

TABLA INFORMATIVA. ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA. 5º DE EDUCACIÓN PRIMARIA.

CÓDIGO EAE	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE EVALUABLE	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN %				
		OBS	P.ES	P.OR	TRAB	ACT
EF01.01.01	Conoce cuáles son las cualidades físicas básicas explicando algunas de sus características, practicando diversas actividades para su mejora.	50			50	
EF01.01.02	Toma de conciencia de la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.	100				
EF01.01.03	Conoce algunas funciones de los principales elementos del aparato locomotor (huesos, músculos, articulaciones...) en relación con la actividad física.				100	
EF01.02.01	Tiene interés por mejorar las capacidades físicas.	100				
EF01.02.02	Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comidas, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos).				100	
EF01.02.03	Conoce algunos de los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.				100	
EF01.02.04	Toma conciencia de los efectos negativos del sedentarismo, de una dieta desequilibrada y malos hábitos de posturales y de higiene sobre la salud..				100	
EF01.02.05	Valora la función preventiva de los calentamientos.	100				
EF01.03.01	Muestra una mejora global de las capacidades físicas orientadas a la salud comparando y valorando sus progresos.	100				
EF01.03.02	Identifica su frecuencia cardíaca y respiratoria.	100				
EF01.03.03	Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la tarea, siendo capaz de realizar actividades de nivel moderado – vigorosa con una duración entre 10'-14' y descanso activo en función de la intensidad	100				
EF01.03.04	Identifica su nivel comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas con los valores correspondientes a su edad.	100				
EF01.04.01	Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.	100				
EF01.04.02	Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.	100				
EF01.05.01	Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios.				100	
EF01.06.01	Conoce las lesiones y enfermedades más comunes en la práctica deportiva: heridas, torcedoras, golpes, fracturas.				100	
EF01.06.02	Conoce y practica las acciones preventivas en la actividad física: calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación y en el uso correcto de materiales y espacios.	75			25	
EF.01.06.03	Reconoce determinados grupos musculares del tren superior e inferior y su capacidad de elongación.	50		50		
EF.01.06.04	Conoce y practica ejercicios básicos de calentamiento efectuándolos siguiendo un orden establecido.	100				
EF.01.07.01	Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.				100	
EF.02.07.02	Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.				100	
EF.01.07.03	Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.				100	
EF.01.08.01	Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	100				
EF.01.08.02	Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.	100				
EF.01.08.03	Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	100				
EF.01.08.04	Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	100				
EF.01.08.05	Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	100				
EF.01.08.06	Manifiesta actitud de respeto ante el docente y las decisiones que adopte en la práctica de actividades físico - deportivas y artístico expresivas.	100				
EF.02.01.01	Adapta y combina de manera eficaz los desplazamientos (hacia atrás, laterales, cruzando...) y saltos en diferentes tipos de entornos y actividades físico deportivas y artístico expresivas.	100				
EF.02.01.02	Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas que presenten cierto grado de incertidumbre.	100				
EF.02.01.03	Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas utilizando básicamente los segmentos dominantes explorando la utilización de los no dominantes.	100				
EF.02.01.04	Adapta la habilidad motriz de giro en diferentes tipos de entornos y actividades físico - deportivas y artístico - expresivas, manteniendo el equilibrio postural en situaciones fijas y cambiantes: esquivar, sortear, escapar, tocar, cambiar de sentido	100				
EF.02.01.05	Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones.	100				
EF.02.01.06	Realiza actividades físicas y juegos en el medio urbano, natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.	100				
EF.02.02.01	Utiliza recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual(acciones de 1x1 en diversos juegos y deportes adaptados) y colectiva (acciones 2x2,	100				

