

# Programación Didáctica

# Educación Física

1º de Primaria

Ano Académico 2014-2015

CEIP A GÁNDARA

Oscar González Figueiras

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**1º de Primaria**

ÍNDICE

1.- Introducción e contextualización .....	2
2.- Contribución ao desenvolvemento das competencias clave.....	4
3.- Obxectivos .....	5
4.- Contidos.....	6
5.- Actividades .....	10
6.- Temporalización .....	11
7.- Criterios de avaliación.....	12
8.- Estandares de aprendizaxe avaliáveis.....	13
9.- Mínimos esixibles para o logro das competencias clave .....	15
9.- Procedementos de avaliación .....	16
10.- Instrumentos de avaliación .....	17
11.- Directrices e instrumentos para a realización da avaliación inicial.....	18
12.- Actividades de recuperación e reforzos para lograr a dita recuperación.....	19
13.- Metodoloxía didáctica, considerando as competencias clave como elemento organizador.....	20
14.- Materiais e recursos didácticos.....	22
15.- Medidas de atención á diversidade.....	23
16.- Programación da educación en valores .....	24
17.- Accións de contribución ao proxecto lector .....	25
18.- Accións de contribución ao plan TIC .....	26
19.- Accións de contribución ao plan de convivencia .....	27
20.- Accións de contribución ao proxecto lingüístico .....	28
21.- Actividades complementarias e extraescolares .....	28
22.- Procementos para avaliar a propia programación.....	29

## 1.- Introducción e contextualización

Esta programación aplicarase no 1º curso de Educación Primaria do CEIP A GÁNDARA de Monforte de Lemos (Lugo) durante o curso 2014-2015

Neste primeiro curso hai matriculados un total de 20 alumnos/as

A área de Educación Física ten como finalidade principal a competencia motriz dos alumnos e das alumnas, entendida como un conxunto de coñecementos, procedementos, actitudes e sentimentos que interveñen nas múltiples interaccións que realiza un individuo no seu medio e cos demais e que permite que o alumnado supere os diferentes problemas motrices propostos tanto nas sesións de Educación Física como na súa vida cotiá; sempre de forma coherente e en concordancia co nivel de desenvolvemento psicomotor, prestando especial sensibilidade á atención a diversidade nas aulas, utilizando estratexias inclusivas e sempre buscando a integración dos coñecementos, os procedementos, as actitudes e os sentimentos vinculados á conduta motora fundamentalmente.

Na educación primaria, o alumnado explorará o seu potencial motor á vez que desenvolve todas as súas capacidades motrices. Isto implica mobilizar toda unha serie de habilidades motrices, actitudes e valores en relación co corpo, en diversas situacións de ensino-aprendizaxe, nas cales a experiencia individual e colectiva permitan adaptar a conduta motriz a diferentes contornas.

Nesta etapa, as competencias adquiridas deben permitir comprender o seu corpo, as súas posibilidades e desenvolver as habilidades motrices básicas con complexidade crecente a medida que se progresa nos sucesivos cursos. As propias actividades axudarán ademais a desenvolver a relación cos demais, o respecto, a atención especial á igualdade de xénero, entendendo as diferenzas en canto ás capacidades psicofísicas entre as nenas e os nenos, os condicionantes dos estereotipos sociais, a colaboración, o traballo en equipo, o xogo limpo, a resolución de conflitos, o recoñecemento do esforzo para lograr metas, a aceptación de regras establecidas e o desenvolvemento da iniciativa individual

A proposta curricular de Educación Física permitirá organizar as aprendizaxes do alumnado ao longo do paso polo sistema educativo, tendo en conta o seu nivel madurativo, a lóxica interna das diversas actividades e aqueles elementos que afectan de maneira transversal

## Programación Didáctica Educación Física

todos os bloques como son as capacidades físicas e coordinativas, os valores sociais e individuais e a educación para a saúde.

As propostas didácticas deben incorporar a reflexión e a análise do que acontece e a creación de estratexias para facilitar a transferencia de coñecementos a outras situacións.

## 2.- Contribución ao desenvolvemento das competencias clave.

A competencia motriz, que non está recollida como unha das competencias clave, é fundamental para o desenvolvemento destas, especialmente as competencias social e cívica, aprender a aprender, sentido de iniciativa e espírito emprendedor, conciencia e expresións culturais e matemática e científico tecnolóxica e, en menor medida, a competencia en comunicación lingüística e a competencia dixital.

O traballo por competencias integra un coñecemento de base conceptual, outro relativo ás destrezas e, por último, un con gran influencia social e cultural, que implica un conxunto de valores e actitudes.

