

**INFORMACIÓN SOBRE LAS ASIGNATURAS:** Programación, Evaluación Y Calificación

***EDUCACIÓN FÍSICA 3º de primaria***

**1. Contenidos de la asignatura**

PRIMERA EVALUACIÓN

UNIDAD 1	La vuelta al cole.
UNIDAD 2	Jugamos y nos divertimos: ¿A qué jugaban tus abuelos? / Échame una mano.
UNIDAD 3	Mi máquina perfecta I/II.
UNIDAD 4	Equilíbrate: No te caigas / Patinamos.

SEGUNDA EVALUACIÓN

UNIDAD 5	En el país de Bolaloca I/II.
UNIDAD 6	Nos expresamos con el cuerpo: Bailamos en el cole / Teatro de sombras.
UNIDAD 7	Coordínate: Usando la raqueta / Ven y pasa al circo.

TERCERA EVALUACIÓN

UNIDAD 8	Deportes: Fútbol-sala y Lucha (iniciación) /Balonmano y Atletismo.
UNIDAD 9	Juegos y deportes alternativos: Actividades con paracaídas y sticks / Indiacas y freesbees.
UNIDAD 10	Controlando la incertidumbre: ¡Socorro, piratas! / Busco y encuentro.

Estas unidades se realizan de forma cíclica cada dos años. Por ello están separadas por el signo “/”

**2. Materiales didácticos**

- Materiales audiovisuales con presentaciones digitales.
- Materiales de casa.
- Materiales deportivos convencionales y alternativos.

**3. Técnicas de estudio.**

- Se mandarían pequeñas tareas para casa.
- Se pedirá que traigan algunas lecturas.

#### 4. Contenidos mínimos.

Siguiendo la orden de 16 de junio de 2014 currículo educación primaria:

- Actividades atléticas: correr, lanzar, saltar.

-Carreras de velocidad: salida rápida, carrera recta y finalización rápida.

-Carreras de obstáculos: encadenamiento de carrera y paso de obstáculos, salida y encadenamiento del primer obstáculo, rapidez en el final de carrera, ritmo de carrera entre obstáculos.

-Carreras de relevos: organizarse para entregar el testigo, conservar la velocidad del testigo.

-Carrera de larga duración: gestión del ritmo uniforme, regulación del esfuerzo en carrera, utilizar herramientas de medida, de cálculo de tiempo y distancia comprometerse en un contrato individual o colectivo de curso (distancia/tiempo), incidir en la técnica de carrera en casos singulares).

-Roles de trabajo: anotador, atleta, cronometrador, juez, etc.

Proyectos de curso o centro: jornadas atléticas, juegos olímpicos, carreras solidarias con ONG's, etc.

- Actividades gimnásticas (rodar, girar, saltar, equilibrarse, desplazarse, etc.).

-Actividades gimnásticas: adaptación a situaciones corporales no habituales que exigen control de su cuerpo en el espacio, control del riesgo, priorizar la información a nivel propioceptivo, disociación segmentaria, etc.

-Acciones gimnásticas prioritarias: desplazamientos, giros, inversiones, equilibrios, control corporal en los gestos, posturas alineadas, posturas agrupadas, etc.

-Normas de seguridad. Movimientos desaconsejados, ayuda de materiales para facilitar acciones, ayudas de compañeros/as, vigilancia de conductas arriesgadas y osadas, materiales en buen estado, etc.

-Confección de proyectos individuales de número variable de elementos para confeccionar un encadenamiento y respetando las fases de entrada, ejercicio gimnástico y salida con limpieza gestual, pertinencia, comunicatividad e integridad.

-Roles de trabajo: anotador, gimnasta, juez, ayudante, etc.

-Proyectos de curso o centro: visitas gimnastas, demostraciones para otros cursos de los encadenamientos proyectados y trabajados, etc.

- Actividades de patinaje: Patines en línea, patines 2-2, monopatines, patinetes, tablas rodantes, etc.

-El patinaje: posición de seguridad, frenada, giros, cambios de dirección, aprender a caer, levantarse, autonomía en ponerse y quitarse los patines, conservación básica. Educación vial.

