



# **5º EPO**

# **EDUCACIÓN**

# **FÍSICA**

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA 2025-2026

CEIP PABLO PICASSO

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

## EDUCACIÓN FÍSICA

## EDUCACIÓN PRIMARIA

2025/2026

---

### ASPECTOS GENERALES

1. Contextualización y relación con el Plan de centro
2. Marco legal
3. Organización del equipo de ciclo:
4. Objetivos de la etapa
5. Principios Pedagógicos
6. Evaluación
7. Seguimiento de la Programación Didáctica

---

### CONCRECIÓN ANUAL

5º de Educ. Prima. Educación Física

# PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA EDUCACIÓN PRIMARIA

2025/2026

## ASPECTOS GENERALES

### 1. Contextualización y relación con el Plan de centro (Planes y programas, tipo de alumnado y centro):

El centro está situado en Estella del Marqués, una pedanía a muy pocos kilómetros de Jerez, lo que determina alguna de sus características.

Gran parte de la población del pueblo desarrolla su trabajo en Jerez. Las familias presentan diversos niveles socioeconómicos, funcionarios, empleados y obreros de diversos oficios, con estudios primarios y medios y algunos universitarios.

La cercanía a Jerez facilita que podamos aprovechar las numerosas ofertas educativas que pueda ofrecer la ciudad; ya que contamos incluso con línea regular de autobuses urbanos.

Otra característica es el nivel de cercanía con las familias en aspectos tales como el grado de comunicación y participación en la vida académica a través de las tutorías y la colaboración en la organización de actividades complementarias y extraescolares, a través de la AMPA la Paloma.

El Centro se coordina con el Instituto de Educación Secundaria de referencia IES Almunia en cuanto a la gestión y organización del programa de tránsito.

Por último, mencionar también la relación con el Ayuntamiento de Jerez y de Estella en la colaboración del mantenimiento del recinto y en actividades que bien nos son ofertadas o que solicitamos para desempeñar nuestra labor diaria.

Se imparten las enseñanzas de Educación Infantil, Primaria y 1º y 2º de Secundaria. En este curso escolar la ratio por nivel está por debajo de 25 alumnos/as.

El centro ofrece aula matinal, servicio de comedor, actividades extraescolares, PROA, PREX e Investiga y Descubre.

Además participa en diferentes planes y programas de innovación educativa ofertados por la Junta de Andalucía como guía y orientación al mismo tiempo que enriquecimiento de la intervención docente: Plan de Igualdad de Género en Educación, Plan de apertura de centros docentes, Plan de Salud Laboral y P.R.L., Organización y Funcionamiento de las Bibliotecas Escolares, Bienestar y Protección Infancia y Adolescencia/Convivencia Escolar, Prácticum Grado Maestro, Red Andaluza Escuela: "Espacio de Paz", Transformación Digital Educativa, Programa de Hábitos de Vida Saludable, Programa Escolar de Consumo de Frutas, Hortalizas y Leche y Pacto de Estado: prevención de la violencia de género.

### 2. Marco legal:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 4.1 de la Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas, «los centros docentes desarrollarán y completarán, en su caso, el currículo en su Proyecto educativo y lo adaptarán a las necesidades de su alumnado y a las características específicas del entorno social y cultural en el que se encuentran, configurando así su oferta formativa.»

Por otra parte y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 2.4 de la Orden de 30 de mayo de 2023, «El profesorado integrante de los distintos equipos de ciclo elaborará las programaciones didácticas, según lo dispuesto en el artículo 27 del Decreto 328/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de las escuelas infantiles de segundo ciclo, de los colegios de educación primaria, de los colegios de educación infantil y primaria, y de los centros públicos específicos de educación especial, de las áreas de cada curso que tengan asignadas, a partir de lo establecido en el Anexo II mediante la concreción de las competencias específicas, de los criterios de evaluación, de la adecuación de los saberes básicos y de su vinculación con dichos criterios de evaluación, así como el establecimiento de situaciones de aprendizaje que integren estos elementos y contribuyan a la adquisición de las competencias, respetando los principios pedagógicos regulados en el artículo 6 del Decreto 101/2023, de 9 de mayo.»

#### Justificación Legal:

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

- Decreto 101/2023, de 9 de mayo, por el que se establece la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Decreto 328/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de las escuelas infantiles de segundo grado, de los colegios de educación primaria, de los colegios de educación infantil y primaria, y de los centros públicos específicos de educación especial.
- Orden de 30 de mayo de 2023, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y a las diferencias individuales, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre las diferentes etapas educativas.
- Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de las escuelas infantiles de segundo ciclo, de los colegios de educación primaria, de los colegios de educación infantil y primaria y de los centros públicos específicos de educación especial, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.
- Instrucciones de 21 de junio de 2023, de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre el tratamiento de la lectura para el despliegue de la competencia en comunicación lingüística en Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.
- Instrucciones de la Viceconsejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional, sobre las medidas para el fomento del Razonamiento Matemático a través del planteamiento y la resolución de retos y problemas en Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.

### **3. Organización del equipo de ciclo:**

Una de las funciones de los Equipos de Ciclo es revisar las programaciones didácticas y las propuestas pedagógicas, a fin de que se aseguren las líneas pedagógicas generales del centro.

Para ello, se establece de manera orientativa un calendario de reuniones para el (poner nuestra etapa o ciclo), donde se elaborarán y revisarán conjuntamente las programaciones didácticas, además de coordinar la acción tutorial entre los distintos niveles del ciclo o consensuar las actividades complementarias/extraescolares, entre otras funciones. Este calendario se encuentra en el Drive de Centro y el cual se puede consultar a la vez que modificarse por diversas cuestiones relativas al funcionamiento.

El primer ciclo está compuesto por dos tutoras (1º y 2º de EPO), y la especialista de Religión, siendo la coordinadora la tutora de 1º EPO.

El segundo ciclo se compone de dos tutoras, 3º y 4º, siendo la de cuarto de EPO, la coordinadora del ciclo. También pertenece al mismo, la maestra especialista de PT.

El tercer ciclo está formado por una tutora de 5º, que es la coordinadora de ciclo y un tutor de 6º, además de la maestra encargada del área de Valores y especialista de inglés.

### **4. Objetivos de la etapa:**

La etapa de Educación Primaria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades que le permitan:

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas de forma empática, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, iniciativa personal, sentido crítico, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje y espíritu emprendedor.
- c) Adquirir habilidades para la resolución pacífica de conflictos y la prevención de la violencia, que le permitan desenvolverse con autonomía en el ámbito escolar y familiar, así como en los grupos sociales con los que se relaciona.
- d) Conocer, comprender y respetar las diferentes culturas, así como las diferencias entre las personas, la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas por motivos de etnia, orientación o identidad sexual, religión o creencias, discapacidad u otras condiciones, así como reconocer la

interculturalidad existente en Andalucía.

- e) Conocer y utilizar de manera apropiada la lengua castellana y desarrollar hábitos de lectura.
- f) Adquirir en, al menos, una lengua extranjera la competencia comunicativa básica que le permita expresar y comprender mensajes sencillos y desenvolverse en situaciones cotidianas.
- g) Desarrollar las competencias matemáticas básicas e iniciarse en la resolución de problemas que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, conocimientos geométricos y estimaciones, así como ser capaces de aplicarlos a las situaciones de su vida cotidiana.
- h) Conocer los aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la Geografía, la Historia y la Cultura, así como reconocer, valorar y proteger la riqueza patrimonial, paisajística, social, medioambiental, histórica y cultural de su Comunidad.
- i) Desarrollar las competencias tecnológicas básicas e iniciarse en su utilización, desarrollando un espíritu crítico ante su funcionamiento y los mensajes que recibe y elabora.
- j) Utilizar diferentes representaciones y expresiones artísticas, e iniciarse en la construcción de propuestas visuales y audiovisuales.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de las demás personas, respetar las diferencias propias y ajenas y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- l) Conocer y valorar los animales más próximos al ser humano y adoptar modos de comportamiento que favorezcan la empatía y su cuidado.
- m) Desarrollar capacidades afectivas en todos los ámbitos de su personalidad y en sus relaciones con las demás personas, así como una actitud contraria a la violencia, a los prejuicios de cualquier tipo y a los estereotipos sexistas.
- n) Desarrollar hábitos cotidianos de movilidad activa, autónoma y saludable, fomentando la educación vial y actitudes de respeto que incidan en la prevención de los accidentes de tráfico.
- ñ) Conocer y apreciar la peculiaridad lingüística andaluza en todas sus variedades.
- o) Conocer y respetar el patrimonio cultural de Andalucía, partiendo del conocimiento y de la comprensión de nuestra cultura, reconociendo a Andalucía como comunidad de encuentro de culturas.

## 5. Principios Pedagógicos:

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 6 del Decreto 101/2023, de 9 de mayo el currículo de la etapa de Educación Primaria responderá a los siguientes principios:

- a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las áreas incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.
- b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de cada ciclo y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica, teniendo siempre en cuenta su proceso madurativo individual, así como los niveles de desempeño esperados para esta etapa.
- c) Desde las distintas áreas se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.
- d) Asimismo, se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el

funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida.

e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial del mismo, y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.

f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.

g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas como el flamenco, la música, la literatura o la pintura, entre ellas, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.

h) Atendiendo a lo recogido en el capítulo I del título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.

i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.

j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación, mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

Atendiendo al artículo 17 del Decreto 101/2023, de 9 de mayo, la atención a la diversidad y a las diferencias individuales en la etapa de Educación Primaria se orientará a garantizar una educación de calidad que asegurará la equidad e inclusión educativa y a atender a la compensación de los efectos que las desigualdades de origen cultural, social y económico pueden tener en el aprendizaje. Las medidas organizativas, metodológicas y curriculares que se adopten se regirán por los Principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), presentando al alumnado la información en soporte adecuado a sus características, facilitando múltiples formas de acción y expresión, teniendo en cuenta sus capacidades de expresión y comprensión y asegurando la motivación para el compromiso y la cooperación mutua.

Los centros docentes deberán dar prioridad a la organización de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales respecto a otras opciones organizativas para la configuración de las enseñanzas de esta etapa en el ámbito de su autonomía.

## 6. Evaluación:

### 6.1 Evaluación y calificación del alumnado:

De conformidad con lo dispuesto en el artículo 9.1 de la Orden de 30 de mayo de 2023, «La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado será continua, global, competencial, formativa, integradora, diferenciada y objetiva según las distintas áreas del currículo y será un instrumento para la mejora tanto de los procesos de enseñanza como de los procesos de aprendizaje. Tomará como referentes los criterios de evaluación de las diferentes áreas curriculares, a través de los cuales se medirá el grado de consecución de las competencias específicas.»

Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 10.1 de la Orden de 30 de mayo de 2023, «El profesorado llevará a cabo la evaluación, preferentemente, a través de la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje en relación con los criterios de evaluación y el grado de desarrollo de las competencias específicas de cada área. Para la evaluación del alumnado se utilizarán diferentes instrumentos tales como cuestionarios, formularios, presentaciones, exposiciones orales, edición de documentos, pruebas, escalas de observación, rúbricas o portfolios, entre otros, coherentes con los criterios de evaluación y con las características específicas del alumnado, garantizando así que la evaluación responde al principio de atención a la diversidad y a las diferencias individuales. Se fomentarán los procesos de coevaluación, evaluación entre iguales, así como la autoevaluación del alumnado, potenciando la capacidad del mismo para juzgar sus logros respecto a una tarea determinada.

Igualmente, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 11.6 del Decreto 101/2023 , de 9 de mayo, «El profesorado evaluará tanto los aprendizajes del alumnado como los procesos de enseñanza y su propia práctica docente.»

La calificación de la materia se calculará haciendo la media de las calificaciones de las Competencias Específicas, las cuales a su vez se obtienen haciendo la media de las calificaciones de los Criterios de Evaluación de cada Competencia Específica.

#### **6.2 Evaluación de la práctica docente:**

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Adecuación de los materiales y recursos didácticos.

Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

#### **7. Seguimiento de la Programación Didáctica**

Según el artículo 81, en su apartado d, del Decreto 328/2010, de 13 de julio, es competencia de los equipos de ciclo realizar el seguimiento del grado de cumplimiento de la programación didáctica y proponer las medidas de mejora que se deriven del mismo.

## CONCRECIÓN ANUAL

### 5º de Educ. Prima. Educación Física

#### 1. Evaluación inicial:

La evaluación inicial del alumnado ha de ser competencial y ha de tener como referente las competencias específicas de las áreas que servirán de punto de partida para la toma de decisiones. Para ello, se tendrá en cuenta principalmente la observación diaria, así como otras herramientas. La evaluación inicial del alumnado en ningún caso consistirá exclusivamente en una prueba objetiva.

#### 2. Principios Pedagógicos:

Sin perjuicio de lo dispuesto en el artículo 6 del Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, el currículo de la etapa de Educación Primaria responderá a los siguientes principios:

- a) La lectura constituye un factor fundamental para el desarrollo de las competencias clave. Las programaciones didácticas de todas las áreas incluirán actividades y tareas para el desarrollo de la competencia en comunicación lingüística. Los centros, al organizar su práctica docente, deberán garantizar la incorporación de un tiempo diario, no inferior a 30 minutos, en todos los niveles de la etapa, para el desarrollo planificado de dicha competencia. Asimismo, deben permitir que el alumnado desarrolle destrezas orales básicas, potenciando aspectos clave como el debate y la oratoria.
- b) La intervención educativa buscará desarrollar y asentar progresivamente las bases que faciliten a cada alumno o alumna una adecuada adquisición de las competencias clave previstas en el Perfil competencial al término de cada ciclo y en el Perfil de salida del alumnado al término de la Enseñanza Básica, teniendo siempre en cuenta su proceso madurativo individual, así como los niveles de desempeño esperados para esta etapa.
- c) Desde las distintas áreas se favorecerá la integración y la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.
- d) Asimismo, se trabajarán elementos curriculares relacionados con el desarrollo sostenible y el medio ambiente, el funcionamiento del medio físico y natural y la repercusión que sobre el mismo tienen las actividades humanas, el agotamiento de los recursos naturales, la superpoblación, la contaminación o el calentamiento de la Tierra, todo ello con objeto de fomentar la contribución activa en la defensa, conservación y mejora de nuestro entorno medioambiental como elemento determinante de la calidad de vida.
- e) Se potenciará el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) con objeto de garantizar una efectiva educación inclusiva, permitiendo el acceso al currículo a todo el alumnado. Para ello, en la práctica docente se desarrollarán dinámicas de trabajo que ayuden a descubrir el talento y el potencial del mismo, y se integrarán diferentes formas de presentación del currículo, metodologías variadas y recursos que respondan a los distintos estilos y ritmos de aprendizaje del alumnado.
- f) Se fomentará el uso de herramientas de inteligencia emocional para el acercamiento del alumnado a las estrategias de gestión de emociones, desarrollando principios de empatía y resolución de conflictos que le permitan convivir en la sociedad plural en la que vivimos.
- g) El patrimonio cultural y natural de nuestra comunidad, su historia, sus paisajes, su folclore, las distintas variedades de la modalidad lingüística andaluza, la diversidad de sus manifestaciones artísticas como el flamenco, la música, la literatura o la pintura, entre ellas, tanto tradicionales como actuales, así como las contribuciones de su ciudadanía a la construcción del acervo cultural andaluz, formarán parte del desarrollo del currículo.
- h) Atendiendo a lo recogido en el capítulo I del título II de la Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía, se favorecerá la resolución pacífica de conflictos y modelos de convivencia basados en la diversidad, la tolerancia y el respeto a la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres.
- i) En los términos recogidos en el Proyecto educativo de cada centro, con objeto de fomentar la integración de las competencias clave, se dedicará un tiempo del horario lectivo a la realización de proyectos significativos para el alumnado, así como a la resolución colaborativa de problemas, reforzando la autoestima, la autonomía, el emprendimiento, la reflexión y la responsabilidad del alumnado.
- j) Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, de sistematización y de presentación de la información, para aplicar procesos de análisis, de observación y de experimentación, mejorando habilidades de cálculo y desarrollando la capacidad de resolución de problemas, fortaleciendo así habilidades y destrezas de razonamiento matemático.