Dende a nosa área de Educación Física, debemos incidir na adquisición por parte dos nosos alumnos/as das competencias básicas do xeito seguinte:

- 1) **Comunicación lingüística (CCL)**: grazas á variedade de intercambios comunicativos que permite, a parte do vocabulario específico que achega.
- 2) **Competencia matemática e competencias básicas en ciencia e tecnoloxía (CMCT)**: apreciación de distancias, traxectorias, velocidades, ocupacións do espazo, formación de figuras xeométricas, interpretación de símbolos... e aumento da percepción, exploración e coñecemento doutros medios, mellora da saúde e da calidade de vida...
- 3) **Competencia dixital (CD)**: aprendendo a valorar criticamente as mensaxes referidas ao corpo, procedentes dos medios de información e de comunicación, e utilizando as TIC para achar información.
- 4) **Competencias sociais e cívicas (CSC)**: busca común de obxectivos grupais, estratexias de cooperación, confianza nos demais, asúmense as regras do xogo, utilización do diálogo para solucionar conflitos...
- 5) **Conciencia e expresións culturais (CCEC)**: apreciando a parte artística de certas execucións motrices e entendendo algunhas manifestacións da motricidade humana como feitos culturais presentes en todas as culturas e civilizacións.
- 6) **Aprender a aprender (CAA)**: por medio das actividades cooperativas, en que o grupo-clase ten que buscar a colaboración e as achegas de todas as persoas que o compoñen, favorecendo o diálogo, a busca, o consenso, o razoamento e a comprensión das ideas achegadas polas e polos demais.
- 7) **Sentido de iniciativa e espírito emprendedor (CSIEE)**: mellorando o coñecemento do seu propio corpo e do contorno ao estruturar o esquema corporal, así como a percepción do espazo e do tempo, de maneira que se gañe progresivamente autonomía e se fagan os movementos máis ricos e variados.

### 3.- Obxectivos

- a) Coñecer, aceptar e valorar o propio corpo e a actividade física como medio de exploración e de gozo das propias posibilidades motrices, de relación coas demais persoas e como recurso para organizar o tempo de lecer.
- b) Utilizar as propias capacidades motrices, habilidades e destrezas e o coñecemento que o alumnado posúe da estrutura e funcionamento do corpo para adaptar o movemento ás circunstancias e condicións de cada situación.
- c) Utilizar os recursos expresivos do corpo e do movemento de xeito estético e creativo, comunicando sensacións, emocións, ideas e estados de ánimo.
- d) Regular e dosificar o esforzo, asumindo un nivel de auto exixencia acorde coas posibilidades de cadaquén e coa natureza da tarefa que se está a realizar.
- e) Apreciar a actividade física para o benestar, manifestando unha actitude responsable cara a si e cara ao resto das persoas e recoñecendo os efectos da actividade física, da hixiene corporal, da alimentación e dos hábitos posturais sobre a saúde e a calidade de vida.
- f) Participar en actividades físico-deportivas compartindo proxectos, establecendo relacións de cooperación para acadar obxectivos comúns, resolvendo por medio do diálogo os conflitos que poidan xurdir e evitando discriminacións por características persoais, de xénero, sociais e culturais.
- g) Coñecer e valorar a diversidade de actividades físicas, lúdicas e deportivas como elementos culturais, amosando unha actitude crítica, tanto desde a óptica de participante como desde a de público.
- h) Adquirir, elixir e aplicar principios e regras para resolver problemas motores e actuar de xeito eficaz e autónomo na práctica de actividades físicas, deportivas e artístico-expresivas.
- i) Coñecer e practicar xogos, deportes e/ou bailes tradicionais propios da cultura galega, amosando interese pola indagación neste eido e pola súa difusión e valorando as repercusións que teñen na nosa sociedade.

## 4.- Contidos

Os contidos están distribuídos en seis grandes bloques:

- ✓ Bloque 1. Contidos comúns.
- ✓ Bloque 2. O corpo: imaxe e percepción.
- ✓ Bloque 3. Habilidades motrices.
- ✓ Bloque 4. Actividades físicas artístico-expresivas.
- ✓ Bloque 5. Actividade física e saúde.
- ✓ Bloque 6. Os xogos e as actividades deportivas.

Esta agrupación non determina métodos concretos, responde a unha forma de organizar os contidos que deben ser abordados dunha maneira enlazada atendendo á configuración cíclica do ensino da área, construíndo uns contidos sobre os outros, como unha estrutura de relacións observables de forma que se facilite a súa comprensión e aplicación en contextos cada vez máis enriquecedores e complexos. Tampouco implica unha organización pechada, pola contra, permitirá organizar de diferentes maneiras os contidos, adoptando a metodoloxía máis axeitada ás características destes e do grupo de alumnos e alumnas.

Os contidos do bloque común, pola súa natureza transversal, traballaranse ao longo do curso en combinación cos contidos do resto dos bloques dado que trata aspectos como: os valores que teñen por referente o corpo, o movemento e a relación co contorno, a educación viaria, a resolución de conflitos mediante o diálogo e aceptación das regras establecidas, o desenvolvemento da iniciativa individual e de hábitos de esforzo, as actitudes, a confianza, o uso adecuado dos materiais e espazos e a integración das tecnoloxías da información e comunicación.

## **Contidos de 1º Curso**

### **BLOQUE1. CONTIDOS COMÚNS EN EDUCACIÓN FÍSICA**

- B1.1. Aceptación da propia realidade corporal.
- B1.2. Respecto das persoas que participan no xogo.
- B1.3. Confianza nas propias capacidades para desenvolver actitudes apropiadas e afrontar as dificultades propias da práctica da actividade física.
- B1.4. Utilización guiada de medios tecnolóxicos no proceso de aprendizaxe.
- B1.5 Integración das tecnoloxías da información e a comunicación no proceso de aprendizaxe.
- B1.6. Uso correcto de materiais e espazos na práctica da educación física.
- B1.7. O coidado do corpo e a consolidación de hábitos de hixiene corporal.
- B1.8. Adopción de condutas seguras ao actuar como peóns ou peoas nas saídas polo contorno do colexio.

