

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE 5º PRIMARIA
EDUCACIÓN FÍSICA
Curso 2018/2019

- 1.1 Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades de iniciación deportiva y artístico-expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.
- 1.2 Adapta el salto a diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico-expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.
- 1.3 Adapta el manejo de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico-expresivas, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.
- 1.4 Aplica el giro a diferentes tipos de entornos y de actividades iniciación deportiva y artístico-expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes, y ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.
- 1.5 Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.
- 2.1 Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.
- 2.2 Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.
- 3.1 Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas, siguiendo una coreografía establecida.
- 3.2 Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras, utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.
- 4.1 Identifica la capacidad física básica, implicada de forma más significativa en los ejercicios.
- 4.2 Comprende la explicación, usando términos y conocimientos que se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza sobre el aparato locomotor.
- 4.3 Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos estrategias de cooperación y de oposición.
- 5.1 Tiene interés por mejorar las capacidades físicas.
- 5.2 Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comida calidad y cantidad de los alimentos ingeridos etc...).
- 5.3 Describe los efectos negativos del sedentarismo y los de una dieta desequilibrada.
- 5.4 Realiza los calentamientos, valorando su función preventiva y de activación fisiológica.

- 6.1 Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.
- 6.2 Identifica su nivel, comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas, con los valores correspondientes a su edad.
- 7.1 Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños de la clase.
- 7.2 Toma de conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que comportan los aprendizajes de nuevas habilidades.
- 8.1 Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.
- 8.2 Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.
- 9.1 Adopta una actitud crítica ante las modas.
- 9.2 Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.
- 10.1 Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.
- 10.2 Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.
- 11.1 Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios. (heridas, torceduras, golpes, fracturas).
- 12.1 Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.
- 12.2 Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.
- 12.3 Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.
- 13.1 Tiene interés por mejorar la competencia motriz.
- 13.2 Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.
- 13.3 Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.
- 13.4 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.
- 13.5 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.