#### 3. Aspectos metodológicos para la construcción de situaciones de aprendizaje:

Debemos centrarnos en la observación, el movimiento o la transformación. Nuestro objetivo es utilizar las diferentes herramientas y estrategias necesarias para que el proceso de enseñanza-aprendizaje se desarrolle de forma integral. Para ello nos debemos centrar en una metodología basada en tener como protagonista al alumnado.

Para atender a la diversidad que nos encontramos en el aula debemos potenciar el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA), estableciendo dinámicas que trabajen que ayuden a descubrir a cada alumno todas sus habilidades y destrezas mediante recursos que respondan a los distintos ritmos de aprendizaje.

- Partiremos de elementos comunes a otras áreas como la comprensión lectora, expresión oral y escrita o las TICs.
- Nos centramos en trabajar aspectos relacionados con la Educación en valores, las fortalezas de cada uno y la atención a la diversidad.
- Nos aseguraremos de que todos comprendan las instrucciones y la tarea mediante resúmenes, esquemas y distintas formas de presentar la información.
- Realizaremos explicaciones desde anécdotas que resulten atractivas y motivantes para el alumnado.
- Usaremos materiales de apoyo sobre todo manipulativos.
- Utilizamos el feedback para verificar la recepción de la información facilitada.
- Se utiliza el error, no como fracaso, sino como fuente de aprendizaje.
- No utilizamos la repetición continua, en su defecto, buscamos distintas alternativas para la adquisición de las competencias y asimilación de los contenidos.

#### 4. Materiales y recursos:

Espaciales (aula, pasillos para exponer murales, comedor, biblioteca, patio, gimnasio, material de Educación Física, etc.).

Personales (equipo docente, personal del centro, alumnado, familias, etc.).

Curriculares (Nuestra propia programación didáctica y el material elaborado, documentos normativos, propuestas de organización del centro, planes y programas).

#### 5. Evaluación: criterios de calificación y herramientas:

Llevaremos a cabo la evaluación del alumnado mediante la observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje teniendo en cuenta los criterios de evaluación y el grado de consecución de las competencias de cada área.

Utilizaremos como instrumentos de evaluación cuestionarios, presentaciones, exposiciones orales, pruebas escritas, escalas de observación, rúbricas, exposiciones o portfolios entre otros, ajustados a los criterios de evaluación y al contexto, favoreciéndose la coevaluación y la autoevaluación.

En cuanto a la calificación del alumnado utilizaremos diferentes técnicas como la observación directa, la medición o las producciones, siendo recogidas una serie de instrumentos de evaluación dentro de cada una de ellas.

Se establecen uno o varios criterios de evaluación y se concreta cada técnica con sus instrumentos de la siguiente forma:

- Producciones: Realización de un conjunto de producciones utilizando como instrumentos de evaluación como el trabajo cooperativo e individual.
- Medición: Será objetiva y utilizaremos instrumentos de evaluación tales como pruebas objetivas, resolución de ejercicios, así como comprensión oral, escrita y lectora.
- Observación directa: Percepción racional y planificada para recoger información sobre el aprendizaje en varios momentos utilizando como instrumentos de evaluación: El registro anecdótico, el diario de clase o listas de cotejo.

Los criterios de evaluación deben ser medibles por lo que estableceremos indicadores claros que permitan conocer su grado de desempeño. Para ello estableceremos rúbricas.

Cada indicador se establecerá de la siguiente manera:

Insuficiente IN (1 - 4), Suficiente SU (5 y 6), Bien BI (6 y 7), Notable NO (7 y 8) y Sobresaliente SB (9 y 10).

No debemos olvidar que evaluaremos además nuestra propia práctica docente mediante instrumentos como cuestionarios al alumnado sobre las sesiones.

#### 6. Temporalización:

##### 6.1 Unidades de programación:

SDA 1 E.F.5º: DEPORTES ALTERNATIVOS: Colbol, Artziquirol, Twincon, "El Pichi" ...  
SdA 1 bis EF 5º: Juegos alternativos.  
SDA 2 EF: Junto a por el reto. Juegos cooperativos.  
SdA 3 EF 5º: "Brigada de la salud " (CFB).  
SdA 3 bis EF 5º: "Locos por la salud".  
SdA 4 EF 5º: Juegos populares y tradicionales.  
SdA 5 EF 5º: Colbol  
SdA 6 EF 5º: Expresión corporal.

## 6.2 Situaciones de aprendizaje:

- SdA 1 bis EF 5º: Juegos alternativos
- SDA 1 E.F.5º: DEPORTES ALTERNATIVOS: Colbol, Artziquirol, Twincon, ¿El Pichi¿..
- SDA 2 EF: Junto a por el reto. Juegos cooperativos
- SdA 3 bis EF 5º: "Locos por la salud".
- SdA 3 EF 5º: "Brigada de la salud " (CFB)
- SdA 4 EF 5º: Juegos populares y tradicionales.
- SdA 5 EF 5º: Colbol
- SdA 6 EF 5º: Expresión corporal.

## 7. Actividades complementarias y extraescolares:

Las actividades complementarias son aquellas actividades que se organizan durante el horario escolar por los centros, de acuerdo a su proyecto curricular y que se diferencian de las lectivas por el momento, el espacio y los recursos que utilizamos.

Las efemérides que se realizan en el centro educativo anualmente son las siguientes: Excursión de 5º curso por determinar, Jornadas de deporte rural, Flamenco, Halloween, Constitución, Derechos del niño y de la niña, la Bandera, la lectura en Andalucía, Andalucía, Paz, violencia de género, día de la mujer, Diversidad, Agua, Memoria histórica, Bibliotecas....

Las actividades extraescolares, tiene como objetivo potenciar la apertura del centro a su entorno y procurar la formación integral del alumnado. Se realizan fuera del horario lectivo y serán voluntarias.

Actualmente tenemos a disposición del alumnado: PROA, deportes etc.

## 8. Atención a la diversidad y a las diferencias individuales:

### 8.1. Medidas generales:

- Agrupamientos flexibles.
- Tutoría entre iguales.

### 8.2. Medidas específicas:

- Adaptaciones de acceso al currículo para el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.
- Medidas de flexibilización temporal.

### 8.3. Observaciones:

**9. Descriptores operativos:****Competencia clave: Competencia emprendedora.****Descriptores operativos:**

CE1. Reconoce necesidades y retos que afrontar y elabora ideas originales, utilizando destrezas creativas y tomando conciencia de las consecuencias y efectos que las ideas pudieran generar en el entorno, para proponer soluciones valiosas que respondan a las necesidades detectadas.

CE2. Identifica fortalezas y debilidades propias utilizando estrategias de autoconocimiento y se inicia en el conocimiento de elementos económicos y financieros básicos, aplicándolos a situaciones y problemas de la vida cotidiana, para detectar aquellos recursos que puedan llevar las ideas originales y valiosas a la acción.

CE3. Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros y en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

**Competencia clave: Competencia en conciencia y expresión culturales.****Descriptores operativos:**

CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias entre distintas culturas y la necesidad de respetarlas.

CCEC2. Reconoce y se interesa por las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.

CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.

**Competencia clave: Competencia plurilingüe.****Descriptores operativos:**

CP1. Usa, al menos, una lengua, además de la lengua o lenguas familiares, para responder a necesidades comunicativas sencillas y predecibles, de manera adecuada tanto a su desarrollo e intereses como a situaciones y contextos cotidianos de los ámbitos personal, social y educativo.

CP2. A partir de sus experiencias, reconoce la diversidad de perfiles lingüísticos y experimenta estrategias que, de manera guiada, le permiten realizar transferencias sencillas entre distintas lenguas para comunicarse en contextos cotidianos y ampliar su repertorio lingüístico individual.

CP3. Conoce y respeta la diversidad lingüística y cultural presente en su entorno, reconociendo y comprendiendo su valor como factor de diálogo, para mejorar la convivencia.

**Competencia clave: Competencia personal, social y de aprender a aprender.****Descriptores operativos:**

CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.

CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.

CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje, y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.

CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.

**Competencia clave: Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.****Descriptores operativos:**

STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su

alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.

STEM3. Realiza, de forma guiada, proyectos, diseñando, fabricando y evaluando diferentes prototipos o modelos, adaptándose ante la incertidumbre, para generar en equipo un producto creativo con un objetivo concreto, procurando la participación de todo el grupo y resolviendo pacíficamente los conflictos que puedan surgir.

STEM4. Interpreta y transmite los elementos más relevantes de algunos métodos y resultados científicos, matemáticos y tecnológicos de forma clara y veraz, utilizando la terminología científica apropiada, en diferentes formatos (dibujos, diagramas, gráficos, símbolos, etc.) y aprovechando de forma crítica, ética y responsable la cultura digital para compartir y construir nuevos conocimientos.

STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.

### Competencia clave: Competencia digital.

#### Descriptores operativos:

CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos, etc.) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático, etc.) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.

CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.

CD4. Conoce los riesgos y adopta, con la orientación del docente, medidas preventivas al usar las tecnologías digitales para proteger los dispositivos, los datos personales, la salud y el medioambiente, y se inicia en la adopción de hábitos de uso crítico, seguro, saludable y sostenible de dichas tecnologías.

CD5. Se inicia en el desarrollo de soluciones digitales sencillas y sostenibles (reutilización de materiales tecnológicos, programación informática por bloques, robótica educativa, etc.) para resolver problemas concretos o retos propuestos de manera creativa, solicitando ayuda en caso necesario.

### Competencia clave: Competencia en comunicación lingüística.

#### Descriptores operativos:

CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.

CCL2. Comprende, interpreta y valora textos orales, escritos, signados o multimodales sencillos de los ámbitos personal, social y educativo, para participar activamente en contextos cotidianos y para construir conocimiento.

CCL3. Localiza, selecciona y contrasta, con el debido acompañamiento, información sencilla procedente de dos o más fuentes, evaluando su fiabilidad y utilidad en función de los objetivos de lectura, y la integra y transforma en conocimiento para comunicarla adoptando un punto de vista creativo, crítico y personal a la par que respetuoso con la propiedad intelectual.

CCL4. Lee obras diversas adecuadas a su progreso madurativo, seleccionando aquellas que mejor se ajustan a sus gustos e intereses; reconoce el patrimonio literario como fuente de disfrute y aprendizaje individual y colectivo; y moviliza su experiencia personal y lectora para construir y compartir su interpretación de las obras y para crear textos de intención literaria a partir de modelos sencillos.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

### Competencia clave: Competencia ciudadana.

#### Descriptores operativos:

CC1. Entiende los procesos históricos y sociales más relevantes relativos a su propia identidad y cultura, reflexiona sobre las normas de convivencia, y las aplica de manera constructiva, dialogante e inclusiva en cualquier contexto.

CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma

dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.

CC4. Comprende las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno y se inicia en la adopción de estilos de vida sostenibles, para contribuir a la conservación de la biodiversidad desde una perspectiva tanto local como global.

#### 10. Competencias específicas:

##### Denominación

EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

EFI.5.5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.

**11. Criterios de evaluación:**

**Competencia específica: EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.**

**Criterios de evaluación:**

EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.

**Método de calificación: Continua; Modo: Valor final.**

EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.

**Método de calificación: Continua; Modo: Valor final.**

EFI.5.1.3. Ejecutar medidas de seguridad antes, durante y después de la práctica de actividad física, lúdica y deportiva, identificando los contextos de riesgo y actuando con precaución ante ellos.

**Método de calificación: Continua; Modo: Valor final.**

EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

**Método de calificación: Continua; Modo: Valor final.**

**Competencia específica: EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.**

**Criterios de evaluación:**

EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

**Método de calificación: Media aritmética.**

**Competencia específica: EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.**

**Criterios de evaluación:**

EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EFI.5.3.3. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.

**Método de calificación: Media aritmética.**

**Competencia específica: EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.**

**Criterios de evaluación:**

EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.

**Método de calificación: Media aritmética.**

EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.

**Método de calificación: Media aritmética.**

**Competencia específica: EFI.5.5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.**

**Criterios de evaluación:**

EFI.5.5.1. Ajustar las acciones motrices del medio valorando los riesgos del medio natural y urbano en contextos terrestres o acuáticos, salvando los obstáculos, practicando las actividades físicas propuestas y actuando respetuosamente en el entorno.

**Método de calificación: Media aritmética.**

## 12. Sáberes básicos:

### A. Vida activa y saludable

1. Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.
2. Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.
3. Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.

### B. Organización y gestión de la actividad física.

1. Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción.
2. Actitudes consumistas en torno al equipamiento. Investigación, usando recursos digitales y, análisis crítico de la adquisición de material para la práctica físico-deportiva.
3. Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.
4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado. Utilización de recursos digitales.
5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás.
6. Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Posición lateral de seguridad. Conducta PAS (proteger, avisar, socorrer).

### C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

1. Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente o superficies inestables. Estructuración espacial (percepción de objetos, de distancias, orientación, percepción e interceptación de trayectorias, agrupamiento-dispersión y transposición). Estructuración temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (percepción de duraciones, de velocidad, de intervalos, de estructuras, de ritmos y de ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles). Moderadamente diferente en Madrid.
3. Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).
4. Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales.
5. Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Apoyo en recursos digitales.

#### **D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.**

1. Gestión emocional: ansiedad, estrés, ira, tristeza y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión. Introspección, motivación, capacidad de expresión (asertividad) como medio para superar las diferencias individuales en una práctica, lúdica o deportiva, de todos y para todos.
2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.
3. Concepto de fairplay o «juego limpio». Acciones que muestren una amenaza a la práctica deportiva. Hábitos no adecuados, conductas violentas, manipulación del juego.
4. Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

#### **E. Manifestaciones de la cultura motriz.**

1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los deportes como seña de identidad cultural.
2. Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas.
3. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.
4. Deporte e igualdad y perspectiva de género: sexismo en el deporte amateur y profesional.
5. Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.

#### **F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.**

1. Normas de uso: la educación vial desde la actividad física y deportiva. Movilidad segura, saludable y sostenible.
2. Transporte activo, seguro y sostenible: bicicletas, patines, patinetes.
3. Previsión de riesgos de accidente durante la práctica en el medio natural y urbano: valoración previa y actuación.
4. Aplicación, construcción y reutilización de materiales físicos y digitales para la práctica motriz.
5. Práctica de actividades físicas en el medio natural y urbano, valorando las posibilidades que brinda el entorno y clima de Andalucía. Consumo adecuado: búsqueda, construcción, reparación y reutilización de elementos y materiales para la práctica motriz.
6. Cuidado del entorno próximo y de los animales y plantas que en él conviven, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

**13. Vinculación de las competencias específicas con las competencias clave:**

	CC1	CC2	CC3	CC4	CD1	CD2	CD3	CD4	CD5	CE1	CE2	CE3	CCL1	CCL2	CCL3	CCL4	CCL5	CCEC1	CCEC2	CCEC3	CCEC4	STEM1	STEM2	STEM3	STEM4	STEM5	CPSAA1	CPSAA2	CPSAA3	CPSAA4	CPSAA5	CP1	CP2	CP3
EFI.5.1					X	X	X					X																						
EFI.5.2					X	X	X																											
EFI.5.3		X	X									X			X													X	X	X				
EFI.5.4			X	X	X	X	X											X	X	X	X													
EFI.5.5		X	X					X	X	X													X											

**Leyenda competencias clave**

Código	Descripción
CC	Competencia ciudadana.
CD	Competencia digital.
CE	Competencia emprendedora.
CCL	Competencia en comunicación lingüística.
CCEC	Competencia en conciencia y expresión culturales.
STEM	Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.
CPSAA	Competencia personal, social y de aprender a aprender.
CP	Competencia plurilingüe.