### **BLOQUE 2. O CORPO: IMAXE E PERCEPCIÓN c**

- B2.1. Aceptación da propia realidade corporal.
- B2.2. Confianza nun mesmo, aumento da autoestima e a autonomía persoal.
- B2.3. Estrutura corporal. Identificación do propio corpo e das principais partes que interveñen no movemento.
- B2.4. Experimentación e exploración de posturas corporais diferentes.
- B2.5. Vivencia da relaxación global como estado de quietude e toma de conciencia da respiración.
- B2.6. Experimentación de situacións simples de equilibrio estático sobre bases estables.
- B2.7. Percepción espacio-temporal. Orientación do corpo e nocións topolóxicas básicas (dentro/fóra, arriba/abaixo, diante/detrás, cerca/lonxe...).
- B2.8. Recoñecemento da lateralidade e da dominancia lateral propia.
- B2.9. Posibilidades sensoriais (vista, oído, tacto). Experimentación, exploración e discriminación das sensacións.



### **BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES**

B3.1. Formas e posibilidades do movemento. Experimentación de diferentes formas de execución e control das habilidades motrices básicas: desprazamentos, xiros, saltos.

B3.2. Desenvolvemento e control da motricidade fina e a coordinación viso- motora a través do manexo de obxectos. B3.3. Resolución de problemas motores sinxelos.

B3.4. Acondicionamento físico xeral en situacións de xogo, especialmente mantemento e mellora da flexibilidade.

B3.5. Disposición favorable a participar en actividades físicas diversas aceptando as diferenzas no nivel de habilidade.

B3.6. Autonomía e confianza nas propias habilidades motrices en situacións e contornos habituais.

### **BLOQUE 4. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO-EXPRESIVAS**

B4.1. Descubrimento e exploración das posibilidades expresivas do corpo e do movemento. Sincronización do movemento con estruturas rítmicas sinxelas.

B4.2. Execución de bailes ou danzas sinxelas representativas da cultura galega e doutras culturas, seguindo o ritmo.

B4.3. Imitación de personaxes, obxectos e situacións.

B4.4. Participación en situacións que supoñan comunicación corporal.

B4.5. Desinhibición na exteriorización de emocións e sentimentos a través do corpo, o xesto e o movemento.

### **BLOQUE 5. ACTIVIDADE FÍSICA E SAÚDE**

B5.1. Identificación e práctica de hábitos básicos de hixiene corporal (aseo, roupa e calzado), alimentarios e posturais, relacionados coa actividade física.

B5.2. Relación da actividade física co benestar da persoa.

B5.3. Mobilidade corporal orientada á saúde.

B5.4. Respecto das normas de uso de materiais e espazos na práctica de actividade física para evitar accidentes.

B5.5. Respecto ás persoas que participan no xogo.

## **BLOQUE 6. OS XOGOS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS**

B6.1. Descubrimiento da cooperación e a oposición con relación ás regras de xogo. Aceptación de distintos papeis no xogo.

B6.2. Recoñecemento e aceptación das persoas que participan no xogo, aceptando o reto que supón opoñerse ao outro sen que iso derive en situacións de rivalidade ou menosprezo.

B6.3. Comprensión das normas de xogo e cumprimento destas.

B6.4. Confianza nas propias posibilidades na práctica dos xogos.

B6.5. O xogo como actividade común a todas as culturas.

B6.6. Coñecemento e práctica dalgúns xogos de Galicia.

B6.7. Práctica de xogos libres e organizados.

B6.8. Xogos de aire libre no parque ou en contornos naturais próximos ao colexio. Exploración e gozo da motricidade ao aire libre, respectando a natureza.

## 5.- Actividades

En primeiro termo cómpre dicir que as actividades variaran na súa dificultade e o nivel de esixencia, xa que traballaranse as mesmas para os dous niveis do primeiro ciclo, pero adaptando estas tarefas ao nivel do alumno. O mellor xeito de facelo é variando a súa dificultade-intensidade, pero conservando as actividades xa que o que se plantexan son obxectivos, contidos e criterios de avaliación para todo o ciclo.

As actividades son a maneira activa e ordenada de levar a cabo as experiencias de aprendizaxe.. Nas UD as actividades aparecerán secuenciadas do seguinte xeito:

- ✓ de introdución: para averiguar as ideas previas e para motivar aos rapaces/zas.
- ✓ de desenvolvemento: o alumnado ponse en contacto cos contidos, tarefas...
- ✓ de consolidación: para afianzar e aplicar os aprendizaxes asimilados.
- ✓ de reforzo: para aquel alumnado con dificultades, para os que non asimilaron correctamente os contidos...
- ✓ de ampliación: permiten seguir construíndo coñecementos aos alumnos/as que xa asimilaron os contidos de xeito satisfactorio,
- ✓ de avaliación: aínda que calquera actividade é susceptible de ser avaliada, seleccionáronse actividades para valorar os aprendizaxes logrados nun momento concreto

