIC son buenas herramientas para desarrollar estos elementos curriculares, destacando el papel de la lectura comprensiva como recurso para acceder a la información.

Objetivos

7. Utilizar las TIC como recurso de apoyo al área para acceder, indagar y compartir información relativa a la actividad física y el deporte.

Contenidos

Bloque 1. El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices.

- 1.1. Exploración de los elementos orgánico-funcionales implicados en las situaciones motrices habituales.
- 1.4. Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.

Bloque 2. La Educación Física como favorecedora de salud.

- 2.2. Valoración de los efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables.
- 2.3. Indagación y experimentación del acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices. Mantenimiento de la flexibilidad, desarrollo de la resistencia y ejercitación globalizada de la fuerza y la velocidad.

- 2.4. Sensibilización con la prevención de lesiones en la actividad física. Conocimiento y puesta en práctica de distintos tipos de calentamiento, funciones y características.
- 2.6. Conocimiento de los sistemas y aparatos del cuerpo humano que intervienen en la práctica de la actividad física.
- 2.8. Aprecio de dietas sanas y equilibradas, con especial incidencia en la dieta mediterránea. Prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación (obesidad, vigorexia, anorexia y bulimia).

Bloque 3. La Expresión corporal: Expresión y creación artística motriz.

- 3.2. Indagación en técnicas expresivas básicas como mímica, sombras o máscaras.
- 3.4. Identificación y disfrute de la práctica de bailes populares autóctonos de gran riqueza en Andalucía, con especial atención al flamenco y los procedentes de otras culturas.

Bloque 4. El juego y deporte escolar.

- 4.1. Investigación, reconocimiento e identificación de diferentes juegos y deportes.
- 4.5. Conocimiento y uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- 4.6. Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- 4.13. Experimentación de juegos populares, tradicionales de distintas culturas y autóctonos con incidencia en la riqueza lúdico-cultural de Andalucía.
- 4.14. Investigación y aprecio por la superación constructiva de retos con implicación cognitiva y motriz.

Competencias clave

CCL: Competencia en comunicación lingüística

CD: Competencia digital

CAA: Aprender a aprender

Indicadores

- EF1. Extrae, elabora y comparte información relacionada con temas de interés en la etapa. (CD, CCL)
- EF2. Utiliza fuentes de información determinadas y hace uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial. (CAA, CCL, CD)

C. Unidades didácticas: secuenciación y temporización

Misma temporalización y unidades didácticas que en la presencial.

E. Metodología

La metodología que utilizaremos para la actividad lectiva no presencial se asienta sobre la plataforma G Suite for Education, pudiendo realizar clases telemáticas a través de Google Meet y gestionar las actividades sobre Classroom.

La comunicación además se complementará con correos electrónicos y llamadas de teléfono en casos concretos y excepcionales.

Será lo más activa, participativa y motivadora posible.

En las clases telemáticas se realizarán explicaciones, corregiremos las actividades de forma que el alumnado pueda participar y resolveremos dudas.

Pediremos envío de trabajos a través de la plataforma, para realizar el seguimiento del alumnado.

F. Materiales y recursos didácticos

- Classroom.
- Drive.
- Correos electrónicos.
- Tutoriales.
- Recursos digitales.

G. Precisiones sobre la evaluación

Procedimientos e instrumentos de evaluación:

- a) Observación directa del alumno/a en las clases telemáticas. Classroom.
- b) Puntualidad a la hora de entrega.
- c) Pruebas objetivas: cuestionarios y trabajos.
- d) Esfuerzo, motivación y participación en clase.
- e) Normas establecidas en el ROF que hagan referencia a: actitud, respeto, interés, comportamiento, etc.

Criterios de calificación:

Para los criterios de evaluación se utilizará fundamentalmente, las tareas recibidas, su adecuada ejecución, orden y limpieza en la presentación de las mismas en la libreta, trabajos y pequeños proyectos. También se trabajará con cuestionarios y se valorará la participación en las clases telemáticas.

En la asignatura de Ed. Física se valorará el 70% de las tareas y trabajos diarios (se valorará la presentación, puntualidad, respuesta adecuada...), y un 30% la calificación de las tareas.

H. Medidas de acción tutorial

En el horario hay una hora quincenal dedicada a la acción tutorial abierta a la reflexión, y adecuación de actividades, con el fin de detectar necesidades comunes que pueda tener el grupo-clase. Es importante que intervengan en el diálogo el grupo clase, para que sea un momento de socialización, integración, diálogo, resolver dudas o miedos que puedan tener, ayudando y afianzando la conexión del grupo clase, que en esos momentos no están juntos.

Se mantendrá un contacto constante con los alumnos/as y sus familias para ayudarles a organizar el trabajo de sus actividades escolares. Para el alumno/a que presenta dificultades por su desarrollo educativo

y emocional, se realizará un contacto más personal y específico con las familias, para hacer un seguimiento más exhaustivo y pormenorizado, de forma que el alumno/a pueda seguir el aprendizaje a su propio ritmo, ayudando mediante refuerzo en las dificultades encontradas.

Se tendrán siempre en cuenta las situaciones personales de cada familia.