
Anexo a la programación didáctica de Ed. Física PRI5

Programación evaluación final (período de confinamiento)

a) Contenidos con estándares de aprendizaje

- Toma de conciencia del propio cuerpo en relación con la tensión, relajación, respiración y tono muscular.
 - Conoce y utiliza de forma adecuada técnicas de relajación sencillas y conocidas en función de su nivel de ansiedad y estrés producido por juegos o actividades deportivas.
- Seguridad y salud en las actividades físicas.
 - Conoce y adopta medidas de seguridad concretas que eviten posibles riesgos de accidente o lesión, en sí mismo o en sus compañeros: un buen calentamiento, un adecuado uso de las instalaciones y de los materiales propios o comunitarios.
 - Realiza correctamente un calentamiento de forma autónoma.
- Coordinación dinámica general y segmentaria en medios distintos a los habituales.
 - Ejecuta gestos coordinados sencillos en las actividades deportivas.
- Control del equilibrio en diferentes situaciones, superficies o posiciones
 - Progresas en su equilibrio en diferentes situaciones y superficies.
- Habilidades y destrezas motrices
 - Pone en práctica el mayor bagaje motor posible de habilidades básicas (principio de multilateralidad) y aprovecha sus capacidades físicas, en la realización de tareas motrices o juegos.
 - Es capaz de combinar y aplicar adecuadamente las habilidades motrices básicas, aplicándolas a las situaciones de juego.
- Tratamiento globalizado de las capacidades físicas básicas
 - Utiliza sus habilidades y destrezas motrices y capacidades físicas básicas en situaciones de juegos y actividades físico-deportivas.
- Propuesta y resolución de problemas motores.
 - Utiliza los desplazamientos con bola y los pases con un objetivo.
- Juegos y deportes
 - Manifiesta y tiene adquiridos hábitos de cooperación, trabajo en grupo y esfuerzo personal.
- Exploración y experimentación de las posibilidades expresivas corporales.

- Realiza danzas y bailes individuales, en parejas o grupos, improvisando algunos pasos o partiendo de los ya conocidos.
- La actividad física y el deporte como medio de utilización positiva del tiempo de ocio, disfrute personal y relación social.
 - Conoce gran variedad de actividades físico- deportivas y las valora positivamente para su empleo en su tiempo de ocio personal.
 - Participa en el cuidado y conservación del entorno, eliminando residuos generados en las actividades que realizamos, respetando y poniendo en práctica las normas de uso del medio ambiente.
- Consolidación de hábitos saludables
 - Utiliza la vestimenta y el calzado adecuado antes, durante y después de la actividad física.
 - Conoce los beneficios y componentes de un desayuno saludable; y es capaz de elaborar uno.
 - Conoce la importancia de una correcta hidratación después del ejercicio.
- Aceptación de virtudes o talentos, límites y diferencias
 - Valora los factores principales para la obtención de una buena salud.
 - Es capaz de dosificar el esfuerzo en función de la intensidad y duración de la actividad.
- La comunicación lingüística en la Educación Física: Expresión oral y comprensión oral y escrita.
 - Utiliza la lectura para la comprensión y aprendizaje de contenidos relevantes para el área.

b) Criterios de evaluación

- Conocer e identificar los sistemas básicos del cuerpo humano relacionados con la actividad física: circulatorio, respiratorio y locomotor.
- Conocer y aplicar en uno mismo, técnicas sencillas de relajación para aumentar la tranquilidad y disminuir el estrés y ansiedad.
- Reconocer y prevenir los posibles riesgos derivados de la práctica de la actividad física y de los deportes adaptados.
- Ejecutar movimientos de cierta dificultad con segmentos corporales dominantes y no dominantes.
- Tener nociones básicas de primeros auxilios.
- Experimentar y controlar el equilibrio estático y dinámico en diferentes situaciones, superficies o posiciones, tanto en reposo como en movimiento.
- Progresar en el desarrollo y combinación de sus capacidades físicas y habilidades motrices en las diferentes situaciones de actividad física y deportivas
- Utilizar los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa (mímica, dramatizaciones, bailes y danzas tradicionales).
- Valorar y conocer actividades físicas y deportivas saludables para realizar en su tiempo de ocio personal, identificando los efectos beneficiosos del ejercicio físico para el crecimiento y la salud global (físico, mental y social).
- Consolidar los hábitos saludables, perdurables y responsables de vida en la actividad física como pilares básicos para una buena calidad de vida.
- Reconocer y aceptar las diferencias físicas, técnicas y/o motrices individuales.

- Potenciar el afán de superación y progresar en función de sus posibilidades motrices y madurativas para enfrentarse a retos.
- Identificar los efectos beneficiosos del ejercicio físico para el crecimiento y la salud global (físico, mental y social).
- Practicar, persistir y valorar el esfuerzo como medio de consecución de objetivos individuales y colectivos.
- Progresar en la utilización de las habilidades sociales básicas y avanzadas aprendidas con todas las personas implicadas directa o indirectamente en las actividades físicas.

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.