	3x3... en diversos juegos y deportes adaptados)					
EF.02.02.02	Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustando su actuación a un objetivo concreto	100				
EF.02.02.03	Utiliza diversas estrategias para adaptar su actuación al rol asignado dentro del juego.	100				
EF.02.02.04	Actúa de forma coordinada y cooperativa utilizando estrategias adecuadas para oponerse a uno o varios adversarios, ya sea como atacante o como defensor.	100				
EF.02.03.01	Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.	100				
EF.02.04.01	Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.				100	
EF.02.04.02	Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.				100	
EF.02.04.03	Conoce y recopila juegos, danzas y deportes arraigados en su tradición.				100	
EF02.05.01	Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.			100		
EF02.05.02	Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable	100				
EF02.05.03	Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.	100				
EF02.06.01	Participa de manera activa en actividades físico-deportivas en el medio urbano, natural.	100				
EF02.06.02	Respetar el medio natural en la práctica de actividades físico-deportivas.	100				
EF02.06.03	Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.	100				
EF02.07.01	Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.				100	
EF02.07.02	Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.				100	
EF02.07.03	Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.				100	
EF.02.08.01	Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	100				
EF.02.08.02	Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.	100				
EF.02.08.03	Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	100				
EF.02.08.04	Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	100				
EF.02.08.05	Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	100				
EF.02.08.06	Manifiesta actitud de respeto ante el docente y las decisiones que adopte en la práctica de actividades físico - deportivas y artístico expresivas.	100				
EF03.01.01	Adapta y combina de manera eficaz los desplazamientos (hacia atrás, laterales, cruzando...) y saltos en diferentes tipos de entornos y actividades físico deportivas y artístico expresivas.	100				
EF03.01.02	Adapta la habilidad motriz básica de salto a diferentes tipos de entornos y de actividades físico - deportivas y artístico -expresivas que presenten cierto grado de incertidumbre.	100				
EF03.01.03	Adapta las habilidades motrices básicas de manipulación de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas utilizando básicamente los segmentos dominantes explorando la utilización de los no dominantes.	100				
EF03.01.04	Adapta la habilidad motriz de giro en diferentes tipos de entornos y actividades físico - deportivas y artístico - expresivas, manteniendo el equilibrio postural en situaciones fijas y cambiantes: esquivar, sortear, escapar, tocar, cambiar de sentido.	100				
EF03.01.05	Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones.	100				
EF03.02.01	Representa personajes, situaciones, ideas y sentimientos mediante la aplicación de técnicas básicas de expresión corporal	100				
EF03.02.02	Conoce y realiza alguna danza o baile sencillo (de diferentes épocas o culturas, de Castilla - La Mancha) siguiendo una coreografía establecida, individualmente, por parejas o en grupos	100				
EF03.02.03	Expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales.	100				
EF03.02.04	Trabaja en equipo para elaborar una pequeña representación grupal utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.	100				
EF03.03.01	Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte				100	
EF03.04.01	Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.				100	
EF03.04.02	Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.				100	
EF03.04.03	Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones y respeta las opiniones de los demás.				100	
EF03.05.01	Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	100				
EF03.05.02	Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.	100				
EF03.05.03	Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases	100				
EF03.05.04	Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad	100				

EF03.05.05	Manifiesta actitud de respeto ante el docente y las decisiones que adopte en la práctica de actividades físico - deportivas y artístico expresivas.	100				
OBS: Técnicas de observación para ver el comportamiento natural del alumno ante una situación determinada P.ES: Pruebas escritas. P.OR: Pruebas orales. Respuestas en clase TRAB: Trabajos, investigaciones y producciones realizadas por el alumno ACT: Revisión de las tareas del cuaderno.		Categoría de los estándares 100 El número marcado expresa el porcentaje del instrumento para la obtención de la calificación del estándar.	Rojo: Estándares básicos Azul: Estándares intermedios Verde: Estándares avanzados			

Criterios de calificación.

Los estándares se califican de 1 a 5 teniendo en cuenta el grado de cumplimiento de cada uno de ellos. Correspondiendo el 1 a la nota insuficiente y el 5 a sobresaliente.

Para la obtención de la calificación final del trimestre se aplica la siguiente ponderación.

Los estándares básicos garantizan la suficiencia y aportan el 55% de la calificación final.

Los estándares intermedios aportan el 35 % de la calificación final.

Los estándares avanzados aportan el 10 % de la calificación final.