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

**Año académico:** 2025/2026      **Curso:** 5º de Educ. Prima.

**Título:** SdA 1 bis EF 5º: Juegos alternativos

**Temporalización:** septiembre y octubre

**Justificación:** Los deportes alternativos son una buena opción para tercer ciclo porque además de trabajar distintas habilidades básicas y específicas son deportes en los que todos los alumnos/as parten del mismo nivel de conocimiento. Se favorece la socialización entre los miembros del grupo y promueven la cooperación y el trabajo en equipo de toda la clase. Desarrollando valores como la tolerancia, la solidaridad y la no discriminación.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
EFI.5.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.
EFI.5.2.Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.
EFI.5.3.Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
EFI.5.4.Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
EFI.5.1.2.Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.
EFI.5.1.4.Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.
EFI.5.2.2.Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.
EFI.5.2.3.Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.
EFI.5.3.1.Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.
EFI.5.4.2.Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.
SABERES BÁSICOS
EFI.5.A.3.Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.
EFI.5.B.1.Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción.
EFI.5.B.3.Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.
EFI.5.B.5.Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás.
EFI.5.C.1.Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de

envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.5.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente o superficies inestables. Estructuración espacial (percepción de objetos, de distancias, orientación, percepción e interceptación de trayectorias, agrupamiento-dispersión y transposición). Estructuración temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (percepción de duraciones, de velocidad, de intervalos, de estructuras, de ritmos y de ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles). Moderadamente diferente en Madrid.

EFI.5.C.3. Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).

EFI.5.C.4. Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales.

EFI.5.C.5. Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz.

Apoyo en recursos digitales.

EFI.5.D.1. Gestión emocional: ansiedad, estrés, ira, tristeza y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión. Introspección, motivación, capacidad de expresión (asertividad) como medio para superar las diferencias individuales en una práctica, lúdica o deportiva, de todos y para todos.

EFI.5.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.

EFI.5.D.4. Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

EFI.5.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los deportes como seña de identidad cultural.

EFI.5.E.4. Deporte e igualdad y perspectiva de género: sexismo en el deporte amateur y profesional.

EFI.5.E.5. Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.

#### **DESCRIPTORES OPERATIVOS**

CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.

CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias entre distintas culturas y la necesidad de respetarlas.

CCEC2. Reconoce y se interesa por las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.

CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.

CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos, ...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático, ...) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.

CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.

CE3. Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros y en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.

CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.

CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje, y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.

CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.

STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.

STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** TORNEO FUTBEISBOL Y RINGOL

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> FUTBEISBOL 2 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
Realizamos diferentes ejercicios de golpes con el pie y carreras. Explicamos sobre el terreno el deporte alternativo.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento : La roca con el pie Parte Principal: Golpes largos Carrera hacia los conos Vivenciamos el deporte en el terreno de juego (golpes balón, posiciones y carreras) Funciones de cada jugador, <b>VUELTA A LA CALMA:</b> Bomba	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa Cooperación competición Descubrimiento guiado	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
1 sesión	Material específico de E.F. (pelotas, conos, petos).
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar. EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria. EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable. EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción. EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación. EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial. EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales. EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> FUTBEISBOL ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Motivación)
En esta sesión damos a conocer al alumnado el deporte alternativo de futbeisbol a través de distintos vídeos y le enseñamos las normas

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: FUTBEISBOL (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)</b>	
básicas de juego.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Explicación normas básicas del Futbeisbol Videos demostrativos Debate	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
1 Sesión	Pizarra digital, internet, YouTube
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.</p> <p>EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.</p> <p>EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: FUTBEISBOL 3 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)</b>	
Dividimos la clase en 2 grupos para realizar partidos de futbeisbol en clase.	
<b>EJERCICIOS</b>	
3 SESIONES	
CALENTAMIENTO: Caballería, tulipán, Lobos y ovejas.	
PARTE PRINCIPAL : Partidos Futbeisbol	
VUELTA A LA CALMA: Ratón y ratita, bomba, pueblo duerme	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa	
Resolución de problemas	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: FUTBEISBOL 3 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)</b>				
A. cooperativo				
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>		
3 Sesiones	Material específico de E.F. (conos, petos, pelota blandita)			
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>				
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>				
<b>CRITERIOS</b>				
<p>EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.</p> <p>EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.</p> <p>EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.</p>				
<b>TRAZABILIDAD</b>				
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>				

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: FUTBEISBOL 4 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)</b>				
Se evalúa a través de una rúbrica a los alumnos/as durante el partido de futbeisbol.				
<b>EJERCICIOS</b>				
Partidos de futbeisbol.				
<b>METODOLOGÍA</b>				
Activa y participativa. Resolución de problemas A cooperativo				
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>		
1-2 sesiones	Material específico de E.F (conos, petos, pelota blandita).			
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>				
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las</p>				

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: FUTBEISBOL 4 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)</b>	
<p>habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.</p> <p>EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.</p> <p>EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: RINGOL (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)</b>	
<p>Durante esta sesión acercamos al alumnado al deporte alternativo Ringol. Se realiza el visionado de las normas del juego así como de las diferentes competiciones escolares.</p>	
<b>EJERCICIOS</b>	
<p>Explicación del deporte alternativo Visionado de vídeos Debate</p>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<p>Activa y participativa.</p>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
1 sesión	Pizarra digital . Internet (YouTube) Página oficial de Ringol
<b>RECURSOS</b>	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia</p>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: RINGOL (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)</b>	
de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	
EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: RINGOL 1 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)</b>	
En esta sesión nos centramos en los golpeos con las distintas partes del cuerpo (menos puño y cabeza). De forma individual y colectiva.	
<b>EJERCICIOS</b>	
CALENTAMIENTO 1x2 PARTE PRINCIPAL - Golpeos con distintas partes del cuerpo (menos cabeza, puño, punta del pie). Grupos de 6. - Golpeos pero 2 personas la quedan en el centro. Quitar la pelota en el aire sin tocar al adversario. Grupos de 6. - Golpeos a la pared (frontón). - Relevos por parejas (golpeo brazos) VUELTA Á LA CALMA Estiramientos	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa Descubrimiento guiado Resolución de problemas A. cooperativo	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
1 sesión	
<b>RECURSOS</b>	
Material específico de Educación Física	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz,	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: RINGOL 1 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)</b>	
valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	
EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: RINGOL 2 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)</b>	
Nos centramos en los golpeos parados y en movimiento así como al lanzamiento al aro.	
<b>EJERCICIOS</b>	
CALENTAMIENTO: Cadena corta PARTE PRINCIPAL - Golpeos con distintas partes del cuerpo (menos cabeza, puño, punta del pie). Grupos de 6. - Golpeos pero 2 personas la quedan en el centro. Quitar la pelota en el aire sin tocar al adversario. Grupos de 6. - Gopeos a la pared (frontón). - Lanzamientos al aro del compañero que lo sujetaba en alto. - Dibujar con tiza un rectángulo y se divide en dos y cada mitad en dos para hacer pases con las manos a los compañeros. VUELTA A LA CALMA: Estiramientos	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa Descubrimiento guiado A. cooperativo-competitivo	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
1 sesión	Material específico de E.F. (aros, pelotas, petos, conos)
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar. EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria. EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: RINGOL 2 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)</b>	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	
EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

### **EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE**

<b>INDICADORES:</b>
Resultados de la evaluación de la materia. Métodos didácticos y Pedagógicos. Adecuación de los materiales y recursos didácticos. Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales. Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2025/2026      Curso: 5º de Educ. Prima.

Temporalización: 30 de septiembre al 15 de noviembre

Título: SDA 1 E.F.5º: DEPORTES ALTERNATIVOS:  
Colpol, Artziquirol, Twincon, ¿El Pichi..

**Justificación:** Los juegos y deportes alternativos introducen nuevos hábitos deportivos dando más énfasis a los aspectos recreativos de relación, cooperación y comunicación entre las personas, que a los aspectos relacionados con la competición.  
¿Por qué juegos y deportes alternativos? Tengo varias respuestas a esta pregunta. Pretendo evitar el condicionamiento de trabajar siempre unidireccionalmente, pues estos juegos y deportes alternativos, nos brindan el descubrimiento de numerosas posibilidades educativas, recreativas, de ejercicio, diversión y valores como la coeducación, participación, compañerismo....  
Al final de esta SdA, el alumnado habrá autoconstruido el material a utilizar durante toda la SdA, realizará una exposición y elaborarán un diario digital

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

##### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

##### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.

EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.

EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.

EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.

EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.

##### SABERES BÁSICOS

EFI.5.B.1. Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción.

EFI.5.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado. Utilización de recursos digitales.

EFI.5.C.1. Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un

móvil.

EFI.5.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente o superficies inestables. Estructuración espacial (percepción de objetos, de distancias, orientación, percepción e interceptación de trayectorias, agrupamiento-dispersión y transposición). Estructuración temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (percepción de duraciones, de velocidad, de intervalos, de estructuras, de ritmos y de ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles). Moderadamente diferente en Madrid.

EFI.5.C.3. Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).

EFI.5.C.4. Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales.

EFI.5.C.5. Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz.

Apoyo en recursos digitales.

EFI.5.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.

EFI.5.D.3. Concepto de fairplay o «juego limpio». Acciones que muestren una amenaza a la práctica deportiva. Hábitos no adecuados, conductas violentas, manipulación del juego.

EFI.5.E.1. Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los deportes como seña de identidad cultural.

EFI.5.E.4. Deporte e igualdad y perspectiva de género: sexismo en el deporte amateur y profesional.

EFI.5.E.5. Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.

#### **DESCRIPTORES OPERATIVOS**

CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.

CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias entre distintas culturas y la necesidad de respetarlas.

CCEC2. Reconoce y se interesa por las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.

CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.

CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, video, programa informático) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.

CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.

CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.

CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje, y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.

CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto y

coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.  
STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Exposición de proyectos.

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Elaboración del proyecto ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Motivación)	
Por parejas deberán buscar información sobre un juego y deporte alternativo y preparar una presentación para el resto de sus compañeros. Deberán explicar cómo se juega.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Elaboración del proyecto Presentación	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Trabajo cooperativo	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
30 septiembre al 11 de octubre	
<b>RECURSOS</b>	
TICs, cartulinas, folios, tijeras, rotuladores...	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Presentaciones orales	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Coordinación oculo-manual ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
Trabajar la coordinación óculo-manual con pelotas de diferente tamaño y composición.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Retos de pase y recepción. juegos cooperativos. juego de balón torre. juego de los 10 pases juego de cerdito al medio paso en estático- pase en movimiento paso con y sin oposición.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
trabajo cooperativo	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
30 de septiembre al 11 de octubre	
<b>RECURSOS</b>	
pelotas, conos, aros, cuerdas...	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.	
EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Coordinación oculo-manual ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
Trabajos manuales o plásticos	<b>TRAZABILIDAD</b>
	<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Datchball ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Aprendemos a jugar a datchball	<b>EJERCICIOS</b>
jugar a datchball adaptación de las normas que favorezcan la participación.	<b>METODOLOGÍA</b>
trabajo cooperativo	<b>TEMPORALIZACIÓN</b> <b>RECURSOS</b>
14 al 18 de octubre	conos, pelotas, aros, petos
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	
EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Trabajos manuales o plásticos	<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Wallball ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Aprendemos a jugar a wallball	<b>EJERCICIOS</b>
Jugar a wallball	<b>METODOLOGÍA</b>
trabajo cooperativo	<b>TEMPORALIZACIÓN</b> <b>RECURSOS</b>
21 al 25 de octubre	pelotas, petos, conos, cuerdas, cinta.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Wallball ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	

Trabajos manuales o plásticos

**ARCHIVO ADJUNTO**

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Sittingball ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Aprendemos a jugar a sittingball	
<b>EJERCICIOS</b>	
jugar a sitting ball	
<b>METODOLOGÍA</b>	
metodologías activas	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
28 octubre al 9 de noviembre	pelotas, conos, petos, cuerdas
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.	
EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Observaciones conductuales	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Proyecto final ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)	
Jugamos al juego elegido por los compañeros	
<b>EJERCICIOS</b>	
jugar al deporte elegido	
<b>METODOLOGÍA</b>	
cooperación	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
11 al 15 de noviembre	material deportivo
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Proyecto final ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)	
EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.	
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	<b>TRAZABILIDAD</b>
Proyectos finales	<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

### EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

<b>INDICADORES:</b>
Resultados de la evaluación de la materia.
Métodos didácticos y Pedagógicos.
Adecuación de los materiales y recursos didácticos.
Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.
Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2025/2026      Curso: 5º de Educ. Prima.

Título: SDA 2 EF: Junto a por el reto. Juegos cooperativos

Temporalización: Octubre-noviembre

**Justificación:** Los juegos cooperativos aportan al alumnado numerosos beneficios entre los que destacan: disfrutar en grupo, mejorar las relaciones entre las personas, el clima y el ambiente del grupo, convivir en grupo y sentirse responsable de sí mismo y de los demás, comunicarse positivamente con los demás, desarrollar el sentido de la responsabilidad social y la capacidad de cooperación, favorecer la integración, superar el egocentrismo y desarrollar la empatía, mejorar la motivación y el interés de los niños, tener confianza en sus propias capacidades y de los demás, vivir positivamente los conflictos y expresar sentimientos y reconocerlos con el fin de comprender y aceptar los de los otros.

Además, se realiza al inicio del curso para mejorar e incrementar el nivel de cohesión del alumnado y las relaciones sociales entre ellos.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

##### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

##### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.

EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

EFI.5.3.3. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.

##### SABERES BÁSICOS

EFI.5.A.2. Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.

EFI.5.A.3. Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.

EFI.5.B.1. Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción.

EFI.5.B.3. Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.

EFI.5.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado. Utilización de recursos digitales.

EFI.5.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás.

EFI.5.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.

EFI.5.D.4. Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

<b>DESCRIPTORES OPERATIVOS</b>	
CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.	
CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.	
CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.	
CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.	
CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos, ...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.	
CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático, ...) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.	
CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.	
CE3. Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros y en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.	
CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.	
CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.	
CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.	
CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje, y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.	
CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.	
STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.	
STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.	
STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.	

