



José Manuel Hinojosa Olid

1- IDENTIFICACIÓN																																																																																																			
TÍTULO	MUÉVETE																																																																																																		
ÁREA/ÁMBITO	EDUCACIÓN FÍSICA				CURSO	4º																																																																																													
TEMPORALIZACIÓN	MES OCTUBRE Y NOVIEMBRE		<table border="1"> <thead> <tr> <th>L</th><th>M</th><th>X</th><th>J</th><th>V</th><th>S</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr> <tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14 Día- botas</td><td>15</td></tr> <tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr> <tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr> <tr><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th>L</th><th>M</th><th>X</th><th>J</th><th>V</th><th>S</th><th>D</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr> <tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr> <tr><td>20 Derec hos del niño</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25 No Violen cia</td><td>26</td></tr> <tr><td>27</td><td>28</td><td>28</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table>		L	M	X	J	V	S	D							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14 Día- botas	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						L	M	X	J	V	S	D			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20 Derec hos del niño	21	22	23	24	25 No Violen cia	26	27	28	28	30				JUSTIFICACIÓN - Vinculación con la vida real, con los intereses del alumno...-		<p>El esquema corporal es la imagen propia, la imagen que cada uno tiene de sí mismo. Todas las sensaciones recibidas desde el exterior (vista, oído...) o desde el interior (dolor de oídos, dolor muscular, inspiración / expiración, tic tac del corazón,...) nos sirven para contrastar y afirmar paulatinamente la idea de cómo es nuestro cuerpo. Todas estas impresiones se unifican en una sola imagen mental, que es el esquema corporal o imagen de nuestro propio cuerpo. El juego será propuesto como una actividad exploratoria del espacio y del conocimiento del cuerpo, es decir, el paso hacia el mundo del pensamiento y la autonomía. Las habilidades motrices y el conocimiento corporal aparecen desde los primeros años de vida: andar, saltar, reconocer su propio cuerpo, etc., por ello, potenciar dichas capacidades es labor del docente.</p>	
L	M	X	J	V	S	D																																																																																													
						1																																																																																													
2	3	4	5	6	7	8																																																																																													
9	10	11	12	13	14 Día- botas	15																																																																																													
16	17	18	19	20	21	22																																																																																													
23	24	25	26	27	28	29																																																																																													
30	31																																																																																																		
L	M	X	J	V	S	D																																																																																													
		1	2	3	4	5																																																																																													
6	7	8	9	10	11	12																																																																																													
13	14	15	16	17	18	19																																																																																													
20 Derec hos del niño	21	22	23	24	25 No Violen cia	26																																																																																													
27	28	28	30																																																																																																
RELACIÓN CON LOS ODS	  		RELACIÓN CON OTRAS ÁREAS		LC	MAT	LE	CM	EA																																																																																										
CONTEXTO DE APLICACIÓN	<p>A lo largo de Situaciones de Aprendizaje (SdA) seguimos con el juego desarrollando el esquema corporal al igual que otros aspectos como trabajo en equipo y cooperativo.</p> <p>Partiendo de este deporte se pretende comenzar con el trabajo de los saberes básicos de la SdA, planteando actividades finales en las que plasmar y poner en práctica lo aprendido.</p> <p>Al finalizar la SdA podrán realizar una valoración de su trabajo y de su aprendizaje.</p>																																																																																																		
TAREA FINAL	<p>El alumnado tendrá el reto de dirigir un calentamiento identificando segmentos corporales y articulaciones a través de algún juego inventado. Al igual, que sea capaz de construir dos murales del cuerpo: músculos y huesos-articulaciones.</p>																																																																																																		

2. CONCRECIÓN CURRICULAR			
DESCRIPTORES	COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	SABERES BÁSICOS
STEM2 STEM5 CPSAA2 CPSAA5 CE3 CD1 CD2 CD3	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.	1.1.b. Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y sostenibles y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.	EFI.2.A.1. Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.
			EFI.2.A.3. Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).
		1.2.b. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.	EFI.2.A.1. Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.
			EFI.2.B.3. Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.
		EFI.2.C.2. Capacidades perceptivo- motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria.	
1.3.b. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.	EFI.2.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.		

		1.4.b. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.	<p>EFI.2.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico- deportivas.</p> <p>EFI.2.A.3. Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).</p>
STEM1 CPSAA4 CD1 CD2 CD3	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.	2.3.b. Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, lúdicas y deportivas, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.	EFI.2.C.2. Capacidades perceptivo- motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria.
CCL1 CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC2 CC3	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.	3.3.b. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	EFI.2.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico- deportivas.