## 6.- Temporalización

Nº	TITULO DA UD	CONTIDOS	SESIÓNS
1a	¡Comezamos o curso!	Presentación	2
2a	O noso corpo	Esquema Corporal	3
3a	Esquerda e Dereita	Lateralidad	6
4a	Os viaxeiros	Espacio - Tempo	6
5a	Somos equilibristas	Equilibrio	4
6a	Como nos movemos	Desplazamentos	6
7ª	Somos canguros	Salto	4
8a	Somos peonzas	Xiros	4
9a	Empuxa empuxa	Tracción e empuxe	2
10a	Lanza que te lanza	Coordinación oculo - manual	5
11a	Golpeamos coas pernas	Coordinación óculo - pédica	4
12a	O teatro no cole	Expresión corporal	5
13a	Xogos populares	Xogos populares	4
14a	Como nos divertimos	Xogos recreativos	6

## 7.- Criterios de avaliación

Para facilitar a concreción curricular de Educación Física establécense unos criterios de avaliación que se concretizan nos estándares de aprendizaxe avaliábeis. Estes permitirán definir os resultados das aprendizaxes, e concretarán mediante accións o que alumnado debe saber e saber facer na área de Educación Física. Estes estándares están graduados e secuenciados ao longo da etapa e, unha vez finalizada esta, deberán estar todos acadados e consolidados:

B1.1. Recoñecer desde a perspectiva de participante as posibles situacións conflitivas xurdidas nos xogos aceptando as opinións dos e das demais.

B1.2. Buscar de maneira guiada información utilizando fontes de información e facendo uso das TIC.

B1.3. Demostrar un comportamento persoal e social responsable, respectándose a un mesmo e aos outros e outras nas actividades físicas e nos xogos, aceptando as normas e regras establecidas

B2.1. Aceptar e respectar a propia realidade corporal e a dos e das demais.

B2.2. Coñecer a estrutura e funcionamento do corpo para realizar movementos adecuados ás situacións motrices que se lle presentan.

B3.1. Resolver situacións motrices con diversidade de estímulos e condicionantes espacio-temporais.

B4.1. Utilizar os recursos expresivos do corpo e o movemento, comunicando sensacións e emocións.

B5.1. Recoñecer os efectos do exercicio físico, a hixiene, a alimentación e os hábitos posturais sobre a saúde e o benestar

B5.2. Recoñecer a importancia das medidas de seguridade na práctica da actividade física.

B6.1. Recoñecer tácticas elementais dos xogos aplicando as regras en situación de cooperación e de oposición.

B6.2. Recoñecer a diversidade de actividades físicas, lúdicas, deportivas en especial as de Galicia.

B6.3. Manifestar respecto cara ao contorno e o medio natural nos xogos e actividades ao aire libre.

## 8.- Estándares de aprendizaxe avaliáveis

- EFB1 1.1. Mostra boa disposición para solucionar os conflitos de forma razoable.
- EFB1 1.2. Recoñece as condutas inapropiadas que se producen nos xogos.
- EFB1 2.1. Utiliza de maneira guiada as novas tecnoloxías para buscar información.
- EFB1 3.1. Participa activamente nas actividades propostas.
- EFB1 3.2. Demostra certa autonomía resolvendo probemas motores
- EFB1.3.3. Incorpora nas súas rutinas o coidado e hixiene do corpo.
- EFB1.3.4. Participa na recollida e organización de material utilizado nas clases
- EFB1.3.5. Acepta formar parte do grupo que lle corresponda.
- EFB2.1.1. Respecta a diversidade de realidades corporais entre os nenos e nenas da clase.
- EFB2.2.1. Coñece e identifica as partes do corpo propias.
- EFB2.2.2. Realiza actividades de equilibrio estático, con e sen axuda, en base de sustentación estable
- EFB2.2.3. Reacciona corporalmente ante estímulos sinxelos visuais, auditivos e táctiles, dando respostas motrices que se adapten ás características deses estímulos.
- EFB3.1.1. Desprázase de distintas formas, variando os puntos de apoio.
- EFB3.1.2. Salta de distintas formas, variando os puntos de apoio e as frecuencias
- EFB3.1.3. Realiza xiros sobre o eixe lonxitudinal variando os puntos de apoio, con coordinación e boa orientación espacial.
- EFB3.1.4. Equilibra o corpo en distintas posturas intentando controlar a tensión, a relaxación e a respiración.
- EFB4.1.1. Representa personaxes e situacións, mediante o corpo e o movemento con desinhibición e espontaneidade
- EFB4.1.2. Reproduce corporalmente una estrutura rítmica sinxela.
- EFB4.1.3. Realiza bailes e danzas sinxelas representativas da cultura galega e doutras culturas
- EFB5.1.1. Intenta cumprir as normas básicas do coidado do corpo en relación coa hixiene, con autonomía.
- EFB5.1.2. Adopta hábitos alimentarios saudables.
- EFB5.1.3. Inicia a incorporación como axente de saúde da actividade física á súa rutina diaria.
- EFB5.2.1. Identifica os riscos individuais e colectivos daquelas actividades físicas que vai coñecendo e practicando.
- EFB6.1.1. Iníciase no uso de tácticas elementais dos xogos.
- EFB6.1.2. Utiliza as regras dos xogos en situación de cooperación e oposición.

## Programación Didáctica Educación Física

EFB6.2.1. Practica xogos libres e xogos organizados

EFB6.2.2. Recoñece xogos tradicionais de Galicia.