CONTENIDOS A TRABAJAR POR TRIMESTRES

PRIMER TRIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> El cuidado del cuerpo. Adquisición de hábitos posturales y alimentarios saludables y autonomía en la higiene corporal. Aplicación del control tónico y de la respiración a la relajación corporal y control motor. Composición corporal. Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades motrices y de las capacidades físicas orientadas a la salud. Resistencia cardiovascular. Experimentación de diferentes actividades aeróbicas globales, de intensidades y duraciones variables. Fuerza – resistencia muscular. Práctica de diversas actividades en las que sea necesaria la utilización de la fuerza muscular, trabajando con auto - cargas o cargas livianas con diferentes elementos, buscando la ejecución segura. Movilidad articular y elasticidad muscular. Tipos de actividades para su desarrollo y el mantenimiento de la flexibilidad. Ejecución segura y correcta. Velocidad. Realización de actividades y juegos de velocidad de reacción, gestual y de desplazamiento. Efectos de la actividad física en la salud y el bienestar. Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar e identificación de las prácticas poco saludables. Conocimiento de las principales funciones de los elementos del aparato locomotor en relación con la actividad física. Prevención de lesiones en la actividad física. Calentamiento, dosificación del esfuerzo y recuperación. Experimentación autónoma y guiada de ejercicios básicos que componen el calentamiento. Medidas de seguridad en la práctica de la actividad física, con relación al entorno. Uso correcto de materiales y espacios. Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente. Uso de las tecnologías de la información y la comunicación como medio para recabar información, elaborar documentos y fomentar un espíritu crítico con relación al área. El juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales. Investigación y práctica. Reconocimiento e identificación de diferentes juegos: tradicional, cooperativo, alternativo Práctica de juegos tradicionales, cooperativos, y de distintas culturas. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio. Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades. Autonomía y confianza en las propias habilidades motrices en diferentes situaciones. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio. Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a diferentes entornos y actividades físico – deportivas que presenten cierto tipo de incertidumbre, con adecuado ajuste espacio temporal y postural, ejecutando movimientos de cierta dificultad con los segmentos dominantes.
SEGUNDO TRIMESTRE	<ul style="list-style-type: none"> El juego y el deporte como fenómenos sociales y culturales. Investigación y práctica. Reconocimiento e identificación de diferentes juegos: tradicional, cooperativo, alternativo y deportes: individuales, colectivos, alternativos y en el medio natural. Tipos de juegos y actividades deportivas. Realización de juegos y de actividades deportivas, con o sin implemento, de diversas modalidades y dificultad creciente. Práctica de juegos tradicionales, cooperativos, y de distintas culturas. Enseñanza comprensiva del deporte. Utilización de juegos deportivos modificados y mini- deportes. Uso adecuado de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición. Resolución de problemas motores de cierta complejidad. Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio. Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades. Autonomía y confianza en las propias habilidades motrices en diferentes situaciones. Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio. Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a diferentes entornos y actividades físico – deportivas que presenten cierto tipo de incertidumbre, con adecuado ajuste espacio temporal y postural, ejecutando movimientos de cierta dificultad con los segmentos dominantes. Uso de las tecnologías de la información y la comunicación como medio para recabar información, elaborar documentos y fomentar un espíritu crítico con relación al área.

<p>TERCER TRIMESTRE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos y actividades deportivas en el medio natural. Práctica de juegos de orientación. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible. • Utilización del espacio en movimiento a través de diferentes desplazamientos manteniendo un equilibrio postural. • El cuerpo y el movimiento. Exploración y conciencia de las posibilidades y recursos del lenguaje corporal con espontaneidad y creatividad. • Composición de movimientos a partir de estímulos rítmicos y musicales. • Identificación y práctica de bailes populares de Castilla La Mancha y de otras culturas. • Participa con interés en prácticas motrices populares, autóctonas y tradicionales propias de su entorno más cercano así como de otros contextos en diversidad de medios. • Expresión y comunicación de sentimientos y emociones, individuales o compartidas, a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, con espontaneidad y creatividad. • Representaciones e improvisaciones artísticas con el lenguaje corporal y con la ayuda de objetos y materiales. • Escenificación e improvisación de situaciones reales o imaginarias que comporten la utilización del lenguaje corporal y/o técnicas expresivas con y sin la ayuda de materiales • Valoración de los recursos expresivos y comunicativos del cuerpo respetando aquellas situaciones que supongan comunicación corporal. • Involucración en la preparación y recogida del material empleado. • Uso de las tecnologías de la información y la comunicación como medio para recabar información, elaborar documentos y fomentar un espíritu crítico con relación al área.
-------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------