-Encadenamiento de acciones en un recorrido combinando: deslizamiento con pies paralelos, curvas de slalom, pasar túneles, salto obstáculos, equilibrio sobre un patín, curvas y cruces de patines, figuras singulares, etc.

-Roles de trabajo: anotador, patinador, juez, ayudante, etc.

-Proyectos de curso o centro: ciudad patines...

- Actividades de adversario/contacto/luctatorias: juegos de contacto corporal, juegos de lucha, juegos de oposición, judo suelo, esgrima, kendo, juegos tradicionales, etc.

-Decodificación de las intenciones y características del adversario, principio de equilibrio/desequilibrio, principio de acción permanente, principio de creación de un momento de rotación, principio de aplicación de fuerzas, etc.

-Situaciones de adversario/contacto/luctatorias: acciones motrices luctatorias primarias (coger y tocar),

acciones motrices luctatorias secundarias (caídas, tirar y empujar, inmovilizar, volcar, derribar, tocar con objetos, etc.), etc.

-Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, cronometrador, etc.

-Proyectos de curso o centro: visita de judocas, torneos colectivos de juegos de oposición, juegos de retos, etc.

- Actividades de cancha dividida: mini tenis, raquetas, indiaka, juegos de cancha dividida, combinación de actividades con redes a diferentes alturas, etc.

-Anticipación perceptiva, integración del conjunto implemento-móvil, integración del intercambio, trabajo en el espacio propio y trabajo en el espacio.

-Situaciones con móvil, situaciones con raqueta/implemento/mano, situaciones de combinación implemento y móvil, situaciones de intercambio, situaciones de oposición incidiendo en el espacio propio, situaciones de oposición incidiendo en el espacio adverso, retos colectivos.

-Roles de trabajo: anotador, jugador, árbitro, etc.

-Proyectos de curso o centro: open del colegio con diferentes modalidades, etc.

- Actividades de cooperación: actividades adaptadas del mundo del circo, juegos, los juegos cooperativos, los desafíos físicos cooperativos, los cuentos motores cooperativos, los relevos, etc.

-Ajuste de la motricidad a la de los demás, sincronización de acciones, utilización común de estrategias básicas de juego (anticipación), práctica de actividades cooperativas que supongan un esfuerzo conjunto, establecimiento de proyectos de acción colectivos, colaboración con compañeros para conseguir un objetivo común, construcción de reglas colectivas.

-Roles de trabajo: controlador, jugadores, árbitro, etc.

-Proyectos de curso o centro: desafíos cooperativos para todos y todas, jornadas de juegos para todos y todas, etc.

- Actividades de cooperación-oposición: Algunos juegos tradicionales, juegos en grupo, juegos de estrategia, deportes adaptados y emergentes (como el datchball), juegos y deportes modificados basados en la comprensión (rugbitto, béisbol), los juegos de cancha dividida (tipo voleibol) y los juegos de invasión (fútbol-sala, balonmano), desarrollar iniciativas pedagógicas dentro del modelo de educación deportiva.

-Conservación/recuperación del balón, progresión hacia la meta contraria/evitación de la progresión hacia la meta propia, alternancia táctica entre la defensa y el ataque, aplicación del repertorio de acciones motrices como portador y no portador del móvil (pelota) en ataque y en defensa, puesta en práctica del algoritmo de ataque, puesta en práctica del algoritmo de defensa, reducción e incremento del espacio y la duración del juego, creación de un desequilibrio a su favor, reducción de la incertidumbre elaborando y utilizando estrategias de acción colectiva de ataque y defensa, ajuste de las conductas para hacerlas más eficaces (anticipar, actuar rápido, cambiar de ritmo, etc.), etc.

-Roles de trabajo: anotador, jugadores, árbitro, entrenador/a, afición, prensa, etc.

-Proyectos de curso o centro: visita de equipos y/o jugadores, torneos de clases, torneos de curso, torneos de equipos configurados con niños/as de diferentes cursos, etc.

- Actividades en el medio natural: el senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, el esquí nórdico (y otras modalidades), la trepa (que puede evolucionar hacia la escalada), etc.

-Adopción de una motricidad adaptada y específica para ajustarse a un medio variado y, a veces, variable y

para manejar instrumentos; toma de informaciones y referencias pertinentes para construir un desplazamiento razonado y reflexionado; familiarización con materiales soporte (mapas, etc.); gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de seguridad activa y pasiva; características de las rutas según MIDE; progresión en los espacios de la actividad, etc.