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Completar entre toda la clase un retos cooperativos

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: CARTA (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)</b>	
El alumnado recibe una carta del programa "Grand Prix". Les ofrece participar en un reto cooperativo.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento y activación corporal Juegos de persecución Recepción de la carta Lluvia de ideas de posibles retos que podrían ser Explicación del producto final Aseo	
<b>METODOLOGÍA</b>	
En cuanto a metodología activa, utilizamos un aprendizaje basado en retos. Los alumnos/as, como protagonistas de su aprendizaje, guiados por la autonomía y socialización, resuelven planteamientos motrices, de organización y de autoevaluación. Nuestra línea de acción integra aspectos tales como la colaboración, el juego limpio, la autonomía personal, el autoconocimiento, la superación de dificultades, los hábitos de vida saludable y la resolución de conflictos. Los agrupamientos durante el desarrollo de la SDA son flexibles, es decir, individual, en pequeño grupo y en gran grupo. En cuanto a la atención a la diversidad, se hace uso del Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) como eje vertebrador para atender a la diversidad. Se trata de un enfoque de enseñanza útil y eficaz para responder a las dificultades de aprendizaje de los alumnos/as	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
Sesión 1	Carta de motivación
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Observación directa	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: Nos activamos (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)</b>	
Realizamos juegos conocidos por el alumnado en los cuales se practican habilidades motrices básicas, genéricas, estrategias en juego cooperativo y competitivo. Al ser juegos conocidos y realizado por el alumnado en años anteriores, los resultados nos sirven como evaluación inicial para comprobar el grado de competencia motriz del alumno, así como, para valorar aspectos sociales del grupo.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Calentamiento y activación Juegos de persecución Juegos en pareja: noche y día, tocar rodilla Juegos en gran grupo: policías y ladrones y mate Aseo y vuelta a la calma	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Utilizamos un estilo de enseñanza tradicional, es decir, la asignación de tareas. La docente explica los diferentes juegos al alumnado y ellos lo ejecutan. Las estrategias para llevar a cabo cada juego si las deciden ellos	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
Sesión 2	Material propio del área de EF

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Nos activamos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.3.Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.3.3.Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Observación directa	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Qué sabemos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)					
Preparamos al alumnado actividades y ejercicios relacionadas directamente con el reto. El objetivo es saber de dónde parten ellos para ajustar después la fase de estructuración y el producto final. La docente explora y observa qué habilidades tienen adquiridas y cuales no, así como, cuales están en proceso.					
Preparamos dos sesiones de lanzamientos, una sesión de golpeos y una sesión de juegos matemáticos					
<b>EJERCICIOS</b>					
Sesiones de lanzamiento: - Calentamiento y activación - Pilla pilla con lanzamiento - Lanzamiento con la pelota al cono - Lanzar el aro dentro del cono - Juego del mareito - Lanzamiento de saquitos - Aseo y recogida					
Sesión de golpeos: - Calentamiento y activación - Pilla pilla golpeo - En grupos de 3: golpear lo más lejos posible, el reloj, que no caiga - Balonmano con golpeos - Aseo y recogida de material					
Sesión de juegos matemáticos - Calentamiento y activación - El número prohibido - 3 en raya en pequeño grupo - Pañuelito con operaciones Relevos + formar un puzzle					
<b>METODOLOGÍA</b>					
Por un lado, utilizamos un estilo de enseñanza tradicional, es decir, la asignación de tareas. La docente explica los diferentes juegos al alumnado y ellos lo ejecutan. Las estrategias para llevar a cabo cada juego si las deciden ellos mismos. Por otro lado, nuestra línea de acción integra aspectos tales como la colaboración, el juego limpio, la autonomía personal, el autoconocimiento, la superación de dificultades, los hábitos de vida saludable y la resolución de conflictos. Los agrupamientos durante el desarrollo de la SDA son flexibles, es decir, individual, en pequeño grupo y en gran grupo. En cuanto a la atención a la diversidad, se hace uso del Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) como eje vertebrador para atender a la diversidad. Se trata de un enfoque de enseñanza útil y eficaz para responder a las dificultades de aprendizaje de los alumnos/as					
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <th style="text-align: center;"><b>TEMPORALIZACIÓN</b></th> <th style="text-align: center;"><b>RECURSOS</b></th> </tr> <tr> <td>Sesiones 3 4 5 y 6</td> <td>Utilizamos material propio del área de EF: pelotas de goma espuma, conos, aros, folios de números, petos, etc.</td> </tr> </table>		<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>	Sesiones 3 4 5 y 6	Utilizamos material propio del área de EF: pelotas de goma espuma, conos, aros, folios de números, petos, etc.
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>				
Sesiones 3 4 5 y 6	Utilizamos material propio del área de EF: pelotas de goma espuma, conos, aros, folios de números, petos, etc.				
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>					
EFI.5.3.Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva,					

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Qué sabemos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración) haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.3.3. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	

Observación directa

**ARCHIVO ADJUNTO**

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Elección y práctica reto ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)					
En esta fase el alumnado, en equipo aleatorios, debe proponer 5 mini retos a superar. Recordar que los retos son cooperativos y participa toda la clase. Con la propuesta del alumnado + propuestas de la docente, en equipos deben elegir 2 retos de 15 a los que enfrentarse en el reto final. Cada equipo de la clase elige 2 y completa una serie de preguntas (por qué se ha elegido, qué estrategias van a llevar a cabo, etc. )					
A continuación, en las siguientes sesiones, el alumnado practica esos retos. Valoran el grado de consecución de la meta, debaten sobre qué estrategia sería más adecuada para llevarlo a cabo, cambios que tengan que realizar, mejoras, etc.					
<b>EJERCICIOS</b>					
Sesión 7: propuesta y elección de los retos Sesiones 8 y 9: práctica de esos retos. Cada grupo clase habrá elegido sus retos. La estructura de la sesión será similar al resto - Calentamiento y activación - Práctica de los juegos del reto Aseo y recogida					
<b>METODOLOGÍA</b>					
Utilizamos una metodología en la cual el alumno sí es protagonista del aprendizaje. Nuestra línea de acción integra aspectos tales como la colaboración, el juego limpio, la autonomía personal, el autoconocimiento, la superación de dificultades, los hábitos de vida saludable y la resolución de conflictos. Los agrupamientos durante el desarrollo de la SDA son flexibles, es decir, individual, en pequeño grupo y en gran grupo.					
<table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;"><b>TEMPORALIZACIÓN</b></th><th style="text-align: center;"><b>RECURSOS</b></th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">Sesiones 7, 8 y 9</td><td style="text-align: center;">Material propio del área de EF Ficha de selección de retos</td></tr> </tbody> </table>		<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>	Sesiones 7, 8 y 9	Material propio del área de EF Ficha de selección de retos
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>				
Sesiones 7, 8 y 9	Material propio del área de EF Ficha de selección de retos				
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>					
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.					
<b>CRITERIOS</b>					
EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.					
<b>TRAZABILIDAD</b>					
Observación directa					
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>					

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> RETO ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Llegó el gran día. Realizamos los retos elegidos y practicados por ellos. Les recordamos las normas de cada uno de ellos. los puntos que obtienen, el objetivo final y la importancia de actuar como equipo.	
<b>EJERCICIOS</b>	

Calentamiento y activación

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: RETO (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)</b>	
Puesta en práctica de los diferentes retos Aseo y recogida	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Nuestra línea de acción integra aspectos tales como la colaboración, el juego limpio, la autonomía personal, el autoconocimiento, la superación de dificultades, los hábitos de vida saludable y la resolución de conflictos. Los agrupamientos durante el desarrollo de la SDA son flexibles, es decir, individual, en pequeño grupo y en gran grupo. En cuanto a la atención a la diversidad, se hace uso del Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) como eje vertebrador para atender a la diversidad. Se trata de un enfoque de enseñanza útil y eficaz para responder a las dificultades de aprendizaje de los alumnos/as	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
Sesiones 10 Y 11	Material propio del área de EF y necesario para cada reto
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.3.Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.3.3.Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Observación directa	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: VALORAMOS (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)</b>	
En esta actividad realizamos una lluvia de ideas y debate sobre toda la situación de aprendizaje. Qué retos elegimos, si conseguimos llevarlos a cabo, propuesta de mejora, sentimiento que ha provocado, etc. Además, el alumnado realiza una autoevaluación de su propio aprendizaje y compromiso tanto con el grupo de trabajo como con la clase Por último, valoraremos con las evidencias recogidas en el cuaderno del profesor, aspectos tales como el aseo, el cumplimiento del menú semanal, la práctica y actitud durante los calentamientos, el grado de participación y responsabilidad del alumnado.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Debate en gran grupo Ficha de autoevaluación	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Nuestra línea de acción integra aspectos tales como la colaboración, el juego limpio, la autonomía personal, el autoconocimiento, la superación de dificultades, los hábitos de vida saludable y la resolución de conflictos. En este caso, utilizamos la reflexión personal y grupal para valorar todos estos ítems.	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
Sesión 12	Ficha de autoevaluación
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.2.Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Debate	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

## EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

### INDICADORES:

- Resultados de la evaluación de la materia.
- Métodos didácticos y Pedagógicos.
- Adecuación de los materiales y recursos didácticos.
- Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.
- Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2025/2026      Curso: 5º de Educ. Prima.

Título: SdA 3 EF 5º: "Brigada de la salud" (CFB)

Temporalización: Noviembre y diciembre

- Justificación:
- a) Mejorar nuestra forma física global.
  - b) Experimentar un amplio abanico de posibilidades lúdicas que nos ofrece la práctica físico-deportiva.
  - c) Comprender la naturaleza de cada una de las cualidades físicas básicas y su contribución al bienestar físico y mental.
  - d) Aprender alternativas al entrenamiento tradicional de las cualidades físicas básicas.
  - e) Ser capaces de auto gestionar nuestro tiempo de ocio para que resulte saludable.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

##### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

##### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.

EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.

EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.

##### SABERES BÁSICOS

EFI.5.A.1. Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.

EFI.5.A.2. Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.

EFI.5.A.3. Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.

EFI.5.B.1. Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción.

EFI.5.B.3. Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.

EFI.5.B.4. Planificación y autorregulación de proyectos motores: seguimiento y valoración durante el proceso y del resultado. Utilización de recursos digitales.

EFI.5.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás.

EFI.5.D.2. Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.

EFI.5.D.3. Concepto de fairplay o «juego limpio». Acciones que muestren una amenaza a la práctica deportiva. Hábitos no adecuados, conductas violentas, manipulación del juego.

EFI.5.D.4. Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

EFI.5.E.5. Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.

**DESCRIPTORES OPERATIVOS**

CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.

CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos, ...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático, ...) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.

CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.

CE3. Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros y en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.

CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.

CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje, y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.

CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.

STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.

STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Alumnado Docente

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Resistencia #1 <b>(TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Actividades, ejercicios y juegos para desarrollar la resistencia.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición: en este primer momento abordaremos brevemente las CFB y la influencia de su desarrollo en nuestro estado de salud general.</li> <li>- Espejo: el maestro/a se irá desplazando de distintas formas (carrera lateral, skipping, talones atrás, paso cruzado, saltos, agachado, de pie, rotación de cadera) y los alumnos tendrán que realizar el mismo tipo de desplazamiento que el maestro/a.</li> <li>- Ladrones de tesoros: se dividirá la clase en dos equipos, cada uno de ellos se colocará en uno de los extremos de una zona abierta, a unos 60 u 80m un equipo de otro. El maestro colocará 30 conos chinos en cada extremo del campo. Estos conos chinos serán el tesoro de cada equipo. Cuando el maestro toque el silbato, los componentes de cada equipo tendrán que ir hasta el extremo del campo contrario y robar el tesoro del rival para llevárselo a su guarida. Cada jugador solo podrá robar un cono chino por trayecto. Finalmente y pasados unos minutos, el maestro volverá a hacer sonar el silbato, momento en que todo el mundo deberá soltar lo que tenga en las manos y volver a su guarida para hacer el recuento de conos. El equipo que acumule un mayor tesoro (más conos) será el vencedor.</li> <li>- Explicación de cómo tomar pulsaciones de la FC.</li> <li>- 200m: por grupos de entre 8 y 12, se harán series de 200m para que los alumnos/as experimenten el trabajo de anaeróbico láctico y sientan los efectos de la lactacidemia. Justo al terminar el ejercicio, deberán realizar una toma de la FC.</li> <li>- Pilla pilla infinito: ejercicio de persecución. Para saber quién pilla tras tocar a alguien habrá que hacer Piedra/papel/tijeras. Se irán haciendo diferentes variantes.</li> </ul>	
<p>Vuelta a la calma:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respiración y toma de FC en reposo.</li> </ul>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
Sesión 1	Pañuelos o petos, balones, silbato, tiza y conos.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.</p> <p>EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso</p>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Resistencia #1 <b>(TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
seguido y al resultado obtenido.	
EFI.5.3.2.Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	
<b>TRAZABILIDAD</b> <b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Fuerza #1 <b>(TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)					
Actividades, ejercicios y juegos destinados a desarrollar la capacidad física de la fuerza.					
<b>EJERCICIOS</b>					
<p>- Abordaremos brevemente la influencia del desarrollo de la fuerza en nuestro estado de salud general. Trataremos brevemente sus tipologías y cómo ésta mejora nuestra autonomía, postura y dinamismo metabólico.</p> <p>- Lucha de cocodrilos: los jugadores tendrán que distribuirse por parejas, ponerse en posición de plancha, enfrentados, de manera que cada uno esté de cara a su compañero y rival y se apoye en las puntas de sus pies y sus manos. Cuando el maestro dé la salida, cada jugador deberá intentar desequilibrar a su rival mediante golpeos y tirones de las extremidades superiores, al tiempo que trata de mantenerse en posición de plancha sobre sus pies y manos.</p> <p>- Pelea de Gallos: en cuclillas deberemos empujar a nuestro compañero/a para hacerle caer. Control de la fuerza para no hacer daño.</p> <p>- Pulso gitano: los jugadores se colocarán por parejas uno frente al otro y se cogen de la mano. Cada uno adelantará un pie y pondrá el exterior del mismo junto al exterior del pie del rival. Cuando se da el inicio, cada jugador debe maniobrar para desequilibrar al rival sin ser desequilibrado y sin mover los pies de su apoyo original.</p> <p>- Me doy la vuelta: por parejas, una persona sobre otra boca abajo, la persona que esté debajo deberá darse la vuelta. Segunda ronda, igual pero levantándose.</p> <p>- Carretillas humanas: por parejas, desplazarse por el espacio cogiendo a nuestros compañero/a por los pies mientras éste se apoya en sus manos.</p> <p>- Trar de la soga: Variante por parejas e ir incrementando el número de participantes. Este juego tradicional, consiste en separar la clase en dos equipos y trazar una línea con tiza en medio del recinto de juego. Cada extremo de la soga (que debe de ser muy resistente) estará a un lado de la línea marcada. Un equipo tirará desde un lado de la soga y el otro equipo desde el opuesto, de forma que las fuerzas de tracción se opongan. El equipo ganador, será aquel que logre que su rival supere la línea trazada con tiza.</p>					
Vuelta a la calma:					
Estiramientos.					
<b>METODOLOGÍA</b>					
Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.					
<table border="1"> <thead> <tr> <th><b>TEMPORALIZACIÓN</b></th><th><b>RECURSOS</b></th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Sesión 2</td><td>Cuerda, tiza, pañoletas o petos, y conos (recomendable esterillas o tatamis).</td></tr> </tbody> </table>		<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>	Sesión 2	Cuerda, tiza, pañoletas o petos, y conos (recomendable esterillas o tatamis).
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>				
Sesión 2	Cuerda, tiza, pañoletas o petos, y conos (recomendable esterillas o tatamis).				
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>					
<p>EFI.5.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2.Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3.Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>					

