

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 preferentemente, pudiendo 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: 5º E.P. ED. PRIMARIA

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
Condición Física. Ejercicio físico. UD. 1 Capacidades físicas: resistencia, flexibilidad, velocidad, fuerza. UD. 1 Hábitos saludables de higiene y alimentación. UD. 1 La frecuencia cardiaca. UD. 1 Valoración del esfuerzo. UD. 1-8 Respeto a la diversidad de capacidades físicas. UD. 1-8	1. Reconocer los efectos del ejercicio físico como mejora de las capacidades físicas. 2. Reconocer los efectos del ejercicio físico sobre la salud y el bienestar personal. 3. Reconocer los efectos que tiene la alimentación, la higiene sobre la salud y el bienestar personal. 4. Mantener una postura corporal beneficiosa para la salud.	1.1. Muestra interés por mejorar las capacidades físicas. 1.2. Adapta y aumenta el nivel de las capacidades físicas dosificando el esfuerzo. 1.3. Conoce sus posibilidades y límites en la realización del ejercicio físico. 2.1 Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud. 2.2 Conoce los efectos negativos del sedentarismo.

	<p>5. Valorar y aceptar la propia realidad corporal y la de los demás.</p>	<p>3.1 Identifica los riesgos que acarrea una dieta desequilibrada, el consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias.</p> <p>4.1 Mantiene una actitud postural beneficiosa para su salud corporal.</p> <p>5.1 Respeta la capacidad física propia y la de los demás.</p> <p>5.2 Toma conciencia de las exigencias que suponen los aprendizajes de nuevas habilidades.</p>
<p>Iniciación deportiva. UD. 2-5</p> <p>Deportes individuales UD. 5</p> <p>Deportes colectivos UD. 2,3, y 4</p> <p>Natación. UD. 5</p> <p>Flotabilidad, inmersión, Bote, golpeo, lanzamientos, desplazamientos. UD. 2,3,4 y 5</p> <p>Baloncesto. UD. 3</p> <p>Beisbol. UD. 2</p> <p>Hockey. UD. 4</p> <p>Técnica, táctica y estrategia deportiva. UD. 2,3 y 4</p> <p>Los valores de la competición. UD. 1-8</p> <p>El juego limpio. UD. 1-8</p> <p>El respeto a las reglas. UD 1-8</p> <p>El afán de superación. UD 1-8</p>	<p>1. Adaptar los movimientos de las habilidades y destrezas básicas a los propios del gesto deportivo que se practique.</p> <p>2. Resolver retos tácticos propios del juego y del deporte.</p> <p>3. Aplicar los principios y reglas propias de cada deporte para resolver las situaciones motrices que se planteen.</p> <p>4. Reconocer las funciones que tiene los componentes del equipo de cada deporte practicado.</p> <p>5. Demostrar un comportamiento personal y social responsable,</p>	<p>1.1. Adapta sus movimientos a distintos entornos.</p> <p>1.2. Utiliza las habilidades básicas para resolver situaciones motrices.</p> <p>1.3. Realiza gestos técnicos propios del deporte practicado.</p> <p>2.1. Resuelve situaciones tácticas de manera individual y colectiva.</p> <p>3. 1. Conoce la reglamentación y la aplica a los distintos deportes.</p> <p>4.1. Acepta su función y la de los demás dentro del grupo.</p> <p>5.1. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.</p> <p>5.2 Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</p> <p>6.1. Cumple con las reglas de los juegos y actividades propuestas.</p>

	<p>respetándose a sí mismo y a los otros.</p> <p>6. Aceptar las normas y reglas establecidas.</p> <p>7. Actuar con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.</p>	<p>7.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.</p> <p>7.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones.</p>
<p>Habilidades corporales artístico expresivas. UD. 6</p> <p>Lenguaje no verbal. UD. 6</p> <p>La danza. UD. 6</p>	<p>1. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo de forma creativa y estética para expresar ideas, sensaciones, sentimientos e ideas.</p> <p>2. Adaptar los movimientos corporales al ritmo de la danza.</p> <p>3. Realizar una coreografía sencilla.</p> <p>4. Conocer la riqueza cultural de otros países.</p>	<p>1.1. Representa personajes, situaciones, ideas y sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo de manera individual, en parejas o grupos.</p> <p>2.1. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales.</p> <p>7.1. Conoce y lleva a cabo danzas sencillas representativas de distintas culturas siguiendo una coreografía establecida.</p> <p>4.1. Conoce danzas sencillas representativas de distintas culturas.</p>
<p>Actividades en la naturaleza. UD. 7</p> <p>Cuidado del entorno natural. UD. 7</p> <p>Juegos populares y tradicionales. UD. 8</p> <p>Orientación. UD. 7</p>	<p>1. Resolver elementos tácticos propios del juego.</p> <p>2. Manifestar respeto hacia el entorno y medio naturales en los juegos y actividades al aire libre.</p> <p>3. Conocer la diversidad de juegos populares y tradicionales de distintas regiones del país.</p> <p>4. Realizar recorridos en espacios naturales mediante la observación de mapas</p>	<p>1.1. Resuelve situaciones propias del juego utilizando la táctica adecuada.</p> <p>2.1. Respeta el entorno natural donde se desarrolla la actividad, eliminando los residuos que genera.</p> <p>3.1. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.</p> <p>3.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos.</p> <p>4.1. Realiza la lectura de los mapas correctamente para orientarse en espacios abiertos naturales.</p>

## **Temporalización.**

### **1º Trimestre**

Condición física y salud.  
Iniciación deportiva.