3. SECUENCIACIÓN DIDÁCTICA					
FASES	ACTIVIDADES / EJERCICIOS	EXPLICACIÓN	SABERES BÁSICOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	COMP. ESP.
MOTIVACIÓN	Las estatuas	Desplazamientos libres y a la señal detenciones adoptando distintas posiciones. Variar tipos de desplazamientos.	EFI.2.A.1. Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.	1.2.b. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.	1
	El espejo	Por parejas, imitación de movimientos del compañero/a. En estático y en movimiento. Evolucionar por grupos de 4,8, toda la clase	EFI.2.B.3. Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.		
	Chipi-chipi	Juego de exploración de posibilidades de movimiento. Desplazamientos diversos en círculo cantando una canción	EFI.2.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.	1.3.b. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.	
ACTIVACIÓN	El yo-yo	Dos filas paralelas y por parejas. Desplazamiento hasta el centro, realización de una acción con el compañero/a y vuelta a la posición inicial. Desplazamientos: robot, momia, vampiro, canguro, avión, tren,... Acciones: chocar manos, girar cogidos de las manos, saludos, saltar,...	EFI.2.A.1. Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y	1.2.b. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica	1

	Soy un muñeco muy divertido	Cantamos soy un muñeco muy divertido y me gusta mover los dedos, a continuación se repite soy un muñeco muy divertido y me gusta mover los dedos y las muñecas, así sucesivamente se van incorporando hasta mover todo el cuerpo a la vez.	<p>ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.</p> <p>EFl.2.B.3. Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</p> <p>EFl.2.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.</p>	<p>motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.</p> <p>1.3.b. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p>	
	Pares y nones	Todos corren por el espacio, a la señal de PAR (tocar una parte del compañero/a que tenga dos); a la señal de NONES(tocar una parte del compañero/a que tenga una			
	Formas colectivas	Se forman grupos de 8. El docente dice una forma, un nº o una letra, y utilizando todos los cuerpos deben representarla tumbados en suelo lo antes posible			
	El director de orquesta.	Este juego para activar se juega en gran grupo formando un círculo. Uno se la queda que se situará en primer lugar mirando a la pared. En ese momento, el docente aprovecha para señalar a un “director de orquesta”. Entonces el resto del grupo tiene que hacer el mismo movimiento que haga el director. (movimiento de articulaciones para el calentamiento) Si el director da palmas, todos tienen que hacer palmas. Si se toca la cabeza, todos se tocan la cabeza... Cuando el docente ha señalado al director, se llama al que se la queda para que entre dentro del círculo y su objetivo es detectar al “director de orquesta”. Para ello cuenta con 3 intentos. Cuando se descubra al director, éste pasa a quedársela y salir fuera mientras se elige a un nuevo “director”			
EXPLORACIÓN	Explicación del concepto flexión-extensión.	Exploración de posibilidades de movimiento que permitan al cuerpo flexionar y extender algunas de sus partes o la globalidad del mismo	<p>EFl.2.A.1. Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y</p>	<p>1.2.b. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica</p>	1
	Posturas	Cambiar de postura a gran velocidad: sentados, cuadrupedia, rodillas, tumbados,...			

	Empujes	Por parejas: de espaldas sin agarre de brazos, de frente con apoyo en hombros de los compañeros/as	<p>ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.</p> <p>EFI.2.B.3. Pautas de higiene personal relacionadas con la actividad física.</p> <p>EFI.2.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.</p>	<p>motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.</p> <p>1.3.b. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p>	
	Los huesos	Identificamos huesos en láminas y en un modelo anatómico e incluso en fichas interactivas			
	Respiración	Explicación de la mecánica respiratoria y órganos relacionados con la respiración. Ejercicios de respiración con movimientos corporales			
	Los músculos	Identificamos músculos en láminas y en un modelo anatómico e incluso en fichas interactivas			
	Articulaciones	Identificamos articulaciones en láminas y en un modelo anatómico e incluso en fichas interactivas			
ESTRUCTURACIÓN	Clasifica huesos	En relevos por grupos, cada grupo tiene unas cartulinas en las que se indican los nombres de huesos, cada jugador debe desplazarse a un lugar y dejar la cartulina clasificándola según corresponda a cabeza, tronco, piernas o brazos	<p>EFI.2.A.1. Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultraprocesados. Educación postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo.</p> <p>EFI.2.A.3. Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo.</p>	<p>1.1.b. Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y sostenibles y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.</p>	1
	Adivina el hueso	En grupos de cuatro, alternativamente, tres deben averiguar de qué hueso se trata mediante la mímica realizada por el otro compañero/a. Utilizamos las cartulinas del juego anterior			
	El abecedario de las posturas	Se forman dos grupos, cada grupo debe componer una palabra relacionada con los huesos, el otro grupo debe tratar de adivinar la palabra.			

