

## Educación Física – 1º de Educación Primaria

Contenidos	Estándares de aprendizaje evaluables
<p><b>BLOQUE 1. HABILIDADES PERCEPTIVO MOTRICES</b></p> <p>Esquema corporal. Partes del cuerpo y su intervención en el movimiento.</p> <p>Posibilidades sensoriales. Experimentación, exploración y discriminación de las sensaciones: visuales, auditivas, táctiles, olfativas y cenestésicas. Utilización de la percepción auditiva, visual y táctil en la realización de actividades motrices.</p> <p>Toma de conciencia del propio cuerpo en relación con la tensión y relajación.</p> <p>Experimentación de posturas corporales diferentes.</p> <p>Afirmación de la lateralidad.</p> <p>Experimentación de situaciones de equilibrio estático y dinámico.</p> <p>Nociones asociadas a relaciones espaciales, como dentro-fuera; encima-debajo; delante-detrás o cerca-lejos.</p> <p>Nociones asociadas a relaciones temporales: antes, durante, después, principio o final.</p> <p>Percepción espacio-temporal.</p> <p><b>BLOQUE 2. HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS</b></p> <p>Identificación de formas y posibilidades de movimiento. Experimentación de diferentes formas de la ejecución de desplazamientos, saltos, giros, equilibrios y manejo de objetos.</p> <p>Control de las habilidades motrices básicas más habituales en situaciones sencillas.</p> <p>Resolución de problemas motores sencillos.</p> <p>Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.</p> <p>Práctica de juegos populares y tradicionales de distintas culturas, especialmente los de las presentes en el entorno.</p> <p>Realización de juegos libres y organizados. Juegos simples sensoriales, simbólicos y cooperativos.</p> <p>Descubrimiento de la cooperación y la oposición con relación a las reglas de juego.</p>	<p>1.1. Identifica y expresa diferentes sensaciones corporales percibidas durante las actividades físicas: calor, sed, sudoración, bienestar, nerviosismo...</p> <p>1.2. Diferencia situaciones corporales de movimiento y relajación que se producen en su cuerpo durante la actividad física.</p> <p>1.3. Reconoce las partes de su cuerpo implicadas en un movimiento.</p> <p>1.4. Utiliza las nociones topológicas básicas para orientar objetos respecto a sí mismo y él mismo respecto a un punto de referencia: delante detrás, arriba, abajo, dentro, fuera, cerca, lejos... reconociendo su posición y la de otros.</p> <p>1.5. Utiliza las nociones básicas de tiempo y orden para organizar su acción motora o seguir un orden propuesto: antes, durante, después....</p> <p>1.6. Utiliza su brazo y pierna dominante en la ejecución de acciones motoras de golpeo y bote de balón.</p> <p>1.7. Se orienta en el espacio siguiendo estímulos sonoros.</p> <p>1.8. Utiliza distintos tipos de desplazamiento: andar correr, saltar, reptar, trepar..., en distintas direcciones y ritmos, adaptándose a la variación de los mismos y coordinando los movimientos de brazos y piernas.</p> <p>1.9. Adapta las habilidades de salto con dos pies y a "pata coja" con la pierna dominante, a diferentes condiciones de de impulso y caída, de altura y longitud y a la superación de determinados elementos en movimiento, manteniendo el equilibrio.</p> <p>1.10. Realiza giros básicos sobre el eje corporal longitudinal, manteniendo el equilibrio general en la acción y coordinando todos los segmentos corporales.</p> <p>1.11. Utiliza las habilidades y motrices básicas para resolver retos y situaciones motrices en juegos infantiles, adecuándose a las normas y requerimientos de los mismos.</p> <p>2.1. Se desplaza siguiendo ritmos sencillos marcando con paradas los silencios.</p> <p>2.2. Reproduce ritmos sencillos a través de movimientos de segmentos corporales (pies, manos...).</p> <p>2.3. Reproduce bailes infantiles sencillos</p>

<b>Contenidos</b>	<b>Estándares de aprendizaje evaluables</b>
<p>Aceptación de distintos roles en el juego.</p> <p>Utilización de estrategias de cooperación en la práctica de juegos de estructura sencilla.</p> <p>Reconocimiento y valoración hacia las personas que participan en el juego.</p> <p>Comprensión y cumplimiento de las reglas de juego, valoración de su funcionalidad.</p> <p>Valoración del juego como medio de disfrute y de relación con los demás.</p> <p><b>BLOQUE 3. ACTIVIDADES FÍSICAS ARTÍSTICO EXPRESIVAS</b></p> <p>Descubrimiento y exploración de las posibilidades expresivas del cuerpo relacionadas con el tono muscular, la mímica facial, los gestos y los ademanes.</p> <p>Descubrimiento y exploración de las posibilidades expresivas del movimiento relacionadas con el espacio, el tiempo y la intensidad.</p> <p>Sincronización del movimiento con estructuras rítmicas sencillas.</p> <p>Práctica de bailes y danzas populares de ejecución simple.</p> <p>Exteriorización de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con desinhibición.</p> <p>Observación y comprensión de mensajes corporales sencillos.</p> <p>Imitación de personajes, objetos y situaciones.</p> <p>Disfrute mediante la expresión a través del propio cuerpo.</p> <p>Participación en situaciones que supongan comunicación corporal.</p> <p>Reconocimiento y respeto por las diferencias en el modo de expresarse.</p> <p><b>BLOQUE 4. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD</b></p> <p>Adquisición de hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.</p> <p>Relación de la actividad física con el bienestar.</p> <p>Movilidad corporal orientada a la salud.</p> <p>Respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividad física.</p>	<p>utilizando pasos básicos.</p> <p>2.4. Representa a través de gestos y movimientos, a animales, oficios, acciones que le resulten familiares...</p> <p>3.1. Expresa de forma oral las sensaciones percibidas durante las actividades.</p> <p>3.2. Diferencia las nociones topológicas básicas en representaciones graficas en distintos soportes (papel, ordenador...)</p> <p>3.3. Identifica juegos infantiles y los describe de forma básica.</p> <p>4.1. Realiza autónomamente el aseo básico al finalizar la clase de educación física.</p> <p>4.2. Respeta las normas y reglas de juego, controlando su conducta para que sea respetuosa y deportiva y no perjudique el desarrollo de la actividad</p> <p>5.1 Utiliza en las clases de educación física ropa y calzado adecuados para el desarrollo de las actividades</p> <p>5.2 Usa adecuadamente los materiales y los coloca siguiendo las instrucciones establecidas</p> <p>6.1. Muestra interés y participa activamente en todo tipo de actividades, disfrutando, y manteniendo su disposición por mejorar sus aprendizajes.</p>