EFB6.2.3. Realiza distintos xogos tradicionais de Galicia seguindo as regras básicas.

EFB6.3.1. Realiza actividades no medio natural.

EFB6.3.2. Coñece o coidado e respecto do medio ao efectuar algunha actividade fóra do centro.

## 9.- Mínimos esixibles para o logro das competencias clave

### **Competencia en comunicación lingüística**

Utilizar correctamente a linguaxe como ferramenta de comunicación oral

Empregar o diálogo para solucionar os conflitos que xorden en clase

Comprender as explicacións que recibe do mestre e dos compañeiros/as

Utilizar a linguaxe para comunicarse cos compañeiro/as durante o xogo colectivo

Respectar as opinión dos demais, non interrompir e pedir a palabra

### **Competencia matemática**

Apreciar correctamente as distancias e traxectorias nas habilidades manipulativas

Utilizar correctamente o espazo e dominar cuestión de dispersión e agrupamento

Ter un desenvolvemento perceptivo adecuado á súa idade

Levar a cabo medidas de coidado do corpo

Utilizar a actividade física como medio para mellorar a saúde e a calidade de vida

### **Competencia dixital**

Valorar críticamente as mensaxes referidas ao corpo rxeitando os estereotipos

Seleccionar e diferenciar a información importante da que non o é

Amosar un dominio básico de diferentes linguaxes (icónica, visual, sonora...)

### **Competencia social e cidadá**

Colaborar cos compañeiros nas actividades grupais

Asumir os diferentes papeis dentro do equipo e respectar as normas do xogo

Compartir o éxito e o fracaso en grupo

Entender e respectar a importancia do xogo limpo

Evitar a rexeitar a discriminación por razón de xénero, raza, sociais, crenzas...

### **Competencia cultural e artística**

Apreciar a parte artística de certas execucións motrices

Respectar as diferentes culturas e pensamentos

### **Competencia para aprender a aprender**

Buscar a colaboración dos compañeiros para solucionar problemas cooperativos

Desenvolver estratexias para responder aos obxectivos propostos

### **Autonomía e Iniciativa persoal**

Ter un adecuado desenvolvemento do esquema corporal e aceptar o seu corpo

Presentar unha autoestima positiva

Amosar interese e predisposición por realizar as actividades plantexadas na clase



## 9.- Procedementos de avaliación

Tras unha avaliación inicial utilizaremos a avaliación continua para valorar o rendemento do alumnado. Para elo faremos uso de probas obxectivas referidas a medición do progreso das distintas capacidades físicas. Tamén se valorará o traballo día a día nas clases de educación Física.

A avaliación ten como obxectivo valorar e medir o grado de desenrolo do alumnado. Sérvenos como dato de referencia que reflexa a aprendizaxe. Ten que ser que ser por un lado subxetiva, que depende do xuício do mestre. Polo outro, obxectiva dado que resulta da aplicacións de procedementos, instrumentos, test, etc. Desta maneira resulta unha avaliación xusta e acertada xa que o rendemento do alumnado con cifras (tempos, distancias, medidas, etc), visto baixo o xuício de quen coñece aos alumnos: o profesor. Éste observará persoalmente os aspectos como asistencia, interés, colaboración, compañerismo...

Ao principio de cada curso escolar realizarase unha avaliación inicial que permita coñecer a madurez dos nenos/as en todos os aspectos. Ao longo do curso, unha avaliación continua, mediante probas periódicas, que materialice a situación dese momento e, si resulta necesario, introducir modificacións. Ao terminar o curso, unha avaliación final, que conxuntamente coas anteriores realizadas testimone o nivel alcanzado polo alumnado.

Non hai que olvidar a autoavaliación e autocrítica do propio alumno/a sobre aquilo que se está realizando.

Os resultados da avaliación expresaranse nos termos seguintes: insuficiente (IN), suficiente (SU), ben (BE), notable (NT) e sobresaliente (SB). Considerarase negativa o insuficiente e positivas as restantes.

O porcentaxe en que se valora este sistema de calificación é o seguinte:

40%: traballo e esforzo na clase de Educación Física

30%: actitudes motrices propias da Educación Física

20%: disciplina e respecto polos valores propios da Educación

10%: implicación do alumnado con actividades relacionadas co deporte e ca actividade física

## 10.- Instrumentos de avaliación

En canto aos instrumentos de avaliación, utilizaremos fundamentalmente técnicas cualitativas, entre as que destacamos:

- ✓ Rexistro anecdótico: consiste nun caderno no que o mestre/a anota todo o que considere relevante do que acontece ao longo das sesións.
- ✓ Lista de control: consiste nunha táboa na que se marcan unha serie de ítems e o mestre anota SI ou NON conforme o alumno/a realiza correctamente o indicado en cada ítem.
- ✓ Escala: tamén consiste nunha táboa na que se marcan uns ítems, pero en lugar de valorar a realización ou non realización do ítem, márcase unha escala numérica (por exemplo de 1 a 5) e o mestre/a realiza unha valoración en función do observado.

