

PROGRAMACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

NIVEL TERCERO DE PRIMARIA

UNIDADES DIDÁCTICAS:

UNIDAD 1 CAPACIDADES FÍSICAS	TEMPORALIZACIÓN: PRIMER TRIMESTRE
CONTENIDOS: - Dosificación del esfuerzo. Mejora del nivel de las capacidades físicas - Desarrollo de hábitos saludables de higiene y alimentación, mediante el ejercicio físico. - El deporte y las nuevas tecnologías.	
UNIDAD 2: HABILIDADES ARTÍSTICO EXPRESIVAS	TEMPORALIZACIÓN: PRIMER TRIMESTRES
CONTENIDOS: - Desarrollo de las habilidades corporales artístico-expresivas en forma individual o en grupo. La danza. - El cuerpo y el movimiento como instrumentos de expresión y comunicación. - Utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo relacionadas con la actitud, el tono muscular, la mímica facial, los gestos y los ademanes. - Ejecución de bailes y coreografías simples.	
UNIDAD 3: HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS	TEMPORALIZACIÓN: SEGUNDO TRIMESTRE
CONTENIDOS: - Desarrollo de habilidades motrices (desplazamiento, salto, manipulación de objetos, giro...). Realización correcta de los gestos y mantenimiento del equilibrio. - Adaptación del movimiento a distintos entornos. - El deporte y las nuevas tecnologías. - El afán de superación.	
UNIDAD 4: JUEGOS Y DEPORTES	TEMPORALIZACIÓN: SEGUNDO TRIMESTRE
CONTENIDOS: - Iniciación a las tácticas de defensa y ataque en los juegos. Utilización de estrategias básicas en situaciones de cooperación, de oposición y de cooperación-oposición, en la práctica de juegos y actividades motoras. - Valores del deporte. Juego limpio. Los valores de la competición - Valoración del deporte como herramienta para la resolución de situaciones conflictivas.	
UNIDAD 5: EJERCICIO Y SALUD	TEMPORALIZACIÓN: TERCER TRIMESTRE
CONTENIDOS: - Valoración del esfuerzo para superar las dificultades y desarrollar las capacidades físicas propias. Respeto a la diversidad de capacidades físicas de los demás. - Relación de la Educación Física con otras áreas del currículo. - Desarrollo de hábitos saludables de alimentación, mediante el ejercicio físico.	
UNIDAD 6: ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	TEMPORALIZACIÓN: TERCER TRIMESTRE

**CONTENIDOS:**

- Cuidado del entorno natural.