Orientación: conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, uso de brújula, etc.

Roles de trabajo: anotador, participante, cronometrador, asegurador, guía, etc.

-Organización de las actividades: determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta, etc.

-Proyectos de curso o centro: Salidas al exterior con los tutores

- Actividades con intenciones artísticas o expresivas: Prácticas teatrales, prácticas dancadas, prácticas teatrales y dancadas, composiciones estéticas, lenguaje gestual y actividades sociales estandarizadas.

-Motricidad expresiva, simbolización y comunicación.

-Danzas y bailes en la escuela: danzas y bailes del mundo

-Roles de trabajo: actor, coreógrafo, espectador, etc.

-Proyectos de curso o centro: mostrar a otros cursos o compañeros/as las producciones, festivales de navidad, semanas culturales, exhibiciones, proyectos interdisciplinarios con educación artística (u otras áreas), etc.

- Conciencia de los efectos producidos tras la realización de acciones motrices.

-Partes del cuerpo relacionadas con el movimiento.

-Relación de la actividad física con la salud y el bienestar. Adopción de hábitos posturales correctos.

-Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, de la diferencia de niveles de competencia motriz entre las diferentes personas.

-La actividad física, el juego y el deporte y sus normas.

-Práctica de actividades físicas y juegos populares y del entorno próximo.

-Conciencia crítica ante las conductas surgidas durante la práctica de actividad física y que pueden ser generadoras de conflictos.

-Utilización del diálogo y las normas básicas de comunicación social para la solución de conflictos.

-Interés por participar en todas las tareas y valoración del esfuerzo personal en la actividad física.

-Adquisición de hábitos de cuidado e higiene corporal.

-Medidas de seguridad en la práctica de actividad física y uso correcto de materiales y espacios.

-Aceptación y respeto hacia las normas y reglas que participan en el juego.

-Aceptación y respeto por las diferencias y limitaciones propias y de los compañeros.

-Participación activa en las actividades.

-Utilización de la vestimenta apropiada y obligatoria para desarrollar la actividad física.

- Cierta autonomía en la realización de cualquier tarea enmendada favoreciendo la buena práctica.

#### 4. Criterios de evaluación de los alumnos.

En líneas generales se tendrá en cuenta:

- Seguimiento de las normas de clase.
- Realización de todos los test y/o controles tanto prácticos como teóricos.
- Entrega de tareas en el tiempo previsto.
- Realización correcta de las actividades físicas, juegos y deportes.
- Esfuerzo personal para superar límites.
- Participación activa en las sesiones.
- Respeto por el compañero, el profesor y las instalaciones.
- Atención.
- La no asistencia repetida a clase se tendrá en cuenta para la nota de evaluación.

Según la orden de 16 de junio de 2014 currículo educación primaria en Aragón:

Cri.EF.1.1. Comprender y resolver acciones motrices individuales para ajustar los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de la actividad.

Cri.EF.2.3. Comprender el sentido de los acontecimientos del juego y resolver situaciones en las que se realicen acciones motrices de oposición.

Cri.EF.3.1. Comprender y resolver acciones motrices para ajustar los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de las situaciones de cooperación y cooperación-oposición.

Cri.EF.3.3. Comprender el sentido de los acontecimientos del juego y resolver con éxito situaciones sencillas en las que se realicen acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición.

Cri.EF.4.1. Comprender y resolver acciones motrices para decodificar información y adaptar su motricidad de forma segura a la incertidumbre de las actividades en el medio natural aprovechando las posibilidades del centro escolar.

Cri.EF.5.2. Comprender el uso de recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para elaborar producciones con intención artística o expresiva

Cri.EF.6.4. Identificar contenidos propios de la Educación Física y los introducidos en otras áreas que tienen relación con el cuerpo humano y con la actividad física.

Cri.EF.6.5. Reconocer la importancia de cumplir las normas referentes al cuidado del cuerpo con relación a la higiene postural.

Cri.EF.6.6. Conocer con el nivel de gestión de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.

Cri.EF.6.7. Respetar la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una actitud crítica.