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Fuerza #1 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	
EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.	
EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Trabajo en clase	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Velocidad 1 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
<b>ACTIVIDADES, EJERCICIOS Y JUEGOS</b>	
<b>EJERCICIOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trataremos brevemente de la velocidad, sus tipologías (de reacción, gestual, de desplazamiento), su relación con la fuerza y como esta mejora nuestra relación con el entorno y nuestra funcionalidad en el medio.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arranca colas: este primer juego para entrar en calor, es un juego tradicional que nos permitirá trabajar la velocidad de desplazamiento, gestual y de reacción. Cada jugador cogerá un peto o pañuelo y se lo pondrá a modo de cola, con un extremo sujeto en la cintura del pantalón y el otro colgando. Cuando se dé la salida, cada jugador deberá moverse por la pista tratando de evitar que le quiten su pañuelo y al mismo tiempo tratando de robar el de los compañeros.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perros y gatos: se trazará una línea que separe la pista en dos mitades y se colocará a la mitad de la clase a lo largo de un lado de la línea y la otra mitad al otro. Cada jugador tendrá delante a su rival. Si el maestro grita moros, serán los de un lado los que tengan que pillar y si por el contrario grita cristianos, se invertirán los papeles. Existen muchas variantes como por ejemplo emplear señales de salida visuales en vez de sonoras o emplear distintos repertorios de palabras. También se pueden hacer salidas variadas, ya sea de espaldas, partiendo de sentados, tumbados, boca abajo, etc.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- El palmeo: cada jugador deberá buscar una pareja. Los dos jugadores se colocarán uno frente al otro. Uno con las palmas de las manos hacia arriba y el otro con las palmas de las manos hacia abajo y por encima de las de su compañero. El compañero con las palmas por debajo deberá intentar golpear los dorsos de las manos del otro, y este tratará de apartarlas antes de ser golpeado. El jugador que más veces golpee las manos de su rival y menos golpes reciba ganará. Cuando una pareja haya realizado 5 rondas, cada uno de sus componentes, buscará un nuevo compañero de juego.</li> </ul>	
<p>Vuelta a la calma: Palmitas Ma-ri-po-sa: cada vez habrá que ir incrementando la velocidad tanto de palmas como de la canción.</p>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
Sesión 3	Pañuelos o petos, balones, silbato, tiza y conos.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Velocidad 1 <b>(TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	
EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.	
EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Trabajo en clase	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	
<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Flexibilidad 1 <b>(TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Actividades, ejercicios y juegos destinados a mejorar y desarrollar la capacidad física de la flexibilidad.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trataremos la flexibilidad y las distintas maneras para mejorarla, así como que métodos de flexibilidad hay que emplear en cada momento (en sesiones aisladas, antes de la actividad física o después de la misma). También se expondrán conceptos básicos sobre los músculos más empleados o visibles para los alumnos/as.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arriba y abajo: cuatro equipos y los alumnos de cada uno de ellos, se colocarán en fila. El primero de cada fila sostendrá un balón y a la señal de salida la entregará por debajo de las piernas al compañero que está detrás de él. Este a su vez e inclinándose hacia atrás, entregará la pelota por encima de la cabeza al siguiente compañero y éste de nuevo por debajo de las piernas. El último jugador de la fila, al recibir la pelota, correrá hasta el inicio de la fila y empezará las entregas de nuevo. El primer equipo que logre avanzar hasta la línea de meta, será el vencedor. Este ejercicio permitirá el trabajo de flexibilidad de tren superior y tronco. Introducir variantes.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- La valla creciente: los alumnos se colocarán en fila mientras dos de sus compañeros sostiene una goma elástica por ambos extremos. Los alumnos tendrán que saltar dicha goma. En cada turno de saltos, la goma se elevará un poco y de esta manera cada vez tendrán que ampliar el ángulo de apertura de las piernas en la zancada de impulso. Se puede realizar una variante en que la goma empieza muy alta y va bajando y los alumnos tienen que pasar por debajo sin emplear ningún apoyo que no sean los pies y solo inclinándose hacia atrás (limbo).</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esquivar la soga: el maestro/a se colocará en el centro de la pista sujetando una cuerda no excesivamente gruesa y los alumnos se colocarán a su alrededor. En un momento determinado, el profesor empezará a girar y a hacer girar la soga variando la velocidad y la altura, de forma que los alumnos tengan que esquivarla, saltándola, agachándose o inclinándose hacia atrás. Si la soga toca a un alumno este será eliminado y deberá correr rodeando la zona de juego durante dos turnos, momento en el que podrá volver a entrar.</li> </ul>	
<p>Vuelta a la calma: Estiramientos estáticos.</p>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
<b>RECURSOS</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Flexibilidad 1 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Sesión 4	Tiza, gomas elásticas, balones y cuerdas.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.</p> <p>EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.</p> <p>EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Trabajo en clase	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Resistencia #2 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
Actividades, ejercicios y juegos para desarrollar la capacidad física de la resistencia.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición: en esta ocasión se expondrán los principios básicos del entrenamiento de la resistencia y los tipos de resistencia que hay, así como algunos de los deportes que requieren de cada una de ellas. Por ejemplo como la resistencia aeróbica en las pruebas de carrera de larga distancia, en las vueltas ciclistas, triatlón, o la resistencia anaeróbica láctica en la prueba de 400m.</li> <li>- El pez que se muerde la cola: se formará una cadena (o más en función del número de jugadores). El primer jugador de la cadena tratará de atrapar al último y el último tratará de no ser atrapado. Cuando finalmente lo atrapa, la cabeza se pondrá a la cola y la nueva cabeza tendrá que atraparla, iniciándose de nuevo el juego. Este juego de resistencia nos permitirá trabajar de forma continua, con cambios de intensidad a modo de Fartlek.</li> <li>- el circuito: se monta un circuito en la que alterna carrera normal, salto de obstáculos, zigzag, desplazamiento en cuadrupedia y salto a pies juntos. Cada turno deberá realizar 3 o 4 vueltas al circuito en función de su longitud. Mediante este circuito, podremos experimentar la sensación de un trabajo de resistencia anaeróbico láctico.</li> <li>- Baloncesto con rebote: en esta ocasión realizaremos partidos de baloncesto 3x3, permitiendo el rebote en las paredes, limitando la normativa y permitiendo después de canasta el juego lo continúe el equipo que consiga coger el balón. De esta forma practicaremos de forma jugada un método interválico intensivo en un principio, que se irá relajando a medida que aparezca el agotamiento.</li> <li>- Serpientes, coyotes y halcones: para empezar la sesión siempre es conveniente realizar un ejercicio de activación y para ello, son apropiados los juegos de pillar. En esta ocasión dividiremos la clase en 3 grupos y los componentes de cada uno de ellos se identificarán por llevar colgando de la cintura del pantalón a modo de cola, un peto de un color determinado. El primer equipo será el equipo de las serpientes, el segundo el de los coyotes y el tercero el de los halcones. Cada equipo tendrá una zona desde la que empezar a jugar al</li> </ul>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Resistencia #2 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
<p>principio del juego y a la que tendrán que regresar sus jugadores al ser eliminados. Cuando se dé la salida, el equipo de las serpientes deberá intentar quitar los petos al equipo al de los coyotes, puesto que las serpientes pican a los coyotes, El equipo de los coyotes a su vez, deberá tratar de quitar los petos a los halcones, puesto que los coyotes cazan aves y comen sus huevos y crías. Por último, los halcones deberán quitar el peto a las serpientes, puesto que los halcones cazan pequeños reptiles y serpientes. Cada equipo tendrá una zona desde la que empezar a jugar al principio del juego y a la que tendrán que regresar sus jugadores al ser eliminados. Cuando se dé la salida, el equipo de las serpientes deberá intentar quitar los petos al equipo al de los coyotes, puesto que las serpientes pican a los coyotes,</p>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<p>*** Continuación ejercicios ***</p> <p>Vuelta de 200 m alrededor de la pista. Toma de la FC al terminar.</p> <p>Vuelta a la calma.</p> <p>Estiramientos y toma de la FC en reposo.</p>	
<p>Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.</p>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
Sesión 5	Pañuelos o petos, balones, silbato, tiza y conos.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.</p> <p>EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.</p> <p>EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Trabajo en clase	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Fuerza #2 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
Actividades, ejercicios y juegos para desarrollar la CFB de la fuerza.	
<b>EJERCICIOS</b>	

- Exposición: en este primer momento abordaremos brevemente las CFB y la influencia de su desarrollo en nuestro estado de salud

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Fuerza #2 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
general. Trataremos brevemente también de la fuerza y sus tipologías y como esta mejora nuestra autonomía, fuerza, postura y dinamismo metabólico.	
<p>- Figuras humanas y juego de apoyos: en este ejercicio distribuiremos a los alumnos en grupos de 4. Posteriormente les pediremos que se sostengan con un número determinado de apoyos (pies o manos). En las sucesivas rondas, iremos eliminando apoyos de forma que cada vez sea más complejo sostenerse y se implique una mayor aplicación de la fuerza en los apoyos restantes. En una segunda fase del juego, los jugadores podrán hacer figuras humanas que se puntuarán en función de su complejidad y que incluso podrían ser dinámicas.</p> <p>- Transporte sobre colchonetas: en grupos, habrá que transportar a un compañero/a sobre la colchoneta al otro lado del campo. Todos van pasando por la colchoneta para ser transportados. Si no se puede levantar, se podrá arrastrar.</p> <p>- Sentada pacífica: en este juego, se divide la clase en 2 grupos. Los componentes de un grupo serán manifestantes realizando una sentada pacífica y tendrán que intentar permanecer unidos y sujetos unos a otros. El equipo rival tendrá que tratar de separarlos uno a uno en el menor tiempo posible. El equipo que sea capaz de resistir más tiempo con un mínimo de 2 jugadores sujetos, será el vencedor.</p>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
Sesión 6	Cuerda, tiza, pañoletas o petos, y conos (recomendable esterillas o tatamis).
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.</p> <p>EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.</p> <p>EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Trabajo en clase	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Velocidad 2 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
Actividades, ejercicios y juegos para desarrollar la CFB de la velocidad.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<p>- Trataremos de nuevo la velocidad, y los aspectos pendientes en referencia a esta de la última sesión.</p>	

**TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:** Velocidad 2 (**TIPO DE LA ACTIVIDAD:** Estructuración)

- La cadena: este es un juego de pillar, que nos servirá para trabajar la velocidad de reacción, de desplazamiento y para calentar. Los jugadores se distribuyen por el espacio y uno de ellos tendrá que tratar de alcanzar a los demás. Cada vez que alcance a uno de ellos se le cogerá de la mano y tendrán que pillar juntos. De esta forma se forma una cadena de pilladores cada vez más grande, pero también cada vez más lenta y menos maniobrable. Se pueden introducir variables como partir la cadena en cadenas más pequeñas cada vez que ésta supere un determinado número de jugadores, etc.

- Vaciar el barco: los jugadores se distribuirán en dos equipos y cada uno de ellos ocupará una mitad del campo. En el espacio habrá multitud de balones de plástico ligero, fútbol, baloncesto y voleibol. Cuando el maestro dé la salida, cada jugador deberá tratar de mandar el máximo número de balones a campo contrario antes de que el maestro marque el final con el silbato. Los balones de fútbol solo podrán golpearse con el pie, los de plástico ligero solo podrán lanzarse con la mano, los de baloncesto deberán lanzarse mediante pase picado y los de voleibol deberán ser golpeados como en el saque alto de dicho deporte.

- El Pañuelito: introduciendo variantes para que sea más dinámico y realmente exploten su velocidad máxima con seguridad.

- Carreras de relevos a máxima velocidad.

Vuelta a la calma.

Respiración y estiramientos.

**METODOLOGÍA**

Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.

TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
-----------------	----------

Sesión 7	Pañuelos o petos, balones, silbato, tiza y conos.
----------	---

**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

**CRITERIOS**

EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.

EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.

EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.

EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.

**TRAZABILIDAD**

Trabajo en clase

**ARCHIVO ADJUNTO**
**TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:** Flexibilidad #2 (**TIPO DE LA ACTIVIDAD:** Estructuración)

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Flexibilidad #2 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
Actividades, ejercicios y juegos para desarrollar la CFB de la flexibilidad.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<p>- Trataremos la flexibilidad y las distintas maneras para mejorarla, así como que métodos de flexibilidad hay que emplear en cada momento (en sesiones aisladas, antes de la actividad física o después de la misma). También se expondrán conceptos básicos sobre los músculos más empleados o visibles para los alumnos/as.</p> <p>- Los pasos del gigante: se divide la clase en cuatro equipos con tal de que compitan en carreras de relevos con recorrido de ida y vuelta. La diferencia con una carrera normal es que será el maestro el que marque la distancia entre apoyos en el suelo con una tiza. En cada ronda el maestro marcará una mayor distancia entre apoyos de manera que los alumnos tengan que dar cada vez zancadas más largas o incluso saltos, haciéndoles trabajar la flexibilidad del tren inferior con estiramientos dinámicos.</p> <p>- Hermanos pegados: los jugadores se colocarán por parejas, los dos sujetarán una pelota con ambas manos y deberán completar un recorrido girando sobre sí mismos sin perder el contacto sobre el balón en ningún momento. Esto permitirá trabajar la flexibilidad de tronco y tren superior.</p> <p>- Twister: colocaremos conos de colores para este conocido juego. En lugar de dado o flechita para indicar los colores y posiciones usaremos cartas/papeles diseñados rápidamente por nuestros alumnos/as.</p>	
<p>Vuelta a la calma. Estiramientos estáticos.</p>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
Sesión 8	Tiza, gomas elásticas, balones y cuerdas.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.</p> <p>EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.</p> <p>EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Trabajo en clase	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Pruebas Físicas ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Realización de unas pequeñas pruebas para valorar las capacidades físicas básicas.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resistencia: 200 metros.</li> <li>- Velocidad: 20 metros.</li> <li>- Flexibilidad: mover un cono lo máximo posible con la mano o el pie.</li> <li>- Fuerza: plancha durante 30 segundos + sentadilla isométrica 30 segundos</li> </ul>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Sesión 11	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	
EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Trabajo en clase	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Alumnado Docente ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)	
Explicación en la descripción del Producto Final.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Los alumnos y alumnas de los grupos entregarán copia de su sesión con una ficha de cada juego en el formato establecido y posteriormente pasarán a exponer y dirigir la sesión que han diseñado para sus compañeros. El maestro/a solo interviene si es estrictamente necesario durante la actividad.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Método expositivo, activo, experimental y de trabajo mixto.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Sesión 9 y 10	Depende del grupo que expone.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	
EFI.5.2.1. Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, definiendo metas, secuenciando acciones, observando los cambios durante el proceso y generando producciones motrices de calidad, analizando el grado de ajuste al proceso seguido y al resultado obtenido.	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Alumnado Docente ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)
EFI.5.3.2.Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.
<b>TRAZABILIDAD</b>
Trabajo en clase

**ARCHIVO ADJUNTO****EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE****INDICADORES:**

Resultados de la evaluación de la materia.

Métodos didácticos y Pedagógicos.

Adecuación de los materiales y recursos didácticos.

Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.

Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

**Año académico:** 2025/2026      **Curso:** 5º de Educ. Prima.

**Título:** SdA 3 bis EF 5º: "Locos por la salud".

**Temporalización:** sept-oct

**Justificación:** El proyecto "Locos por la salud" busca fomentar en el alumnado de 5º de Educación Primaria la adquisición de hábitos saludables a través de actividades lúdicas, activas y participativas. La finalidad principal es concienciar a los estudiantes sobre la importancia de la actividad física, la alimentación equilibrada, la higiene y el descanso para mejorar su calidad de vida y prevenir enfermedades. Esta unidad didáctica se enmarca dentro del currículo de Educación Física, reforzando no solo las competencias motrices, sino también las habilidades sociales y la toma de decisiones informadas respecto a su salud.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

##### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

##### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.

EFI.5.1.2. Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.

EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.

