
Anexo a la programación didáctica de Ed. Física PR16

Programación evaluación final (período de confinamiento)

a) Contenidos con estándares de aprendizaje

- Partes y sistemas del cuerpo relacionados con la actividad física y la salud
 - Valora las implicaciones tanto positivas como negativas que se derivan de la práctica de actividad física en cada uno de los sistemas (respiratorio, circulatorio y locomotor).
- Toma de conciencia del propio cuerpo en relación con la tensión, relajación, respiración y tono muscular.
 - Es capaz de realizar actividades de relajación para la vuelta a la calma.
- Valoración de las situaciones de riesgo que se derivan de la actividad física. Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes en la actividad física y en el uso de materiales y espacios
 - Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.
- Coordinación dinámica general y segmentaria en medios distintos a los habituales.
 - Ejecuta gestos deportivos de forma coordinada en situaciones de dificultad creciente (situaciones de juego real, con oposición, entre otras).
- Control del equilibrio en diferentes situaciones, superficies o posiciones. Tanto en estático como en movimiento.
 - Combina acciones de desplazamientos, paradas, cambios de ritmo y saltos sin perder el equilibrio ni la continuidad en las acciones.
- Desarrollo de las habilidades y destrezas motrices.
 - Pone en práctica el mayor bagaje motor posible de habilidades básicas (principio de multilateralidad) en la realización de tareas motrices o juegos.
- Las capacidades físicas básicas como condicionantes de las habilidades y destrezas.
 - Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.
- Exploración y experimentación de las posibilidades y recursos expresivos y comunicativos del propio cuerpo a través del gesto, la interpretación mímica, realización de bailes y danzas populares y de la creación y representación de dramatizaciones sencillas. Mejora de la espontaneidad y creatividad en el movimiento expresivo.
 - Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o grupos.
 - Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o individualmente, en parejas o grupos.
- Conocimiento y consolidación de los diferentes hábitos y estilos de vida saludable como pilares básicos para una buena calidad de vida.
 - Utiliza la vestimenta y calzado adecuados antes, durante y después de la actividad física.
 - Conoce los beneficios y componentes de un desayuno saludable.
 - Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.
 - Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (entre otros horarios de comidas, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, hidratación).
 - Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.
- La actividad física y el deporte como medio de utilización positiva del tiempo de ocio, disfrute personal y relación social
 - Conoce un número amplio de actividades físico-deportivas y valora éstas para emplearlas en su tiempo de ocio.
- La comunicación lingüística. En la EF: expresión oral y comprensión oral y escrita.
 - Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.

b) Criterios de evaluación

- Conocer la influencia de la Actividad Física en los sistemas y aparatos (circulatorio, respiratorio y locomotor).
- Conocer y aplicar algunas técnicas de relajación
- Mantener el equilibrio en diferentes situaciones, tanto estáticas como dinámicas.
- Progresar en el desarrollo de las habilidades motrices básicas.
- Identificar las capacidades físicas básicas que intervienen en una actividad físico- deportiva.
- Recopilar y practicar juegos y deportes tradicionales, populares y alternativos adaptados.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.
- Consolidar hábitos saludables en la actividad física aprendidos en cursos anteriores.
- Reconocer los efectos del ejercicio físico, la higiene, la alimentación y los hábitos posturales sobre la salud y el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo.
- Potenciar el afán de superación y progresar en función de sus posibilidades motrices y madurativas para enfrentarse a retos.

c) Materiales y recursos

- Plataforma Educamos.
- Correo electrónico.
- Llamadas telefónicas.
- Plataforma Zoom (videoconferencias)
- Vídeos.
- Canciones.

d) Procedimientos e Instrumentos de Evaluación

- Realización de tareas diarias. Trabajo individual.
- Interés por la asignatura.
- Fichas de control.

e) Medidas de atención a la diversidad

Se tendrá en cuenta en todo momento los recursos del alumnado y sus familias, ya que no todos disponen de ordenador o Tablet durante el mismo tiempo y cada uno encuentra diferentes dificultades. Por ello, los tiempos serán flexibles al igual que los momentos de trabajo.

Además, mediante correo electrónico o la plataforma Educamos se buscará una comunicación habitual y adecuada, con los diferentes docentes del grupo.