Cri.EF.6.8. Conocer y practicar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas del contexto cercano y/o del entorno próximo aragonés.

Cri.EF.6.9. Tomar conciencia de las situaciones conflictivas surgidas en el entorno próximo y tener una actitud proactiva para su corrección.

Cri.EF.6.13. 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.

## 5. Criterios de calificación.

Hay tres apartados:

- a) Las sesiones prácticas: se pone nota de cada día de clase por observación directa del profesor pues continuamente se realizan ejercicios físicos, juegos, deportes y test. Pueden realizarse controles prácticos como comprobación final de las habilidades y destrezas demostradas a lo largo de la unidad didáctica (habilidad en juegos y deportes y actividades motrices, cualidades físicas, ...) →40%
- b) La actitud: es la parte que más valoro; ya que, en estas clases, donde mantenemos una continua relación con los demás y con el entorno, debemos perseguir y mantener una serie de valores siempre en alza (respeto por los demás y por el entorno, cooperación, tolerancia, autonomía, autosuperación, participación activa, traer los materiales ...) →50%
- c) Fichas, deberes, notas escritas, pequeños trabajos, resúmenes, ...donde plasmen el trabajo realizado a lo largo de la unidad didáctica → 10%

- Nota del diario (voluntario): servirá para aumentar la nota si, voluntariamente, se entrega bien hecho (hasta un punto).

- Cada vez que no se trae la equipación deportiva completa del colegio se le bajará la nota.

## 6. Normas a tener en cuenta.

El objetivo es informar, tanto a los padres como a los alumnos de las normas o pautas por las que se rige el Departamento de Educación física en cuanto a criterios de funcionamiento, calificación y prevención.

### 1. Asistencia a clase:

La asistencia a clase es obligatoria para todos los alumnos. En caso de tener que faltar, se avisará con tiempo al profesor y se tendrá que justificar legalmente a la vuelta. A pesar de los justificantes, si hay **faltas de asistencia que coincidan repetidamente con la clase sí se tendrán en cuenta en la evaluación.**

### 2. Desayunos:

Los alumnos deben venir bien desayunados ya que muchos vienen sin desayunar o con tan solo un solo vaso de leche que es insuficiente. No desayunar bien puede ocasionar mareos, lipotimias, imposibilidad de mantener un esfuerzo físico, problemas de concentración, ... Es imprescindible revisar este hábito y modificarlo cuando no se realiza adecuadamente.

### 3. Justificante médico y exención de las clases de EF:

- Si algún alumno no pudiera realizar algún tipo de ejercicio físico durante todo el curso, deberá presentar un Certificado Médico Oficial en el que explique el tipo de problema y las razones para no poder realizar la práctica física.
- Ante un problema temporal habrá que presentar un Justificante médico en el que se especifique el problema y el tiempo estimado de recuperación. En esta situación el alumno deberá realizar un diario por escrito de lo realizado en las clases durante la época que dura la lesión o enfermedad y una vez recuperado tendrá que realizar aquellas tareas de evaluación pendientes.
- En el caso de que tenga una indisposición de un solo día y no traiga justificante médico, el

alumno deberá avisar al profesor con una nota de los padres informando de la causa y sí hará la clase bajo la supervisión del profesor.

El alumno exento deberá asistir a todas las clases de EF en ropa deportiva y realizar todas las tareas que le ofrezca el profesor (trabajos especiales propuestos por el profesor, colaboraciones en clase, apoyos a otros compañeros que realizan la clase, labores de organización, diario de clase, exámenes...)

4. Indumentaria deportiva y normas básicas:

La asistencia a clase de EF se hará en ropa deportiva adecuada para la práctica física. El no seguir esta norma supondrá un valor negativo por cada indumentaria que no sea la adecuada:

- Equipaje deportivo del colegio (chándal completo, pantalón corto, polo rojo del colegio).  
En función del tiempo, los padres decidirán el combinado deportivo del colegio más adecuado. Si van de manga corta sólo se permite el polo rojo del colegio.
- Zapatillas de deporte bien atadas.
- El pelo largo debe ir recogido y retirado de la cara.
- No se puede llevar collares, pulseras, pendientes largos, anillos.
- No se puede comer chicles, caramelos, ...