##### SABERES BÁSICOS

EFI.5.A.1. Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.

EFI.5.A.2. Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.

EFI.5.A.3. Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.

EFI.5.B.3. Hábitos autónomos de higiene corporal en acciones cotidianas.

EFI.5.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calentamiento general y vuelta a la calma. Importancia de respetar las normas de seguridad. Compromiso de responsabilidad hacia la seguridad propia y de los demás.

EFI.5.D.1. Gestión emocional: ansiedad, estrés, ira, tristeza y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión. Introspección, motivación, capacidad de expresión (asertividad) como medio para superar las diferencias individuales en una práctica, lúdica o deportiva, de todos y para todos.

EFI.5.D.4. Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

##### DESCRIPTORES OPERATIVOS

CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

- CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.
- CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.
- CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
- CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.
- CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.
- CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.
- CE3. Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros y en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.
- CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.
- CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.
- CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.
- CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.
- STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.
- STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

PRODUCTO FINAL: DETECTIVES DE LA SALUD

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: EVALUACIÓN INICIAL (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)</b>		
Presentación de la UD-SDA		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación inicial: genially: <a href="https://view.genially.com/5f71c4c6042e180d0823fa65/game-actividad-fisica-y-salud">https://view.genially.com/5f71c4c6042e180d0823fa65/game-actividad-fisica-y-salud</a></li> <li>- Presentación de la rúbrica.</li> <li>- Calentamiento</li> </ul>		
Desarrollo:		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentación de los grupos ¿Locos por la salud?</li> <li>- Por relevos clasifican saludables y no saludables y hacen el Decálogo saludable.</li> </ul>		
Cierre: reflexionamos sobre el decálogo escogido y nuestros hábitos.		
<b>EJERCICIOS</b>		
Por relevos clasifican saludables y no saludables y hacen el Decálogo saludable.		
<b>METODOLOGÍA</b>		
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>	
Octubre		
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>		
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.		
<b>CRITERIOS</b>		
EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.		
<b>TRAZABILIDAD</b>		
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>		
DECA¿LOGO SALUDABLE.pdf		

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: VO2MAX (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)</b>	
Asamblea inicial donde comentaremos al alumnado que vamos a trabajar y conocer un poco sobre nuestro cuerpo y en concreto sobre dos aparatos que influyen en nuestra actividad física: el aparato cardiorrespiratorio y el locomotor.	
Para ello, vamos a ejemplificar algunas actividades para hacer entender cómo funciona nuestro cuerpo para poder realizar actividad física. En este caso vamos a trabajar las moléculas de oxígeno y las moléculas de dióxido de carbono.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Dividimos la clase en dos grupos que ocupan la mitad de cada campo. Colocamos por todo el espacio pelotas y aros. Las pelotas representan el dióxido de carbono y los aros las moléculas de oxígeno. El objetivo es conseguir el mayor número de moléculas de oxígeno (aros) y lanzar al campo contrario las moléculas de dióxido de carbono (pelotas). Premisas:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Todos se pueden mover por todo el campo.</li> <li>- Los aros se deben transportar con el pie hasta mi campo, con la norma de que no pueden golpear el aro, si no que deben ir acompañándolo con el pie metido en el aro.</li> <li>- Las pelotas se golpean con el pie y solo las que están en mi campo.</li> <li>- Puedo ir a coger aros al campo contrario. Nadie puede impedírmelo.</li> </ul>	
Tras unos minutos paramos y vemos qué grupo ha conseguido más moléculas de oxígeno (aros). También les instamos a que procuren tener menos moléculas de dióxido de carbono ya que son perjudiciales para la salud. Podemos complicar el juego incluyendo algún jugador que pueda eliminar y devolver a los compañeros del equipo contrario a su campo.	
En la siguiente actividad realizaremos una carrera de relevos donde escenificaremos el oxígeno, la mezcla de glóbulos rojos y blanco que provocan y ayudan a nuestro movimiento. Para ello, dividimos al alumnado en sus grupos estables de aprendizaje (5). Se colocan en el fondo de la pista y deben correr hasta el otro extremo, coger un aro (cada grupo tiene un montón de 6 aros) y llevárselo a su zona para ir construyendo entre ellos una pelota en 3D que simbolice el movimiento (ver imagen).	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Octubre	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: VO2MAX (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Activación)</b>	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.2.Implementar los procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, relajación e higiene y seguridad en la práctica de actividades motrices, lúdicas y deportivas, integrando las propias rutinas de una práctica motriz saludable y responsable.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	
SESION N N2.pdf	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: PLATO DE HARVARD (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)</b>	
PLATO DE HARVARD	
<b>EJERCICIOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Por equipos clasifican diferentes alimentos por relevos</li> <li>- Posteriormente van a recrear un plato saludable según el plato de Harvard.</li> </ul> (FICHA MUDA)	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Octubre	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.1.Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	
plato de hardvard.pdf	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: CIRCUITO (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)</b>	
"El Circuito de Hábitos Saludables.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estación 1: Actividad Física (ejercicio de fuerza y agilidad, como saltar la cuerda (50 saltos) o hacer abdominales).</li> <li>- Estación 2: Hidratación (donde los alumnos se hidratan tras dar 10 saltos y deben compartir un dato sobre la importancia de la hidratación Posteriormente inventad un brindis relacionado con el agua y gritarlo juntos).</li> <li>- Estación 3: Alimentación Equilibrada (se les muestra imágenes de alimentos y tienen que clasificar cuáles son saludables y cuáles no).</li> <li>- Estación 4: Higiene Personal (con mímica salen de uno en uno a recrear hábitos de higiene)</li> <li>- Estación 5: Descanso y Relajación (Los alumnos caminan lentamente en círculo, concentrándose en su respiración. Deben inhalar profundamente mientras cuentan 4 pasos y exhalar mientras cuentan 4 pasos).</li> </ul>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Noviembre	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: CIRCUITO (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)</b>	
comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: YINCANA (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Aplicación)</b>	
Asamblea inicial donde recordamos al alumnado lo visto en la sesión anterior con respecto a los hábitos alimenticios y la diferenciación de alimentos saludable de no saludables. Hoy enfocaremos el trabajo a la compresión del triángulo de la alimentación y a la concienciación del azúcar que hay en los alimentos.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<p>o Primer sobre. En este sobre se encuentran un mensaje antes de abrirlo que dice ¿Para poder abrir este sobre debéis realizar entre todos un total de 150 Jumping Jacks¿. Una vez que los hagan abren el sobre y se encuentran con el triángulo de la alimentación dividido en partes a modo de puzzle. Deben formar dicho triángulo.</p> <p>o Segundo sobre. En este sobre se encontrarán el siguiente mensaje ¿Para poder abrir el sobre debéis completar una vuelta a la juntos y al mismo ritmo¿. Una vez que lo realizan, abren el sobre y se encuentran con diferentes alimentos (ocho exactamente de los que se pueden ver en el Anexo 4, dos para cada zona del triángulo contando con el círculo rojo exterior) que deben colocar en forma de triángulo alimenticio, colocándolos en el nivel que les corresponda según el triángulo antes formado.</p> <p>o Tercer sobre. En este sobre se encontrarán el siguiente mensaje ¿Para poder abrir el sobre debéis construir con vuestro cuerpo en el suelo la palabra SALUD. Podéis utilizar vuestras sudaderas si no sois suficientes en el grupo.¿ Una vez completado, abren el sobre y se encuentran las tarjetas del Anexo 5 (podemos darles 5 a cada grupo), pero cada imagen aparece separada de los terrenos de azúcar que contienen. Su objetivo es unir los terrenos de azúcar con los alimentos correspondientes. Luego les daremos una copia de las imágenes utilizadas donde aparecen juntos el alimento y el azúcar para que comprueben si han acertado con algún alimento.</p> <p>Cierre: Para terminar, dejamos un tiempo para que completen su autoevaluación y coevaluación en grupo sobre el triángulo y lo que supone y comentamos el azúcar diario recomendado y cómo lo superamos por mucho al comer los alimentos que hemos visto en las tarjetas.</p>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Noviembre	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: CIERRE (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)</b>	
Respaso de los contenidos.	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: CIERRE (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)</b>	
<b>EJERCICIOS</b>	
<p>Sobre 1: ¿Si eres un alumno con hábitos saludables sabrás que la flexibilidad es muy importante para tu salud. Busca en el lugar donde los aros se abrazan (gimnasio) y realizad el reto: [debéis pasar el aro por todos los miembros del equipo estando todos cogidos de la mano.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sobre 2: con mímica salen de uno en uno a recrear hábitos de higiene corporal y uno al menos de higiene postural (los compañeros deben adivinarlo).</li> <li>- Sobre 3: colocate la mochila (real o imaginaria) de la forma correcta y siéntate con buena postura en el suelo.</li> <li>- Sobre 3: coged un balón y transportarlo en grupo sin utilizar las manos ni los pies. Debéis transportarlo del cono rojo al cono verde.</li> <li>- Sobre 4: diseñar un almuerzo saludable.</li> </ul>	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Noviembre	
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

### **EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE**

<b>INDICADORES:</b>
Resultados de la evaluación de la materia.
Métodos didácticos y Pedagógicos.
Adecuación de los materiales y recursos didácticos.
Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.
Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2025/2026      Curso: 5º de Educ. Prima.

Título: SdA 4 EF 5º: Juegos populares y tradicionales.

Temporalización: enero- febrero

**Justificación:** Los juegos autóctonos o vernáculos son los que se dan en una zona geográfica determinada (País Vasco, Andalucía...). Los juegos tradicionales son los que se transmiten de generación en generación (padres a hijos, niños mayores a niños pequeños...), teniendo cierta continuidad a lo largo de un periodo histórico. Los juegos populares son las actividades lúdicas que, en un momento determinado, son practicadas por una mayoría de personas, por un colectivo determinado de una población. Nosotros hablaremos indistintamente de unos y otros pese a esta matización inicial. Los juegos populares y tradicionales aportan a nuestras clases de Educación Física los siguientes valores educativos y didácticos:  
Intercambio social y cultural con otras comunidades. Preservación de la cultura de una comunidad.  
Conocimiento del entorno próximo y lejano que rodea al alumno.  
Conocimiento de las manifestaciones sociales y culturales de la propia comunidad. Cooperación, participación, aceptación y colaboración con los demás (coeducación). Conocimiento de los lugares donde practicar actividad física.

## CONCRECIÓN CURRICULAR

### Educación Física

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN
EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.
EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.
EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.
EFI.5.3.3. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.
EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud

crítica ante comportamientos sexistas.

**SABERES BÁSICOS**

EFI.5.A.1.Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación. Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física. Educación postural en acciones motrices específicas. Responsabilidad personal en el cuidado del cuerpo.

EFI.5.A.2.Salud social: aproximación a los efectos de los malos hábitos relacionados con la salud e influencia en la práctica de actividad física. La exigencia del deporte profesional. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar en igualdad, diversidad de actividades físico-deportivas. Estereotipos corporales, de género y competencia motriz.

EFI.5.A.3.Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.

EFI.5.C.1.Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

EFI.5.C.2.Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente o superficies inestables. Estructuración espacial (percepción de objetos, de distancias, orientación, percepción e interceptación de trayectorias, agrupamiento-dispersión y transposición). Estructuración temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (percepción de duraciones, de velocidad, de intervalos, de estructuras, de ritmos y de ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles). Moderadamente diferente en Madrid.

EFI.5.C.3.Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).

EFI.5.C.4.Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales.

EFI.5.C.5.Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz.

Apoyo en recursos digitales.

EFI.5.D.2.Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.

EFI.5.D.3.Concepto de fairplay o «juego limpio». Acciones que muestren una amenaza a la práctica deportiva. Hábitos no adecuados, conductas violentas, manipulación del juego.

EFI.5.D.4.Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices.

EFI.5.E.1.Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los deportes como seña de identidad cultural.

EFI.5.E.4.Deporte e igualdad y perspectiva de género: sexismo en el deporte amateur y profesional.

EFI.5.E.5.Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.

**DESCRIPTORES OPERATIVOS**

CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.

CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias entre distintas culturas y la necesidad de respetarlas.

CCEC2. Reconoce y se interesa por las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.

CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.

CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.

CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.

CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.

CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos, ...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.

CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático, ...) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.

CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.

CE3. Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros y en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.

CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.

CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.

CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.

CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje, y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.

CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.

STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.

STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** ¿A qué jugaban nuestros abuelos?