Ademais dos mencionados, utilizaremos unha ficha de avaliación diaria, na que figurará o nome de cada un dos alumnos/as e, mediante unha serie de ítems elaborados polo profesor, iremos marcando diariamente o seu traballo diario. Nestes ítems, reflectiremos condutas tanto positivas (colaborar cos compañeiros/as, esforzarse nas actividades, respectar o material, manter hábitos saudables, respectar as normas...) como negativas (non aceptar o rol que lle corresponde, inactividade nas sesións, desprezo polo material, mal comportamento...).

## 11.- Directrices e instrumentos para a realización da avaliación inicial

Podemos atender aos seguintes aspectos a valorar, nunha avaliación inicial de Educación Física:

- ✓ Valorar o grao de coñecemento que o neno/a posúe do seu corpo, en relación aos seus diferentes segmentos e zonas corporais
- ✓ Indagar sobre os xogos coñecidos e practicados polo alumnado
- ✓ Valorar o grao de desenvolvemento da lateralidad
- ✓ Coñecer os diferentes entornos que coñecen para a práctica lúdico motora
- ✓ Valorar o grao de desenvolvemento das cualidades perceptivo motrices (coordinación e equilibrio) así como o nivel de desenvolvemento das habilidades motrices básicas
- ✓ Valorar se o neno se implica na participación de xogos e actividades
- ✓ Coñecer os coñecementos previos acerca de hábitos saudables relacionados coa actividade física: hixiena, postura, alimentación, seguridade e descanso
- ✓ Valorar se o neno coñece normas para manter o seu corpo nun optimo estado de saúde
- ✓ Observar a capacidade expresiva do neno a través do seu corpo e movemento.
- ✓ Indagar sobre que é para eles a Educación Física e que esperan conseguir nas clases
- ✓ Coñecer normas ou pautas básicas de comportamento para o área de Educación Física, en relación aos compañeiros, ao material, á realización de actividades, á resolución dialogada de conflitos, etc.
- ✓ Observar o nivel de socialización do alumnado, respecto as opinións dos demais, respecto aos turnos de palabra, respecto ás normas, etc.
- ✓ Apreciar o grao de coñecemento das súas posibiliades e limitacións propias

## **12.- Actividades de recuperación e reforzos para lograr a dita recuperación**

Na Educación Primaria, na que o alumnado pola súa idade e difícil que amose desinterés por la materia de Educación Física, non é tan importante como noutras materias ter preparado un programa de reforzo. Entre outras cousas porque trataríase de casos muy particulares os que, a vista da súa problemática, habería que adaptar un traballo específico. Non obstante facemos as seguintes indicacións:

- Favorecer que os alumnos desenvolvan as mesmas capacidades dos obxectivos xerais da etapa seguindo camiños diferentes.
- Seguir un modelo aberto e flexible de elaboración do currículo que permita realizar adaptacións que flexibilicen as condicións do proceso de ensino para posibilitar a aprendizaxe de cada alumno.
- Organizar os recursos persoais e materiais dirixidos aos alumnos con necesidades educativas.
- Adaptarse ás características específicas dos alumnos do centro. Froito da observación sistemática, podemos prever, en determinados alumnos, comportamentos que sexan consecuencia do contorno socio-económico da zona na que se sitúe o centro.

### **13.- Metodoloxía didáctica, considerando as competencias clave como elemento organizador**

O recurso metodolóxico que vai predominar nas nosas sesións será **O XOGO**, xa que o consideramos como un importante recurso metodolóxico moi adecuado para traballar en primaria e favorecer aprendizaxes significativas, debido ao seu compoñente lúdico e motivacional.

A Educación Física ao longo da educación primaria ten no xogo o máis importante recurso como situación de aprendizaxe e ferramenta didáctica polo seu carácter motivador. Debemos destacar os xogos tradicionais galegos que xunto coas danzas e bailes propias de Galicia, supoñen un elemento importante de transmisión do noso patrimonio artístico e cultural ademais de fomentar as relación interxeracionais.

Establécense unha serie de orientacións metodolóxicas para a área que favorecerán un enfoque competencial, así como a consecución, consolidación e integración dos diferentes estándares por parte do alumnado:

- ✓ A Educación física nesta etapa terá un carácter eminentemente global e lúdico, ata o punto de converter o xogo no contexto ideal para a maioría das aprendizaxes.
- ✓ A selección dos contidos e as metodoloxías activas e contextualizadas deben asegurar o desenvolvemento das competencias clave ao longo de toda a etapa.
- ✓ As estruturas de aprendizaxe cooperativa posibilitarán a resolución conxunta das tarefas e dos problemas, e potenciarán a inclusión do alumnado.
- ✓ profesorado debe implicarse na elaboración e deseño de diferentes tipos de materiais, adaptados aos distintos niveis e aos diferentes estilos e ritmos de aprendizaxe dos alumnos e alumnas, co obxecto de atender a diversidade na aula e personalizar os procesos de construción das aprendizaxes. Débese potenciar o uso dunha variedade de materiais e recursos, considerando especialmente a integración das tecnoloxías da información e a comunicación.
- ✓ Favoreceranse metodoloxías que teñan a súa base no descubrimento guiado, a resolución de problemas, o traballo por retos ou a cooperación.
- ✓ Deberá buscarse a implicación das familias como un factor clave para facer dos nosos alumnos e alumnas suxeitos activos na xestión da súa saúde e na adquisición de hábitos de vida saudable. Finalmente, é necesaria unha axeitada coordinación entre o persoal

docente sobre as estratexias metodolóxicas e didácticas que se utilicen. Os equipos educativos deben formular con criterios consensuados unha reflexión común e compartida sobre a eficacia das diferentes propostas metodolóxicas.

