

Debido a la situación de PANDEMIA, establecemos un protocolo específico en la materia de EDUCACIÓN FÍSICA. Covid-19

No hay cambio de ropa en ningún momento. (El día que tienen E.F) vienen con la ropa deportiva del colegio durante todo el día.

Todas las clases de Educación Física se realizarán en espacios abiertos, YA PODEMOS establecer espacios cerrados como el gimnasio, cueva o polideportivo de la Universidad.

Queda aplazado/ suspendido la actividad de piscina climatizada para los cursos de 3º y 5º de Primaria hasta nuevo aviso.

No se podrán realizar actividades de contacto con compañeros o evitarlo en todo lo posible al igual que hay que procurar que el material de educación física sea individual no colectivo.

## AREA: EDUCACIÓN FÍSICA

### CURSO: 3º ED. PRIMARIA

Nivel: 3º Primaria		
Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
<p>- 1.Desarrollo de habilidades motrices (desplazamiento, salto, manipulación de objetos, giro...) Realización correcta de los gestos y mantenimiento del equilibrio. UD 1-5</p> <p>-2 Desarrollo de las habilidades corporales artístico-expresivas en forma individual o en grupo. Danza. UD 6-8-9</p> <p>-3 Iniciación a las tácticas de defensa y ataque. Utilización de estrategias básicas en situaciones de cooperación y cooperación-oposición en la práctica de juegos colectivos. Iniciación a la</p>	<p>1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.2. Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.3. Adapta las habilidades motrices básicas de</p>

<p>táctica en juegos predeportivos. Resolución de situaciones motrices sencillas que requieran acciones motrices de cooperación u oposición. UD 10</p> <p><u>4. Reconocimiento del propio cuerpo</u></p> <p>-5 Reconocimiento y adopción de hábitos de manera regular relacionados con la actividad física que repercutan positivamente sobre la salud. Práctica de actividad física como elemento esencial para prevenir la obesidad infantil y mejorar las capacidades físicas básicas. Identificación y adopción de hábitos correctos para compensar el sedentarismo. UD 1-10</p> <p>-6 Dosificación del esfuerzo. Mejora del nivel de las capacidades físicas. UD 1-10</p> <p>-7 Valoración del esfuerzo para superar las dificultades y desarrollar las capacidades físicas propias. Respecto a la diversidad de capacidades físicas de los demás. UD 6</p> <p>- 8 Conocimiento de distintos juegos y actividades físico-deportivas UD 7 Y 10</p> <p>-9 Valoración del deporte. Juego limpio. Cuidado del entorno natural. Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas. UD 7 Y 10</p>	<p>2. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.</p> <p>3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.</p> <p>4. Relacionar los conceptos específicos de educación física y los introducidos en otras áreas con la práctica de actividades físico-deportivas y artístico- expresivas.</p>	<p>manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etcétera) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.</p> <p>1.4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes corporales y los dos sentidos y ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.</p> <p>1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.</p> <p>1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.</p> <p>2.1. Representa personajes, situaciones, ideas y sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos.</p> <p>2.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.</p> <p>2.3. Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas representativas de distintas culturas y distintas épocas, siguiendo una coreografía establecida.</p> <p>2.4. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.</p>
---	---	---

<p>-10 Manifestación de respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos. UD 1-10</p> <p>-11 Valoración del juego limpio .El respeto a las reglas .El afán de superación. UD1-10</p>	<p>5.Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.</p> <p>6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.</p> <p>7. Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva y crítica.</p> <p>8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas. NATACIÓN</p> <p>9. Opinar coherentemente con actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, y aceptando las opiniones de los demás.</p>	<p>3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.</p> <p>3.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.</p> <p>4.1. Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.</p> <p>4.2. Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.</p> <p>4.3. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.</p> <p>5.1. Tiene interés por mejorar las capacidades físicas.</p> <p>5.2. Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.</p> <p>5.3. Describe los efectos negativos del sedentarismo, de una dieta desequilibrada y del consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias.</p> <p>5.5. Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.</p> <p>6.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.</p> <p>6.2. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.</p> <p>6.3. Identifica su nivel comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades</p>
---	--	---

	<p>10. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.</p> <p>11. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>	<p>físicas y coordinativas con los valores correspondientes a su edad.</p> <p>7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños de la clase.</p> <p>8.1. Se desplaza en el agua la distancia de 15m a cualquier estilo.</p> <p>9.1. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.</p> <p>9.2. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</p> <p>10.1. Utiliza los espacios naturales como El Bosquecillo respetando la flora y la fauna del lugar.</p> <p>11.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.</p> <p>11.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.</p> <p>11.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.</p> <p>11.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.</p> <p>11.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p>
--	--	--