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> ¿Qué sabemos estos juegos? ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Motivación) En esta actividad haremos una lluvia de ideas de que son los juegos populares y cuáles conocemos. <b>EJERCICIOS</b> Visionado de un vídeo explicativo sobre los juegos populares. Jugaremos a los juegos que el alumnado se vaya acordando. <b>METODOLOGÍA</b>	
1 Sesión	Recursos materiales de E.F.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<b>EFI.5.4.</b> Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
<b>EFI.5.4.2.</b> Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conociendo algunos juegos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación) Empezamos jugando a los juegos más conocidos por el alumnado. <b>EJERCICIOS</b>	
ANIMACIÓN	
1. Palomas y Gavilanes. Se sitúan en dos extremos del terreno aros, que serán el palomar. El grupo que hace de gavilanes se situará en el centro y los que hacen de palomas estarán dentro de los aros. A la voz del profesor las palomas tendrán que cambiar de palomar. Los que son cazados cambian de rol.	
<b>PARTES PRINCIPAL</b>	
1. La Petanca. Al comenzar el juego se lanza el boliche. Después, cada jugador lanza, por turno, tres bolas. Los lanzamientos pueden ser de tres tipos: de aproximación al boliche; de "tiro", para intentar alejar una bola de un jugador contrario golpeándola; y de "empuje", haciendo rodar la bola para acercar más una propia al boliche o para alejar una contraria. Gana la partida quien, una vez concluida la partida, se encuentre más cerca del boliche. 2. Los bolos. Grupos de 3 o 4. Consiste en derribar 10 bolos a una distancia de 10 metros con una pelota. Tirarán todos componentes del grupo y se dará un punto por bolo derribado. Gana el jugador que antes llegue a 50 puntos o que más puntos lleve cuando se acabe el tiempo. 3. Polis y Cacos. Se dividen los participantes en dos grupos, unos serán polis y otros cacos. El grupo de los polis tiene que ir a pillar a los cacos. Cuando pillen a un caco lo llevan a la cárcel. Para liberar a los compañeros los cacos tendrán que ir a tocar a sus compañeros a la cárcel sin que les toque un poli. <b>VUELTA A LA CALMA</b> 1. Los Chinos. Por parejas. Cada niño con tres piedras en la mano. A la vez, sacan en una mano cerrada 1, 2, 3 o ninguna. Se trata de adivinar cuantas piedras se suma entre los dos. Cada vez, uno dice en primer lugar. Gana el que más veces acierte.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS
1 sesión	Recursos de E.F.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<b>EFI.5.1.</b> Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar. <b>EFI.5.2.</b> Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conociendo algunos juegos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	
EFI.5.2.3. Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.	
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Escala de observación	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Descubriendo nuevos juegos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
En estas dos sesiones el alumnado descubrirá nuevos juegos populares.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<b>ANIMACIÓN</b>	
1. Palomas y Gavilanes. Se sitúan en dos extremos del terreno aros, que serán el palomar. El grupo que hace de gavilanes se situará en el centro y los que hacen de palomas estarán dentro de los aros. A la voz del profesor las palomas tendrán que cambiar de palomar. Los que son cazados cambian de rol.	
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	
1. La Petanca. Al comenzar el juego se lanza el boliche. Después, cada jugador lanza, por turno, tres bolas. Los lanzamientos pueden ser de tres tipos: de aproximación al boliche; de "tiro", para intentar alejar una bola de un jugador contrario golpeándola; y de "empuje", haciendo rodar la bola para acercar más una propia al boliche o para alejar una contraria. Gana la partida quien, una vez concluida la partida, se encuentre más cerca del boliche.	
2. Los bolos. Grupos de 3 o 4. Consiste en derribar 10 bolos a una distancia de 10 metros con una pelota. Tirarán todos componentes del grupo y se dará un punto por bolo derribado. Gana el jugador que antes llegue a 50 puntos o que más puntos lleve cuando se acabe el tiempo.	
3. Polis y Cacos. Se dividen los participantes en dos grupos, unos serán polis y otros cacos. El grupo de los polis tiene que ir a pillar a los cacos. Cuando pillen a un caco lo llevan a la cárcel. Para liberar a los compañeros los cacos tendrán que ir a tocar a sus compañeros a la cárcel sin que les toque un poli.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
1. Los Chinos. Por parejas. Cada niño con tres piedras en la mano. A la vez, sacan en una mano cerrada 1, 2, 3 o ninguna. Se trata de adivinar cuantas piedras se suma entre los dos. Cada vez, uno dice en primer lugar. Gana el que más veces acierte.	
<b>ANIMACIÓN</b>	
1. Tuli-Pan. Juego de persecución. Uno se la queda y persigue a los demás. Estos, para no ser pillados, dicen <i>¿TULI?</i> , quedándose con los brazos en cruz y las piernas abiertas. Podrán ser salvados cuando otro pase por debajo, y diciendo <i>¿PAN?</i> .	
VAR: Golpear con las manos.	
Posición de puente.	
Sentados/as.	
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	
1. Carrera de Chapas. Se pinta con una tiza sobre el terreno un circuito sinuoso señalando la salida y la meta. Se sale por turno y cada concursante golpea la chapa una vez cuando le corresponde. Se al tirar se sale del circuito, debe comenzar de nuevo. Gana el primero que llega a la meta. 2. 10 metros Chapas. Se dibuja en el suelo varias calles rectas de 10 m de larga con dos líneas paralelas separadas entre sí unos 20-25 cm. Salen todos los participantes a la señal, golpeando la chapa con el dedo mediante latigazos. Si al golpear se sale fuera de la calle, se deberá comenzar desde el principio. Gana el primero que llegue a la meta.	
3. 3 en Raya. Por parejas, dibujan con una tiza un 3 en Raya. Cada alumno dispone de 3 chapas iguales. Por turnos, van colocando y moviendo sus chapas. Gana el primero que consiga poner las 3 chapas en línea.	
El Escondite al Revés. Se dividen los participantes en dos grupos, unos serán polis y otros cacos. El grupo de los polis tiene que ir a pillar a	
<b>METODOLOGÍA</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Descubriendo nuevos juegos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
2 sesiones	Recursos materiales de E.F.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.</p> <p>EFI.5.3.3. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.</p> <p>EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Escala de observación	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> ¿ A qué jugamos hoy? ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
<b>Seguimos conociendo juegos populares y comprendiendo y respetando sus reglas</b>	
<b>EJERCICIOS</b>	
<b>Animación</b> 1. Cadena Partida. Juego de Persecución. Uno se la queda. Cuando pille a alguien, se dan la mano y continúan. Cuando vuelvan a pillar a otro, los tres van de la mano. Pero al pillar a un cuarto niño, la cadena <i>¿se separa?</i> dos por un lado y dos por otro lado. Así, hasta que estén todos pillados. <b>PARTES PRINCIPAL</b> 1. Tiro de barra. Por grupos de 3 o 4 a lo largo de la campo de recreo. Se tiene que lanzar con carrera, giro y lanzamiento un palo de fregona de madera lo más lejos posible. Lanzarán todos los miembros del equipo uno detrás del otro y se sumaran los metros totales. Después lanzarán el resto de equipos. Gana el equipo que más metros consiga. Mientras que lanza un equipo, otro equipo con cinta métrica se encargaran de medir los lanzamientos y llevarles el palo de fregona. 2. Tiro de reja. Por grupos de 3 o 4 a lo largo del campo de recreo. Se tiene que lanzar a pie quieto y paralelos un balón medicinal de 1kg lo más lejos que se pueda. Lanzarán todos los miembros del equipo uno detrás del otro y se sumaran los metros totales. Después lanzarán el resto de equipos. Gana el equipo que más metros consiga. Mientras que lanza un equipo, otro equipo con cinta métrica se encargaran de medir los lanzamientos y llevarles el balón. 3. Sogatira. Se organizan equipos de 6 ó 7 alumnos. El material empleado es una soga de 8 o 10 metros de longitud, colocando un pañuelo de color llamativo en el centro de la misma. Este pañuelo servirá de testigo. Los dos equipos se situarán a ambos lados de una líneas que delimitan sus campos, cogidos a la soga, y situand el pañuelo en el centro de la zona neutral, de unos 3 metros aproximadamente. A la señal del profesor inician el arrastre hasta hacer traspasar al primer niño del equipo contrario la línea de su campo. No está permitido soltar la cuerda de repente. 4. La Comba. Se juega con una cuerda. Dos jugadores la agarran por cada extremo, para dar vueltas a la cuerda. Los demás se colocan en fila para ir pasando a saltar sin perder turno, una vez que empieza a saltar el primero. Si uno no salta cuando le toca, o tropieza con la cuerda, se para el juego y éste pasa a "dar a la comba". Mientras que uno salta, los demás cantan una canción y según como sea ésta, se da a la comba a un ritmo diferente. <b>VUELTA A LA CALMA</b> 1. ¿Dónde está la Piedra? Toda la clase hace una fila. Uno se pone enfrente del primero de la fila y esconde una piedra en una de sus	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> ¿ A qué jugamos hoy? ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)	
manos. Si el que está el primero de la fila adivina en que mano está escondida la piedra pasa a ligársela. Si falla, se va al final de la fila.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
2 sesiones	Recursos materiales de ef.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.</p> <p>EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.</p> <p>EFI.5.3.3. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Escala de observación	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Descubrir nuevos juegos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
En estas sesiones vamos a practicar nuevos juegos tradicionales de otras comunidades.	
<b>EJERCICIOS</b>	
<b>ANIMACIÓN</b> <p>1. Cocodrilo Dormilón. En un extremo del patio se colocará un niño que será <i>¿El Cocodrilo Dormilón?</i>. El resto del grupo se encontrará cerca de él para despertarlo y gritarle "Cocodrilo Dormilón, Cocodrilo Dormilón". Cuando el cocodrilo decida despertarse perseguirá a los niños y estos intentarán escaparse y llegar a su refugio previamente escogido. El niño que sea tocado pasa a convertirse en <i>¿Cocodrilo Dormilón?</i>.</p> <p><b>PARTE PRINCIPAL</b></p> <p>1. La Cola del Zorro. Todos con el pañuelo colgado en la cintura y en su parte posterior. Intentar capturar el pañuelo (cola del zorro) de los demás. Pañuelo capturado se cuelga en la cintura fuera del terreno delimitado. Se entra y se sigue jugando.</p> <p>2. El Reloj. Todos en círculo y uno en el centro con la cuerda. Éste la hará girar sin elevarla y el resto tratará de no ser tocado con ella al saltar. Bomba. Se ponen en círculo y uno en medio. Los jugadores del círculo se pasan la pelota. Mientras, el del medio va contando hasta 10 y saca un brazo; 20, y saca el otro; 30, y levanta un brazo; 40, y levanta el otro brazo... Al llegar a 50 da una palmada y dice "bomba".... Quien tenga el balón en las manos se sienta con las piernas estiradas y el jugador que esté a su lado tiene que saltar por encima de él... así todos hasta que quede uno, que es el que se coloca en medio. Y vuelta a empezar.</p> <p><b>VUELTA A LA CALMA</b></p> <p>1. Pase Mísí. Los dos capitanes de equipo eligen cada uno una cosa (color, animal, equipo de fútbol, etc) en secreto. Luego se agarran las dos manos y forman un doble arco, bajo el que irán pasando el resto de jugadores mientras se canta la canción. Al terminarla, los capitanes bajan los brazos y atrapan al jugador que estaba pasando. Se le da a elegir, en secreto, entre las dos cosas elegidas al principio del juego por los capitanes. Según elija, se irá con uno u otro equipo.</p> <p><b>ANIMACIÓN</b></p> <p>1. Cazamariposas. Uno la queda con un aro en la mano, debe coger a los demás introduciéndole el aro por la cabeza, si coge a alguien se libra y la queda el otro.</p> <p><b>PARTE PRINCIPAL</b></p> <p>1. Policías y Ladrones. Un grupo de 2 o 3 alumnos con aro son los</p>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Descubrir nuevos juegos ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
¿policías?. Los demás son los ¿ladrones?. A la señal los policías intentan atrapar a los ladrones con los aros. Los ladrones atrapados son conducidos a la cárcel.	
VAR: vale salvar.	
2. Las Vidas. Todos los jugadores se colocan en el centro de la pista, salvo dos niños, que se ponen en los extremos o fondos de la pista. Éstos, lanzando con la mano por turnos, intentarán dar a los niños que están en el medio. Al que den, se elimina. Si un niño consigue coger al vuelo la pelota, consigue una vida, que puede utilizar para salvar a algún niño eliminado, o bien, quedársela. El último niño en ser eliminado, gana.	
<b>VUELTA A LA CALMA</b>	
1. 1, 2, 3 Pollito Inglés. Uno la liga de cara a una pared. Los demás se sitúan en la línea de salida. El que la liga, de espaldas al resto de jugadores, dirá: "1, 2, 3, pollito inglés". El	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
2 sesiones	Recursos materiales de E.F.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	
EFI.5.3.3. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.	
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
Escala de observación	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Circuito de juegos populares ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)	
Vamos a realizar un circuito de juegos populares con juegos practicados anteriormente.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Vamos a realizar un circuito de juegos populares con juegos practicados anteriormente	
<b>METODOLOGÍA</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
1-2 Sesiones	Recursos materiales de E.F.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva,	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Circuito de juegos populares ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)	
haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.1. Identificar los efectos beneficiosos a nivel físico y mental de la actividad física, lúdica y deportiva como paso previo para su integración en la vida diaria, analizando situaciones cotidianas.	
EFI.5.3.2. Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.	
EFI.5.3.3. Poner en juego en situaciones de prácticas motrices habilidades sociales de diálogo y resolución pacífica de conflictos, respetando cualquier tipo de diversidad, demostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, teniendo en cuenta el fomento de la igualdad de género.	
EFI.5.4.2. Practicar juegos y deportes de otras culturas, debatiendo sobre los estereotipos de género o capacidad y adoptando una actitud crítica ante comportamientos sexistas.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

## EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

<b>INDICADORES:</b>
Resultados de la evaluación de la materia.
Métodos didácticos y Pedagógicos.
Adecuación de los materiales y recursos didácticos.
Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.
Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

## **INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)**

**Año académico:** 2025/2026      **Curso:** 5º de Educ. Prima.

**Título:** SdA 5 EF 5º: Colpol

**Temporalización:** Noviembre-diciembre

**Justificación:** Experiencias previas: combinación de habilidades genéricas y específicas de deportes tradicionales para su aplicación en la modalidad alternativa Colpol, fundamentalmente el golpeo.

Entorno y vida cotidiana: práctica deportiva alternativa, motivante e inclusiva que permitirá ampliar su repertorio de actividades en el tiempo de ocio, debido a su sencillez y escasa complejidad.

### **CONCRECIÓN CURRICULAR**

#### **Educación Física**

<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>
EFI.5.2.Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.
EFI.5.3.Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.
<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
EFI.5.2.2.Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.
EFI.5.2.3.Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial.
EFI.5.3.1.Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.
EFI.5.3.2.Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.
<b>SABERES BÁSICOS</b>
EFI.5.B.1.Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción.
EFI.5.C.1.Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.
EFI.5.C.2.Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; equilibrio estático y dinámico en situaciones de complejidad creciente o superficies inestables. Estructuración espacial (percepción de objetos, de distancias, orientación, percepción e interceptación de trayectorias, agrupamiento-dispersión y transposición). Estructuración temporal (simultaneidad y sucesión de acciones) y espacio-temporal (percepción de duraciones, de velocidad, de intervalos, de estructuras, de ritmos y de ajuste perceptivo en el envío y en la interceptación de trayectorias de móviles). Moderadamente diferente en Madrid.
EFI.5.C.3.Capacidades condicionales: capacidades físicas básicas y resultantes (coordinación, equilibrio y agilidad).
EFI.5.C.4.Iniciación de las habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: aspectos principales.
EFI.5.C.5.Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Apoyo en recursos digitales.
EFI.5.D.1.Gestión emocional: ansiedad, estrés, ira, tristeza y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión. Introspección, motivación, capacidad de expresión (asertividad) como medio para superar las diferencias individuales en una práctica, lúdica o deportiva, de todos y para todos.
EFI.5.D.2.Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.

EFI.5.D.3. Concepto de fairplay o «juego limpio». Acciones que muestren una amenaza a la práctica deportiva. Hábitos no adecuados, conductas violentas, manipulación del juego.  
EFI.5.E.5. Deportes olímpicos y paralímpicos, historia e instituciones asociadas a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. La cultura del esfuerzo para conseguir una meta.

**DESCRIPTORES OPERATIVOS**

- CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.
- CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.
- CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.
- CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
- CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos, ...) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.
- CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático, ...) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.
- CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.
- CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.
- CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.
- CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje, y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.
- CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto y coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.
- STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL:** Diseñar un equipo de Colpbol

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> ¿QUÉ ES EL COLPBOL? ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
Primera toma de contacto con el colpbol. Mostraremos un video de distintas jugadas y partidos de colpbol para despertar el interés de nuestro alumnado en este deporte alternativo.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Visualización de vídeo Rutina de pensamiento: PIENSO ME INTERESA INVESTIGO Ejercicio: ¿Qué necesitamos para nuestro equipo? Roles del equipo/competición: entrenador y cuerpo técnico / jugadores / cronistas / entrevistadores / árbitros (VAR y Campo) / Utileros Activación: Juego cooperativo: ¿Mantenemos la pelota en el aire?	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Aprendizaje cooperativo.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Noviembre	Pizarra digital, ordenador, bolígrafo, papel y balones.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.2.Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.2.2.Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Visual thinking ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Exploración)	
Buscar información acerca del deporte alternativo colpbol, y realizar un visual thinking por equipos en la plataforma digital canva.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Presentación en canva	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Aprendizaje cooperativo.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
Noviembre	Ordenadores
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.2.Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.2.2.Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> Practicamos ( <b actividad:<="" b="" de="" la="" tipo=""> Exploración)</b>		
Practicamos en el patio, golpeos básicos, pases entre compañeros, etc		
<b>EJERCICIOS</b>		
Pases entre compañeros, en parejas, pequeños grupo Lanzamientos a portería, con mano izquierda, mano derecha. Mini partidos entre los mismos miembros de cada equipo. Partidos con otros equipos.		
<b>METODOLOGÍA</b>		
Aprendizaje cooperativo.		
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>	
Noviembre/diciembre		
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>		
EFI.5.2.Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria. EFI.5.3.Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.		
<b>CRITERIOS</b>		
EFI.5.2.2.Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación. EFI.5.2.3.Adquirir un progresivo control y dominio corporal, empleando los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, y haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial. EFI.5.3.1.Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales. EFI.5.3.2.Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, actuando con deportividad y juego limpio, afrontando los conflictos de forma dialógica y con asertividad.		
<b>TRAZABILIDAD</b>		
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>		

### **EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE**

#### **INDICADORES:**

- Resultados de la evaluación de la materia.
- Métodos didácticos y Pedagógicos.
- Adecuación de los materiales y recursos didácticos.
- Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.
- Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

## INFORME DE PROGRAMACIÓN (SITUACIÓN DE APRENDIZAJE)

Año académico: 2025/2026

Curso: 5º de Educ. Prima.