## 14.- Materiais e recursos didácticos

Os recursos materiais cos que contamos para desenvolver as nosas sesións de educación física son os seguintes:

- ✓ Pista polideportiva descuberta de 80mx20m
- ✓ Pavillón polideportivo cuberto de 40mx20m con campo de fútbol sala, de baloncesto, de voleibol, 4 canastas e espaldeiras
- ✓ Ximnasio cuberto con material de psicomotricidade
- ✓ Zona verde de xogos

24 balóns de voleibol	5 vallas altas	6 combas
50 pelotas de plástico	25 raquetas badminton	50 conos chinos
2 trampolíns	8 bolos	1 mesa ping pong
5 bloques de espuma	14 indiacas	23 conos
16 balóns de fútbol	8 diabolos	25 sticks de hoquei
18 zancos altos	4 palas	4 bolos hoquei agujereadas
20 aros grandes	12 raquetas ping pong	9 colchonetas
14 aros medianos	27 volantes	9 bolas hoquei naranja
15 aros pequenos		

## 15.- Medidas de atención á diversidade

Para que o alumnado con necesidades específicas de apoio educativo que requira unha atención educativa diferente á ordinaria por presentar necesidades educativas especiais, dificultades específicas de aprendizaxe, trastorno por déficit de atención e hiperactividade (TDAH) ou altas capacidades intelectuais, por se incorporar tarde ao sistema educativo ou por condicións persoais ou de historia escolar, poida alcanzar o máximo desenvolvemento das súas capacidades persoais e os obxectivos e as competencias da etapa, estableceranse as medidas curriculares e organizativas oportunas que aseguren o seu progreso adecuado, de conformidade co disposto nos artigos 71 a 79 bis da Lei orgánica 2/2006, do 3 de maio.

Segundo o Preámbulo da Lei Orgánica 2/2006 de 3 de maio de Educación, a adecuada resposta educativa a todo o alumnado se concibe a partir do principio de INCLUSIÓN, entendendo que unicamente dese xeito se garantiza o desenvolvemento de todos, se favorece a equidade e se contribúe a unha maior cohesión social. A atención á diversidade é unha necesidade que abarca a todas as etapas educativas e a todos os alumnos. É dicir, trátase de contemplar a diversidade do alumnado como principio e non como unha medida que corresponde ás necesidades duns poucos.

Esta área curricular está especialmente indicada para integrar todo tipo de alumnado e resulta idónea de cara á atención á diversidade. Por medio da educación física desenvólvense interaccións co resto de persoas, o que favorece as relacións construtivas, o respecto, a aceptación, a cooperación, a autonomía, a participación, o sentido crítico e o logro de obxectivos comúns, propiciados polas múltiples e variadas agrupacións que se poden formar. Igualmente, en educación física débese incidir na coeducación e na igualdade de oportunidades entre ambos os sexos. As actividades propostas atenderán do mesmo xeito os nenos e as nenas, integrando todas as persoas participantes indistintamente para poder acadar os obxectivos. O profesorado deberá equilibrar as actividades e materiais de xeito que non predomine ningún estereotipo e seleccionar aqueles que contribúan á participación equilibrada e motivada de nenos e de nenas.

Outro aspecto que hai que ter en conta para favorecer a igualdade entre os sexos son as expectativas que o profesorado ten con respecto ás nenas e aos nenos, así como as expresións que se utilicen para favorecer as súas execucións e os resultados.



## 16.- Programación da educación en valores

Segundo o artigo 4º.4 do Decreto 130/2007, do 28 de xuño, polo que se establece o currículo da educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia os centros docentes incluírán no seu proxecto educativo a educación en valores:

- **Educación moral e cívica**: É o eixo referencial en torno ao cal artículase a educación en valores xa que as súas dúas dimensións engloban o conxunto dos trazos básicos do modelo de persoa que participa activamente para solucionar os problemas sociais.
- **Educación para a paz**: mediante a creación de actividades que estimulen o diálogo como vía privilexiada na resolución de conflitos entre persoas ou grupos sociais.
- **Educación para a igualdade de oportunidades entre os sexos**: A constitución española comeza co dereito á igualdade sen distinción de sexos, razas ou crenzas. Con todo, unha parte da sociedade segue sendo machista, racista e intolerante, polo que se fai imprescindible transmitir ao alumnado este dereito da humanidade.
- **Educación ambiental**: os alumnos deben comprender os problemas ambientais que están degradando o noso medio e participar solidariamente no seu coidado.
- **Educación para a saúde e calidade de vida**: na escola debemos inculcar hábitos de hixiene física, mental e social que desenvolvan a autoestima e melloren a calidade de vida.
- **Educación para o lecer**: Debemos ofrecer ao alumnado unha alternativa para utilizar o seu tempo de lecer de forma positiva, realizando actividades físicas.
- **Educación do consumidor**: É necesario dotar aos alumnos de instrumentos de análises cara ao exceso de consumo de produtos innecesarios.
- **Educación viaria**: O coñecemento e a utilización da vía pública é dunha gran importancia polo que a súa educación ten que comezar na escola.

