

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA 2º CURSO DEL 2º CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA – EDUCACIÓN FÍSICA: ¡QUE COMIENZE EL BAILE!	
Ciclo: Segundo ciclo	Curso: 4º educación primaria
Trimestre: 3º	Temporalización: 6 SESIONES
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y adecuado, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud, así como medidas que fomenten la responsabilidad durante la práctica motriz.</p>	<p>1.2. Aplicar medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, asumiendo responsabilidades y generando hábitos y rutinas en situaciones cotidianas.</p> <p>1.3. Tomar medidas de precaución, previa y durante la práctica motriz y prevención de lesiones en relación con la conservación y al mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico-deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p>
<p>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, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p>	<p>2.1. Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual o grupal, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.</p> <p>2.3. Emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un control y dominio corporal sobre ellos.</p>

<p>3. Desarrollar procesos de regulación e interacción en el marco de la práctica motriz, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias de los participantes, para contribuir a la convivencia.</p>	<p>3.1. Mostrar una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando la impulsividad y las emociones que surjan en contextos de actividad motriz. Establecer estrategias para una adecuada regulación de las emociones.</p>
<p>4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico-expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones a la cultura, para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p>	<p>4.3. Estimar el esfuerzo como valor para conseguir un objetivo. 4.5. Reproducir distintas combinaciones de movimientos o coreografías individuales y grupales que incorporen prácticas comunicativas que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo, empleando los distintos recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad.</p>
CONTENIDOS	
BLOQUES	CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y ACTITUDES
<p>A. Vida activa y saludable</p>	<p>- Salud física: efectos físicos y psicológicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Características de alimentos naturales, procesados y ultra procesados. Educación e higiene postural en acciones motrices habituales. Factores básicos que inciden en el cuidado del cuerpo (alimentación adecuada, actividad física diaria, descanso, uso excesivo de las pantallas, mantenimiento de la salud, equilibrio emocional).</p>
<p>B. Organización y gestión de la actividad física</p>	<p>- Elección de la práctica física: usos y finalidades catárticos lúdico-recreativos y cooperativos. Respeto a las elecciones de los demás. - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: mecanismos de prevención y control corporal para la prevención de lesiones. Medidas de seguridad, previas y durante la práctica motriz, normas básicas de actuación ante posibles lesiones. Correcta utilización de los diferentes materiales a utilizar.</p>
<p>C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p>	<p>- Creatividad motriz: variación y adecuación de la acción motriz ante estímulos internos y externos (cambios de posición, movimientos de sus compañeros, percepción de móviles y sus trayectorias, situaciones de colaboración y oposición).</p>
<p>E. Manifestaciones de la cultura motriz</p>	<p>- Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Representar movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales. Coreografías sencillas (Promoroaca, Minoesika). - La cultura del esfuerzo para conseguir un objetivo.</p>

ACTIVIDADES / SITUACIONES DE APRENDIZAJE	
<ul style="list-style-type: none"> - ACTUACIÓN 1. Investigación en parejas a través de recursos digitales o en soporte de papel sobre medidas de educación postural, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, medidas de precaución y prevención de lesiones conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes y asumiendo responsabilidades para hacer una puesta en común, primero en grupos de 3 alumnos, y finalmente en gran grupo. - ACTUACIÓN 2. Complimentación por tríos de ficha de creación de combinaciones de movimiento y música apropiada para acompañarlas, identificando estrategias de monitorización y seguimiento relevantes para el momento de su exposición al gran grupo. - ACTUACIÓN 3. Iniciación y práctica de actividades gimnásticas de volteretas, piruetas, saltos y danza mostrando actitud positiva hacia la práctica física, el esfuerzo y controlando la impulsividad y la frustración en tareas más difíciles. - ACTUACIÓN 4. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo representando movimientos que transmitan sentimientos, emociones o ideas a través del cuerpo a partir de estímulos rítmicos o musicales. - ACTUACIÓN 5. Diseño y creación en grupos de 4-5 alumnos de figuras, individuales o grupales de acrosport y manifestaciones artísticas-expresivas con esfuerzo y precaución empleando recursos expresivos y rítmicos de la corporalidad. - ACTUACIÓN 6. Montaje y representación, en grupos de 4-5 alumnos, de una coreografía empleando componentes cuantitativos (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad) y cualitativos (coordinación y equilibrio) de manera eficiente y creativa, y mostrando control y dominio corporal. 	
RECURSOS	
<ul style="list-style-type: none"> - Recursos materiales lúdicos y educativos para la realización de gimnasia deportiva: bancos suecos, colchonetas, aros, conos, espalderas... - Dispositivos electrónicos y digitales para llevar a cabo búsqueda de información necesaria para la realización de proyectos. - Reproductor de música. 	
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	CRITERIOS DE CALIFICACION
Documentación, análisis, clasificación y organización de información relevante sobre el tema tratado usando dispositivos digitales.	15%
Producción escrita y gráfica analizando y organizando información sobre la prevención y precaución en la práctica motriz.	15%
Observación sobre la actitud, esfuerzo y creatividad a la hora de realizar composiciones artístico-expresivas.	20%
Producción escrita y gráfica analizando y organizando la información sobre combinaciones de movimiento.	25%
Exposición de coreografía artístico-expresiva que incluya elementos aprendidos y trabajados, con esfuerzo y precaución.	25%