Título: SdA 6 EF 5º: Expresión corporal.

Temporalización: Junio

**Justificación:** La expresión corporal es un agente socializador, el cual fomenta, el compañerismo, la afectividad, la empatía, la cercanía al otro y la conciencia del entorno que nos rodea. De ahí la importancia de su trabajo dentro del aula de Educación Física. En esta situación de aprendizaje se pretende que los alumnos conozcan diferentes formas de expresión así como pasos de distintos niveles y formaciones y cambios de formaciones para ponerlos en práctica en su propia coreografía.

### CONCRECIÓN CURRICULAR

#### Educación Física

##### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.

##### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.

EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.

EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.

EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.

EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.

##### SABERES BÁSICOS

EFI.5.A.3. Salud mental: consolidación y ajuste realista del autoconcepto, teniendo en cuenta la perspectiva de género. Respeto y aceptación del propio cuerpo y del aspecto corporal de los demás. Visión crítica de las imágenes ajustadas o distorsionadas ofrecidas en los entornos sociales, tanto reales como virtuales, que ayudan o entorpecen el mantenimiento o la mejora de un equilibrio social, físico y mental.

EFI.5.B.1. Usos y finalidades: catárticos, lúdico-recreativos, cooperativos, competitivos, agonísticos, funcional, social, expresiva y comunicativa, creativa o de interacción.

EFI.5.C.1. Toma de decisiones: selección de acciones en función del entorno en situaciones motrices individuales. Selección de acciones para el ajuste espacio-temporal en la interacción con los compañeros y compañeras en situaciones cooperativas. Selección de zonas de envío del móvil desde donde sea difícil devolverlo, en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Selección adecuada de las habilidades motrices en situaciones de oposición de contacto. Desmarque y ubicación en un lugar desde el que se constituya un apoyo para los demás en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

- EFI.5.C.5.Creatividad motriz: identificación de estímulos internos o externos que exijan un reajuste instantáneo de la acción motriz. Apoyo en recursos digitales.
- EFI.5.D.1.Gestión emocional: ansiedad, estrés, ira, tristeza y situaciones motrices. Estrategias de afrontamiento y gestión. Introspección, motivación, capacidad de expresión (asertividad) como medio para superar las diferencias individuales en una práctica, lúdica o deportiva, de todos y para todos.
- EFI.5.D.2.Habilidades sociales: estrategias de trabajo en equipo para la resolución constructiva de conflictos en situaciones motrices colectivas. Respeto y tolerancia a las diferencias individuales, adjudicación de roles, liderazgo, aceptación de responsabilidades.
- EFI.5.D.4.Identificación y rechazo de conductas violentas o contrarias a la convivencia en situaciones motrices.
- EFI.5.E.1.Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural andaluza. Los deportes como seña de identidad cultural.
- EFI.5.E.2.Usos comunicativos de la corporalidad: comunicación de sensaciones, sentimientos, emociones e ideas complejas.
- EFI.5.E.3.Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo.

**DESCRIPTORES OPERATIVOS**

- CC2. Participa en actividades comunitarias, en la toma de decisiones y en la resolución de los conflictos de forma dialogada y respetuosa con los procedimientos democráticos, los principios y valores de la Unión Europea y la Constitución española, los derechos humanos y de la infancia, el valor de la diversidad y el logro de la igualdad de género, la cohesión social y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.
- CC3. Reflexiona y dialoga sobre valores y problemas éticos de actualidad, comprendiendo la necesidad de respetar diferentes culturas y creencias, de cuidar el entorno, de rechazar prejuicios y estereotipos, y de oponerse a cualquier forma de discriminación o violencia.
- CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias entre distintas culturas y la necesidad de respetarlas.
- CCEC2. Reconoce y se interesa por las especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
- CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa y con una actitud abierta e inclusiva, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.
- CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.
- CCL1. Expresa hechos, conceptos, pensamientos, opiniones o sentimientos de forma oral, escrita, signada o multimodal, con claridad y adecuación a diferentes contextos cotidianos de su entorno personal, social y educativo, y participa en interacciones comunicativas con actitud cooperativa y respetuosa, tanto para intercambiar información y crear conocimiento como para construir vínculos personales.
- CCL5. Pone sus prácticas comunicativas al servicio de la convivencia democrática, la gestión dialogada de los conflictos y la igualdad de derechos de todas las personas, detectando los usos discriminatorios, así como los abusos de poder para favorecer la utilización no solo eficaz sino también ética de los diferentes sistemas de comunicación.
- CD1. Realiza búsquedas guiadas en internet y hace uso de estrategias sencillas para el tratamiento digital de la información (palabras clave, selección de información relevante, organización de datos) con una actitud crítica sobre los contenidos obtenidos.
- CD2. Crea, integra y reelabora contenidos digitales en distintos formatos (texto, tabla, imagen, audio, vídeo, programa informático) mediante el uso de diferentes herramientas digitales para expresar ideas, sentimientos y conocimientos, respetando la propiedad intelectual y los derechos de autor de los contenidos que reutiliza.
- CD3. Participa en actividades o proyectos escolares mediante el uso de herramientas o plataformas virtuales para construir nuevo conocimiento, comunicarse, trabajar cooperativamente, y compartir datos y contenidos en entornos digitales restringidos y supervisados de manera segura, con una actitud abierta y responsable ante su uso.
- CE3. Crea ideas y soluciones originales, planifica tareas, coopera con otros y en equipo, valorando el proceso realizado y el resultado obtenido, para llevar a cabo una iniciativa emprendedora, considerando la experiencia como una oportunidad para aprender.
- CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias sencillas para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.
- CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludables para su bienestar físico y mental, y detecta y busca apoyo ante situaciones violentas o discriminatorias.
- CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de las demás personas, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias cooperativas dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.
- CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje, y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.
- CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autorregulado, y participa en procesos de auto coevaluación, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.
- STEM1. Utiliza, de manera guiada, algunos métodos inductivos y deductivos propios del razonamiento matemático en situaciones

conocidas, y selecciona y emplea algunas estrategias para resolver problemas reflexionando sobre las soluciones obtenidas.

STEM2. Utiliza el pensamiento científico para entender y explicar algunos de los fenómenos que ocurren a su alrededor, confiando en el conocimiento como motor de desarrollo, utilizando herramientas e instrumentos adecuados, planteándose preguntas y realizando experimentos sencillos de forma guiada.

STEM5. Participa en acciones fundamentadas científicamente para promover la salud y preservar el medio ambiente y los seres vivos, aplicando principios de ética y seguridad y practicando el consumo responsable.

## SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA

**PRODUCTO FINAL: CREAMOS NUESTRA COREOGRAFÍA GRUPAL**

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> COREOGRAFÍAS 1 <b>(TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Activación)	
En esta sesión escucharemos distintos tipos de música e indagaremos en las posibilidades de movimiento de nuestro cuerpo.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Exploración de las posibilidades de movimiento de nuestro cuerpo en función de la música. Creación de 4t de movimientos de forma individual. Unir esos tiempo de coreografía a los de mis compañeros (5 personas)	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa Indagación. Resolución de problemas	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
1 sesión	Material de E.F: canciones , altavoces.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar. EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria. EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa. EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción. EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación. EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales. EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión. EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> COREOGRAFÍAS <b>(TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Motivación)	
Visionado de vídeos relacionados con la expresión corporal y la realización de coreografías	
<b>EJERCICIOS</b>	
Visionado de diferentes coreografías Debate Explicación rúbrica	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: COREOGRAFÍAS (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Motivación)</b>				
Indagación y búsqueda				
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>		
1 sesión	Material específico de E.F. Vídeos y diferentes tipos de música.			
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>				
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>				
<b>CRITERIOS</b>				
<p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.</p> <p>EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.</p> <p>EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.</p>				
<b>TRAZABILIDAD</b>				
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>				

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: COREOGRAFÍAS 2 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)</b>				
Conocemos los posibles pasos en función del nivel (medio, bajo, alto). Así como la foto.				
<b>EJERCICIOS</b>				
Los alumnos/as a partir de una música dada deberán explorar los diferentes movimientos y crear algún paso medio, alto y bajo así como la foto.				
<b>METODOLOGÍA</b>				
Activa y participativa Indagación y búsqueda				
	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>		
1 sesión	Material de Educación Física			
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>				
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en</p>				

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: COREOGRAFÍAS 2 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Exploración)</b>	
contextos de la vida diaria.	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	
EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.	
EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: COREOGRAFÍAS 3 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)</b>		
Se trabaja el inicio de la coreografía y los cambios de formación,		
<b>EJERCICIOS</b>		
Creación de un posible inicio de coreografía. Cambios de formación.		
<b>METODOLOGÍA</b>		
Activa y participativa. Resolución de problemas Indagación.		
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>	
1 sesión		
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>		
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.		
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.		
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.		
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.		
<b>CRITERIOS</b>		
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan		

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: COREOGRAFÍAS 3 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)</b>	
perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	
EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.	
EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: COREOGRAFÍAS 4 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Estructuración)</b>	
Se plantea el final de la coreografía. Recurso de la "foto"	
<b>EJERCICIOS</b>	
Creación de un posible final para una música dada. Aplicar recurso de la foto. Cambios de formación y pasos de distinto nivel.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa	
Descubrimiento guiado	
Resolución de problemas	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	
1 sesión	Material de E.F: Música
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	
EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.	
EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> COREOGRAFÍAS 4 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Estructuración)
y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.
<b>TRAZABILIDAD</b>
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> COREOGRAFÍAS 5 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Aplicación)	
Trabajo grupal donde se comienza a crear la coreografía con la música elegida por el alumnado.	
<b>EJERCICIOS</b>	
Ceración por grupos de una coreografía que contenga pasos de distinto nivel, cambios de formación, fotos.	
<b>METODOLOGÍA</b>	
Activa y participativa. Resolución de problemas Indagación y búsqueda.	
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
3 sesiones.	Material de E.F.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.	
EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.	
EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	
EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.	
<b>CRITERIOS</b>	
EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.	
EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.	
EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.	
EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.	
EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:</b> COREOGRAFÍAS 6 ( <b>TIPO DE LA ACTIVIDAD:</b> Conclusión)
Evaluación de coreografías
<b>EJERCICIOS</b>

<b>TÍTULO DE LA ACTIVIDAD: COREOGRAFÍAS 6 (TIPO DE LA ACTIVIDAD: Conclusión)</b>	
Activa y participativa	<b>METODOLOGÍA</b>
<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS</b>
2 sesiones	Material de E.F. equipo de música.
<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS</b>	
<p>EFI.5.1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.</p> <p>EFI.5.2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p> <p>EFI.5.3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>EFI.5.4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea, para integrarlas dentro del repertorio de actuaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>	
<b>CRITERIOS</b>	
<p>EFI.5.1.4. Reconocer conductas inapropiadas vinculadas al ámbito corporal, la actividad física, lúdica y deportiva, que resultan perjudiciales para la salud o afectan negativamente a la convivencia, integrando posturas de rechazo a la violencia, a la discriminación y a los estereotipos de género, y evitando activamente su reproducción.</p> <p>EFI.5.2.2. Vivenciar principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, ajustándolos a las demandas derivadas de los objetivos motores y a la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración oposición, en contextos reales o simulados de actuación.</p> <p>EFI.5.3.1. Participar en actividades de carácter motor, autorregulando su actuación, controlando y gestionando las emociones negativas, expresándolas de manera adecuada ante sus iguales.</p> <p>EFI.5.4.1. Participar activamente en juegos, deportes, danzas y otras manifestaciones artístico-expresivas con arraigo en la cultura andaluza andaluza, tradicional o actual, así como otros procedentes de diversas culturas, asumiendo que forman parte del patrimonio cultural y favoreciendo su Transmisión.</p> <p>EFI.5.4.3. Ejecutar composiciones, con o sin soporte musical, y comunicar diferentes sensaciones, emociones e ideas, de forma estética y creativa, usando los recursos rítmicos y expresivos de la motricidad.</p>	
<b>TRAZABILIDAD</b>	
<b>ARCHIVO ADJUNTO</b>	

## EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

### INDICADORES:

- Resultados de la evaluación de la materia.
- Métodos didácticos y Pedagógicos.
- Adecuación de los materiales y recursos didácticos.
- Eficacia de las medidas de atención a la diversidad y a las diferencias individuales.
- Utilización de instrumentos de evaluación variados, diversos, accesibles y adaptados.

## ANEXO 1: Organización, planificación y temporalización del Plan Lector

### PLAN LECTOR POR ÁREAS EN 5º DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Se distribuye a lo largo de la semana, integrándose en las diferentes áreas, sesiones semanales de 30 minutos diarios en cada nivel, según lo establecido en el Decreto. De esta forma el Plan Lector se desarrolla desde todas las áreas y materias a lo largo del curso.

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9.00 a 9.30					
9.30 a 10.00	LENGUA 15 minutos (9:30 a 9:45)				
10.00 a 10.30	Conocimiento del Medio 15 minutos (10:00 a 10:15)	Religión 10 minutos (10:20 a 10:30)			Matemáticas 10 minutos (10:00 a 10:10)
10.30 a 11.00		Educación Física 10 minutos (10:30 a 10:40)			
11.00 a 11.30					
11.30 a 12.00	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO	RECREO
12.00 a 12.30			Francés 10 minutos (12:00 a 12:10)		Plástica 10 minutos (12:00 a 12:10)
12.30 a 13.00				Música 15 minutos (12:45 a 13:00)	
13.00 a 13.30		Inglés 10 minutos (13:00 a 13:15)		Conocimiento del Medio 15 minutos (13:00 a 13:15)	Tutoría 10 minutos (13:00 a 13:10)
13.30 a 14.00			LENGUA 30 minutos Colección libro biblioteca		

La competencia lectora se trabajará de forma **transversal** en todas las áreas del nivel, entendida como comprensión, uso y reflexión activa sobre distintos tipos de textos. El **objetivo** es mejorar fluidez, vocabulario, estrategias de comprensión y autonomía lectora, vinculándolo siempre a los contenidos específicos de cada materia.

Se trabajará en las diferentes áreas lo siguiente:

**Lengua:** se leerá el libro de la colección de la biblioteca una vez a la semana. Además, se bajará, al menos una vez al mes, a la biblioteca y se hará lectura libre insistiendo en la lectura de sinopsis.

**Matemáticas:** se dedicará a la comprensión de problemas matemáticos.

**Conocimiento del medio:** se realizan lecturas para extraer información y posteriormente hacer esquemas.

**Inglés y Francés:** cómics y textos breves relacionados con la situación de aprendizaje que estemos tratando en cada momento.

**Tutoría:** lecturas sobre diferentes técnicas de estudio.

**Música:** se leen recitados de poemas y poesías, distintos cómic de la Historia de la Música, ritmogramas, letras de canciones y enunciados de ejercicios.

**Plástica:** instrucciones y datos artísticos de interés (artistas, obras, construcciones...)

**Educación Física:** lectura de juegos para posteriormente explicar al resto de los compañeros/as.

**Religión:** lectura de textos bíblicos.

**Atención Educativa:** historietas, reflexiones, conclusiones.