## **17.- Accións de contribución ao proxecto lector**

Debido ás características da área de Educación Física, e ao pouco tempo semanal de que dispoñemos no horario dos nenos, non propoñemos actividades de lectura dentro do noso horario, posto que preferimos adicar as dúas horas semanais que temos de docencia para realizar actividades eminentemente físicas no pavillón e no ximnasio.

Sen embargo, consideramos de grande importancia colaborar na adquisición de hábitos de lectura nos nosos alumnos/as, e somos conscientes de que ese traballo debe realizar coa colaboración de todo o profesorado do centro.

O traballo que realizaremos dende o área de Educación Física, relacionado co proxecto lector será basicamente motivacional, animando aos nenos/as que lean acerca de temas relacionados co área de educación física, como noticias de xornais, ou temas de actualidade, que comentaremos no aula durante as sesións.

Do mesmo xeito, tamén participamos na “hora de ler” que se desenvolve no noso centro, no que todos os nenos teñen un tempo diaria para adicar á lectura.

## **18.- Accions de contribución ao plan TIC**

As TIC (Tecnoloxías da Información e da Comunicación) están a adquirir unha relevancia cada vez maior na nosa sociedade. Avanzan a pasos axigantados, polo que cómpre estar constantemente actualizándose para non quedar atrás. A escola ten que ter en conta, ten que preparar ao alumnado no seu manexo e incrementar a capacidade de utilizalas partindo de todas as áreas curriculares.

Desde a Educación Física pódese recorrer nalgún momento á navegación por Internet e visualización de documentos audiovisuais... Non quere dicir que semanalmente ou quincenalmente o profesorado teña que utilizar o ordenador, a aula de informática ou ver unha proxección sobre algún aspecto específico da área, senón que, cando sexa preciso e as condicións docentes así o requiran, pode facelo.

## **19.- Acci3ns de contribuci3n ao plan de convivencia**

Non existe outra 3rea curricular que permita un maior n3mero de situaci3ns did3cticas onde o alumnado deba interactura cos dem3is. A Educaci3n F3sica, polo entorno en que se desenvolve e a propia din3mica das clases, a fan propicia para a educaci3n en habilidades sociais, cando a intervenci3n educativa incide neste aspecto.

Por isto, a din3mica dos grupos na realizaci3n das tarefas debe ser variada, e dicir, que permita distintos tipos de agrupamentos: parellas, tr3os, cuartetos, pequenos grupos, gran grupo...

Dado que o cambio de actividade nas nosas clases 3 constante, tanto para evitar a fatiga como o aburramento, como para manter a atenci3n e a motivaci3n, a principal caracter3stica dos agrupamentos debe ser a variedade.

As actividades f3sicas, e en especial as que se realizan colectivamente, son un medio eficaz para facilitar a relaci3n, a integraci3n e o respecto, 3 vez que contrib3en ao desenvolvemento da cooperaci3n e a solidariedade.

Por outra banda, a educaci3n f3sica axuda a aprender a convivir, fundamentalmente no que se refire 3 elaboraci3n e aceptaci3n de regras para o funcionamento colectivo, dende o respecto 3 autonom3a personal, 3 participaci3n y a valoraci3n da diversidade

## **20.- Acci3ns de contribuci3n ao proxecto lingüístico**

Un recurso que deben ter en conta as e os profesionais da Educaci3n Física é a biblioteca. Pensando en combinala co uso das TIC, pode servir para afianzar contidos propios da área. Tanto a biblioteca da aula como a do centro escolar facilitarán e proporcionarán a busca de informaci3n, o manexo de fontes bibliográficas, a consulta de diversos documentos e, o que é moi importante, a adquisici3n de hábitos habituais de lectura, favorecendo con esta medida a dedicaci3n dun tempo diario a ela.

## **21.- Actividades complementarias e extraescolares**

Neste centro organízanse actividades deportivas de competici3n interna e externa. O profesor de Educaci3n Física da unha especial importancia a participaci3n neste tipo de eventos, xa que que o deporte favorece o desenvolvemento integral do alumnado polo que en todo momento tenta motivar ao seu alumnado para que participe nestas actividades.

Neste curso 2014-2015 participaremos no programa “Pequevoley”, organizado pola Federaci3n Española de Voleibol, así como no programa Xogade, coa creaci3n de 4 equipos de voleibol que competirán na liga escolar da zona Val de Lemos.

O centro tamén colabora co clube de atletismo da AD A Gándara coa participaci3n no Cross do Magosto e nos campionatos de Campo a Través organizados na nosa comarca.

## 22.- Procementos para avaliar a propia programación

Ao finalizar o curso, o mestre debe reflexionar acerca das seguintes cuestións:

¿Qué obxectivos logrei e en que grao?

¿Qué grao de motivación observei nas actividades realizadas polos alumnos/as?

¿Cales foron as actividades máis eficaces e por qué?

¿Qué clima se mantivo nas miñas clases e qué relación houbo entre o alumnado e o mestre?

¿Cales foron as causas dos conflitos surtidos nas miñas clases e como se poden evitar?

A partir da reflexión acerca destas cuestións, poderemos planificar mellor a programación do seguinte ano co obxectivo de mellorar a nosa práctica docente.