	La rueda de los huesos	En pista se escribe con tiza distintos nombres de huesos. El alumnado se desplaza libremente por el espacio, el docente dice un hueso y éstos deben ir hacia el lugar donde está escrito el hueso	Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).	2.3.b. Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, lúdicas y deportivas, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.	2
	Aro corredizo	En corro cogidos de la mano, pasar de aro en aro unos y otros con los pies sin soltarse de los aros			
	Saluda mis músculos	Desplazamiento libre o el que diga el docente, luego se nombra un músculo y el alumnado debe chocar su músculo con el de su compañero/a	EFI.2.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria.		
	Clasifica músculos	Se escribe con tiza en el suelo: cabeza, tronco, piernas, brazos. En desplazamiento libre o el que diga el docente, el compañero/a dice un músculo y el alumnado debe dirigirse al lugar según pertenezcan			
	Relaciona músculo-hueso-articulación	Por equipos de 4, a cierta distancia se colocan dos grupos de cartulinas en uno hay escritos músculos y en otros huesos. El docente nombra una articulación y dos componentes corren a buscar, uno en músculo y otro en hueso que estén unidos a la articulación y lo traen rápidamente. Se van sumando puntos.			
	El pañuelo	En vez de utilizar los números, utilizamos nombre de articulaciones.			
			3.3.b. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices va riadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	3	

	El ejército	Se divide la clase en grupos y cada uno de ellos se sitúa en fila abierta. Cada grupo, de forma alternativa, caminará dando golpes en el suelo con una pica sólo cuando pise con la pierna derecha. Para ello todos deben comenzar con el mismo pie. Se trata de marchar todos juntos el paso. Gana el equipo que menos se equivoque.	EFI.2.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico- deportivas.	1.4.b. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.	1
	El corro de las picas	En corro cada uno con un pica que es sostenida perpendicularmente al suelo. A la voz de derecha o izquierda el alumnado deja su pica y atrapa la del lado sin que caiga al suelo	EFI.2.A.3. Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).		
	Voley- globo	Se inflan los globos y por parejas pasar con el globo soplando, tocando con las partes del cuerpo que se les vaya indicando especificando mano derecha, mano izquierda,...			
APLICACIÓN	Calentamiento	El alumnado debe saber dirigir un calentamiento antes de cada sesión y debe de llevar un orden ascendente o descendente en los ejercicios que realice.	EFI.2.B.5. Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones.	1.3.b. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.	
	Explicación del juego	Que el alumnado sea capaz de explicar un juego e identificar las articulaciones que se trabajan en el mismo	EFI.2.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías	1.4.b. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas	1

			corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico- deportivas.	discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.	
			EFI.2.A.3. Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).		
			EFI.2.C.2. Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal, control tónico-postural e independencia segmentaria en situaciones motrices. Definición de la lateralidad. Coordinación dinámica general y segmentaria.	2.3.b. Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, lúdicas y deportivas, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.	2
	Construcción de murales	Que el alumnado sea capaz de construir dos murales del cuerpo humano, presentados en forma de puzzles y especificar en uno los músculos y en otro los huesos y articulaciones principales.	EFI.2.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico- deportivas.	3.3.b. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices va riadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	

CONCLUSIÓN	Auto- evaluación:	<p>Ficha sobre articulaciones</p> <p>Ficha sobre los huesos</p> <p>Ficha sobre los músculos</p>	<p>EFI.2.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico- deportivas.</p>	<p>1.4.b. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.</p>	1
			<p>EFI.2.A.3. Salud mental: respeto y aceptación del propio cuerpo. Autoconocimiento e identificación de fortalezas y debilidades o posibilidades y limitaciones en todos los ámbitos (social, físico y mental).</p>		
	Coevaluación:	<p>Explicación del juego y construcción de los murales</p>	<p>EFI.2.A.2. Salud social: la actividad física como hábito y alternativa saludable frente a formas de ocio nocivas. Límites para evitar una competitividad desmedida. Aceptación de distintas tipologías corporales, para practicar, en igualdad, diversidad de actividades físico- deportivas.</p>	<p>3.3.b. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices va riadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.</p>	3

