

Etapa de Educación Primaria

UNIDAD 2: CONOZCO MI CUERPO

OBJETIVOS

1. Familiarizar al alumno con las clases de Educación Física. (Normas, vestimenta,...).
2. Conocer e identificar el propio cuerpo de forma global y segmentaria.
3. Experimentar las posibilidades y limitaciones de movimiento del propio cuerpo.
4. Nombrar y señalar de forma general las distintas partes del cuerpo.
5. Realizar y reproducir movimientos con diferentes segmentos del cuerpo.
6. Conocer y utilizar normas básicas de higiene, alimentación y cuidados corporales.
7. Apreciar e interiorizar la relajación y tensión de diferentes grupos musculares.

CONTENIDOS

Conceptos

- Las partes del cuerpo: conocimiento, identificación, uso y representación.
- Los segmentos corporales: conocimiento, identificación y uso correcto.
- El cuidado del cuerpo: normas básicas.

Procedimientos

- Realización de las actividades destinadas al conocimiento de las distintas partes del cuerpo.
- Organización de experiencias para relacionar los segmentos corporales con su adecuada utilización.
- Representación de las partes y los segmentos corporales.

Actitudes

- Aceptación de la propia realidad corporal como base para admitir las posibilidades y limitaciones corporales.
- Respeto y aceptación del cuerpo de los demás.
- Asunción de hábitos de higiene y conductas relacionadas con la clase de Educación física y la vida cotidiana.

METODOLOGÍA

Nos encontramos ante los primeros contactos con la clase de Educación Física y en estas edades para poder tener el control de la clase utilizaremos el mando directo intercalando una metodología mas flexible de descubrimiento cuando el ambiente de la clase lo permita.

EVALUACIÓN

- Reconoce los segmentos corporales en su propio cuerpo.
- Identifica las partes del cuerpo en un dibujo de una figura humana.
- Nombrar y representa sus conductas relacionadas con el aseo personal.
- Comprende y adopta correctamente las distintas posturas que se le solicitan.