### **2º Trimestre:**

Iniciación deportiva.  
Expresión Corporal.

### **3º Trimestre**

Iniciación deportiva.  
Actividades en la Naturaleza.  
Juegos populares y tradicionales.

## **Procedimientos e instrumentos de evaluación.**

### **Observación:**

Para evaluar Se realizará una hoja de observación con los objetivos de cada unidad didáctica dónde se puntuará cada objetivo a realizar. Anexo I

Para evaluar el comportamiento se anotará en una hoja de observación el comportamiento de cada alumno durante la sesión realizada. Anexo II

Para evaluar la uniformidad se anotará en una hoja de control las faltas de uniformidad del alumno.

## **Criterios de calificación.**

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

**Hoja de observación de la sesión de evaluación:** La iniciación deportiva supone un peso 7 dentro de la materia de Educación Física, mientras que el contenido correspondiente a cada evaluación supone un peso 5.

Se atenderá a los movimientos y gestos que realice el alumno y se anotará 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:

### **CUADERNO 5º E.P.**

#### **1º Evaluación:**

5º A	5º B	5º C
<b>INICIACIÓN DEPORTIVA.</b> Natación. Peso 7	<b>INICIACIÓN DEPORTIVA.</b> Peso 7.	<b>INICIACIÓN DEPORTIVA.</b> Peso 7.
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b> Peso 5.	<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b> Peso 5.	<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b> Peso 5.

#### **2º Evaluación:**

5º A	5º B	5º C
<b>INICIACIÓN DEPORTIVA.</b> Peso 7.	<b>INICIACIÓN DEPORTIVA.</b> Peso 7.	<b>INICIACIÓN DEPORTIVA.</b> Peso 7.

EXPRESIÓN PESO 5.	CORPORAL.	EXPRESIÓN PESO 5.	CORPORAL.	EXPRESIÓN PESO 5.	CORPORAL.
----------------------	-----------	----------------------	-----------	----------------------	-----------

### **3º Evaluación:**

5º A	5º B	5º C
INICIACIÓN DEPORTIVA. Peso 7.	INICIACIÓN DEPORTIVA. Peso 7.	INICIACIÓN DEPORTIVA. Peso 7.
ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA. PESO 5	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA. PESO 5	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA. PESO 5
JUEGOS POPULARES. PESO 5.	JUEGOS POPULARES. PESO 5.	JUEGOS POPULARES. PESO 5.

**COMPORTAMIENTO:** aparecerá en todas las evaluaciones y tendrá un peso 2.

**UNIFORMIDAD:** aparecerá en todas las evaluaciones y tendrá un peso 1.

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 y gestos deportivos, adaptando el material, las situaciones de juego y deportivas, los instrumentos de señalización, nivel de exigencia.

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

**Materiales y recursos didácticos.** Piscina, campo de deporte “EL BOSQUECILLO”, espacio cubierto “La Cueva”, Polideportivo “MARÍA CRISTINA”. GIMNASIO DEL COLEGIO. Páginas web sobre Danzas.

### **Actividades complementarias**

EXCURSIÓN AL MONTE LAS MACHOTAS.



DÍA DEL DEPORTE.

ANEXO I

### EVALUACIÓN

INICIACIÓN DEPORTIVA NATACIÓN.FECHA

:

Objetivos:

<b>OBJETIVOS</b>	<b>Nada de manera correcta una distancia de 25 m. al estilo libre.</b>	<b>Nada de manera correcta una distancia de 25 m. al estilo braza.</b>	<b>Nada de manera correcta una distancia de 25 m. al estilo espalda.</b>	<b>Realiza de manera correcta una entrada de cabeza a la piscina.</b>	<b>Mantiene la flotabilidad de su cuerpo en el agua.</b>
------------------	--	--	--	---	--

ALUMNOS						PUNTUACIÓN U. DIDÁCTICA
Juan, Satrústegui Bengochea.	8	7	6	5	7	6,6

1. Nada de manera correcta una distancia de 25 m al estilo libre.
2. Nada de manera correcta una distancia de 25 m al estilo braza.
3. Nada de manera correcta una distancia de 25 m al estilo espalda.
4. Realiza de manera correcta una entrada de cabeza a la piscina.
5. Es capaz de mantener la flotabilidad.

**ASPECTOS A OBSERVAR:**

**Movimiento coordinado de brazos y respiración.**

**Introducción de los brazos.**

**Patada del pie en el impulso.**

**Entrada a la piscina de cabeza.**

**Flotabilidad del cuerpo.**

**ANEXO II**

**Hoja de observación COMPORTAMIENTO**

Hay que ir restando 0,5 del total de 10 puntos.

Alumno	Día	16/10	18/10							
Miguel Suárez Martín		3	6							




- 1. No respeta las reglas. NoR
- 2. No muestra interés. NoM
- 3. Pasividad. Pa
- 4. No se esfuerza. NoE
- 5. Presume de sus logros. PrL
- 6. No respeta a sus compañeros. Nocom
- 7. No respeta los grupos. Nogr
- 8. No atiende.