**UNIDADES DIDÁCTICAS:**

**UD 1. DESPLAZAMIENTOS**

**UD 2. LANZAMIENTOS**

**UD 3. RECEPCIONES**

**UD 4. SALTOS**

**UD 5. EQUILIBRIO**

**UD 6. ESQUEMA CORPORAL**

**UD 7. NATACIÓN**

**UD 8. PERCEPCIÓN ESPACIAL**

**UD 9. EXPRESIÓN CORPORAL**

**UD10. JUEGOS POPULARES, TRADICIONALES Y COOPERATIVOS**

**Temporalización.**

**1º Evaluación:**

**3º A**

<b>NATACIÓN.</b> Aspecto del Boletín. PESO 7. Visible.
<b>HABILIDADES Y DESTREZAS.</b> Aspecto del boletín. Peso 5. Visible.
<b>EQUILIBRIO.</b> Aspecto del Boletín. Peso 5. Visible.
<b>COMPORTAMIENTO.</b> No boletín. Peso 2. No visible.
<b>UNIFORMIDAD.</b> No boletín. Peso 1. No visible.

**3º B**

<b>PERCEPCIÓN ESPACIAL.</b> Aspecto del boletín. Peso 7
<b>HABILIDADES Y DESTREZAS.</b> Aspecto del Boletín. Peso 7
<b>ESQUEMA CORPORAL.</b> Aspecto del Boletín. Peso 7
<b>COMPORTAMIENTO.</b> No Boletín. Peso 2
<b>UNIFORMIDAD.</b> No Boletín. Peso 1

**En la segunda evaluación** se trabajaría lo que se ha hecho en la 1º ev. Pero cambiando el curso.

**3º Evaluación:**

<b>HABILIDADES Y DESTREZAS.</b> Aspecto del boletín. PESO 7
<b>EXPRESIÓN CORPORAL.</b> Aspecto del boletín. PESO 7
<b>JUEGOS Y POPULARES, TRADICIONALES Y COOPERATIVOS.</b> Aspecto del boletín. PESO 7

**COMPORTAMIENTO. No visible. No boletín. Peso 2**

**UNIFORMIDAD. . No visible. No boletín. Peso 1**

### Procedimientos e instrumentos de evaluación.

#### **OBSERVACIÓN**

Mediante la observación directa, se cumplimentará una “tabla de observación” donde se recogerá la consecución o no de los objetivos a conseguir en cada unidad didáctica.

Mediante la observación directa, se cumplimentará una “tabla de observación” donde se reflejará el comportamiento y la actitud de cada alumno durante la sesión realizada.

La evaluación de la uniformidad se realizará a partir de las anotaciones llevadas a cabo en una “hoja de registro” sobre la adecuada indumentaria (chándal, o ropa oficial, zapatillas, calcetines) o la ausencia o lo inadecuada de esta.

### Criterios de evaluación

La nota de cada evaluación de Ed. Física se obtiene de la siguiente manera:

**Hoja de observación de la sesión de evaluación:** Supone un peso 7 dentro de la materia de Educación Física. e anotaré la puntuación de cada objetivo en una escala de 4 a 10. Se realizará una media aritmética de las distintas puntuaciones para obtener la calificación del contenido trabajado.

**Hoja de comportamiento:** Supone un peso 2 en la materia de Educación Física. Se partirá de la nota 10 y conforme el alumno se comporte de manera inadecuada, de acuerdo o no con los ítems establecidos en la hoja de registro, se le restará 0,5 puntos.

**Hoja de Uniformidad:** Supone un peso 1 en la materia de Educación Física. Se partirá de 10 puntos y cada vez que el alumno acuda sin la indumentaria para realizar educación Física, establecida al principio de curso y registrada en las normas del uso del uniforme, se le restará 1 punto.

Una vez obtenida las notas, se hace una ponderación atendiendo a los pesos otorgado a los distintos contenidos:

**La calificación de final de trimestre, se redondeará al alza.**



**La calificación de final de curso, será la media aritmética de las tres evaluaciones.**

**CALIFICACIONES:**

- 0-4 INSUFICIENTE
- 5 SUFICIENTE
- 6 BIEN
- 7- 8 NOTABLE
- 9-10 SOBRESALIENTE.

**Medidas ordinarias de Atención a la Diversidad**

Se tomarán las medidas oportunas para aquellos alumnos que presenten dificultades en la realización de los movimientos básicos (Patrones motores)), adaptando el material, las situaciones de juego, los instrumentos de señalización, nivel de exigencia. A todos ellos se les reforzará positivamente.

Para aquellos alumnos de ACNEE, se realizará una adaptación curricular significativa adecuando las sesiones a su nivel de competencia curricular.

**Materiales y recursos didácticos.**

**Material propio de Educación Física. Bosquecillo, gimnasio del colegio y patio del colegio.**

**Actividades complementarias :**

**Realización voluntaria del cross escolar municipal con la participación de los alumnos de la clase, en el primer trimestre, con la posibilidad de seguir compitiendo si el alumno/ o equipo se clasifica.**

**Excursión a nuestro entorno natural ( Herrería, ermita, Silla de Felipe II y Castañar )**

**Recopilación por parte de los alumnos de juegos populares , tradicionales y cooperativos en los que prevalezca la vida sana.**

**Día del deporte, organizado por todo el colegio .**