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD Y DIFERENCIAS INDIVIDUALES (DUA)

PROPORCIONAR MÚLTIPLES FORMAS DE COMPROMISO - Este principio supone proporcionar opciones para: captar el interés, mantener el esfuerzo, la persistencia y la autorregulación.-	PROPORCIONAR MÚLTIPLES FORMAS DE REPRESENTACIÓN - Este principio supone proporcionar opciones para: la percepción de la información, el lenguaje, los símbolos y la comprensión.-	PROPORCIONAR MÚLTIPLES FORMAS DE ACCIÓN Y EXPRESIÓN - Este principio supone proporcionar opciones para: la acción física, la expresión y la comunicación.-
<ul style="list-style-type: none"> ● Ajustar el nivel de las tareas y de los contenidos en función de las necesidades del alumnado. ● Ofrecer diferentes niveles de desafío que conecten con los intereses de los alumnos. ● Proporcionar premios o recompensas, sociales, emocionales o académicas. ● Ajustar el nivel de las tareas y de los contenidos en función de las necesidades del alumnado. . ● Crear rutinas de clase ● Propiciar un clima favorable y de apoyo en el aula ● Feedback informativo más que comparativo o competitivo ● Uso de reforzadores positivos. ● Crear actividades que propicien un clima de pertenencia en el aula a través de juegos y dinámicas grupales. 	<ul style="list-style-type: none"> ● El tamaño del texto/ letra y/o fuente. ● Contraste fondo – texto –imagen. ● El color como medio de información/éfnasis. ● Volumen/ Velocidad sonido. ● Sincronización vídeo, animaciones. ● Diseño o disposición de los elementos visuales ● Mayor tiempo de ejecución de actividades ● Anticipar vocabulario o símbolos de difícil comprensión ● Apoyos visuales al vocabulario ● Organizadores gráficos ● Presentar información de manera progresiva, secuenciada 	<ul style="list-style-type: none"> ● Proporcionar alternativas en ritmo, plazos y motricidad en la interacción con los materiales didácticos ● Aumentar tiempos de ejecución de tareas ● Materiales virtuales o manipulativos ● Organizadores gráficos y autoinstrucciones

5. METODOLOGÍA

- Cómo vamos a trabajar, preferiblemente metodologías activas: proyectos, Flipped

- Aprendizaje Cooperativo
- Rutinas y Destrezas de pensamiento.
- Modelo discursivo/expositivo.
- Modelo experiencial.
- Modelo pedagógico
- Técnica de indagación o búsqueda

- Trabajo por tareas.
- Trabajo individual.
- Trabajo cooperativo

6. RECURSOS

- **Recursos digitales:** ordenadores, pantalla interactiva, móviles
- **Recursos materiales:** colchonetas, espalderas, vallas, plinto, sillas, mesas, planchas, aros, bancos suecos, trípode
- **Instalaciones:** gimnasio, pista polideportivas, exteriores del centro,

RÚBRICA DE LA TAREA FINAL : Dirige un calentamiento identificando segmentos corporales y articulaciones a través de algún juego inventado. Al igual, que sea capaz de construir dos murales del cuerpo: músculos y huesos-articulaciones.

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO

7. VALORACIÓN DE LO APRENDIDO						
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	1.2.b. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.					
ACCIONES EVALUABLES	EVIDENCIA	INSUFICIENTE (1-4)	SUFICIENTE (5-6)	BIEN (6-7)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
Aplica medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz.	Producto final	Nunca o rara vez aplica medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz.	A veces y con ayuda aplica medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz.	A veces y por sí mismo aplica medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz.	Usualmente aplica medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz.	Siempre aplica medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal, normas de seguridad y preparación de la práctica motriz.
Asume responsabilidades	Producto final	Nunca o rara vez asume responsabilidades	A veces y con ayuda asume responsabilidades	A veces y por sí mismo asume responsabilidades	Usualmente asume responsabilidades	Siempre asume responsabilidades
Genera hábitos y rutinas en situaciones cotidianas	Producto final	Nunca o rara vez genera hábitos y rutinas en situaciones cotidianas	A veces y con ayuda genera hábitos y rutinas en situaciones cotidianas	A veces y por sí mismo genera hábitos y rutinas en situaciones cotidianas	Usualmente genera hábitos y rutinas en situaciones cotidianas	Siempre genera hábitos y rutinas en situaciones cotidianas
CRITERIOS DE EVALUACIÓN	3.3.b. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices va riadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.					
ACCIONES EVALUABLES	EVIDENCIA	INSUFICIENTE (1-4)	SUFICIENTE (5-6)	BIEN (6-7)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
Desarrolla en prácticas motrices variadas habilidades sociales de	Producto final	Nunca o rara vez desarrolla en	A veces y con ayuda desarrolla en prácticas	A veces y por sí mismo desarrolla en prácticas	Usualmente desarrolla en prácticas motrices	Siempre desarrolla en prácticas motrices variadas

SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

2024-2025

acogida, inclusión, ayuda y cooperación		prácticas motrices variadas habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación	motrices variadas habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación	motrices variadas habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación	variadas habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación	habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación
Propone soluciones a conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa	Producto final	Nunca o rara vez propone soluciones a conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa	A veces y con ayuda propone soluciones a conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa	A veces y por sí mismo propone soluciones a conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa	Usualmente propone soluciones a conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa	Siempre propone soluciones a conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa
Muestra compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	Producto final	Nunca o rara vez muestra compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	A veces y con ayuda muestra compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	A veces y por sí mismo muestra compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	Usualmente muestra compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	Siempre muestra compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.

LISTA DE COTEJO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN.					
<p>1.1.b. Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y sostenibles y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico y mental que posee adoptar un estilo de vida activo.</p> <p>1.3.b. Tomar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas y lúdicas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p> <p>1.4.b. Reconocer la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.</p> <p>2.3.b. Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, lúdicas y deportivas, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.</p>					
ACCIONES EVALUABLES	INSUFICIENTE (1-4)	SUFICIENTE (5-6)	BIEN (6-7)	NOTABLE (7-8)	SOBRESALIENTE (9-10)
Cumple las normas y atiende a las explicaciones.					
Participa activamente en las actividades y juegos.					
Se esfuerza y manifiesta interés por mejorar					
Respeto a todos mis compañeros sin discriminación.					
Conoce los principales huesos del cuerpo					
Conoce los principales músculos del cuerpo					
Identifica derecha e izquierda sobre su propio cuerpo y de los demás.					
Conoce las articulaciones principales del cuerpo					
Vivencia y desarrolla la movilidad articular.					

AUTOEVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

DIMENSIÓN 1: Programación de la Enseñanza.				
	A	B	C	D
1. Planificación del trabajo docente				
2. La Programación larga o de ciclo				
3. La Programación corta o de aula				
4. La contextualización				
DIMENSIÓN 2: Metodología y aprovechamiento de recursos.				
	A	B	C	D
1. Coherencia entre la metodología desarrollada en el aula y la expuesta en la programación				
2. Motivación para el aprendizaje				
3. Organización del proceso de enseñanza y aprendizaje				
4. Actividades desarrolladas y orientación del trabajo del alumno				
5. Utilización de los recursos del medio				
DIMENSIÓN 3: Evaluación de los aprendizajes.				
	A	B	C	D
1. Evaluación inicial: instrumentos				
2. Evaluación continua: instrumentos				
3. Evaluación final: instrumentos				
4. Coevaluación y autoevaluación				
5. La calificación				
6. La Promoción				
7. Información a familias y alumnos				
DIMENSIÓN 4: Formación y evaluación de la enseñanza.				
	A	B	C	D
1. Formación e innovación educativa				
2. Evaluación de la práctica docente				
DIMENSIÓN 5: Tutoría.				
	A	B	C	D
1. Actuaciones con alumnos				
2. Contenido de la tutoría				

3. Relaciones con padres-madres del alumnado				
4. Coordinación con el equipo docente				
DIMENSIÓN 6: Atención a la diversidad.				
	A	B	C	D
1. La recuperación				
2. Profundización y enriquecimiento				
3. Atención al alumnado con n.e.e.				
DIMENSIÓN 7: Clima de aula.				
	A	B	C	D
1. Distribución del mobiliario y del material en el aula				
2. Interacción profesor-alumnos/as				
3. Trabajo en equipo del profesorado				
4. La resolución de conflictos en el aula				