

Índice

INTRODUCCIÓN	9
Capítulo I	
EL CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN PRIMARIA	11
1. Sustentación de un proyecto	11
2. Objetivos	14
2.1. Objetivos generales de Educación Primaria	14
2.2. Objetivos generales de Educación Física en Educación Primaria	15
3. Competencias básicas	18
3.1. Definición	18
3.2. Cuáles son las competencias básicas	19
3.3. Las competencias básicas en Educación Física de Educación Primaria. Cómo se desarrollan	21
4. Contenidos de Educación Física en Educación Primaria	28
• El cuerpo: imagen y percepción	28
• Habilidades motrices	28
• Actividades físicas artístico-expresivas	28
• Actividad física y salud	28
• Juegos y actividades deportivas	30
5. Criterios de evaluación de Educación Física en Educación Primaria	30
6. Metodología	32
6.1. Justificación de una forma de trabajo. Nuestro proyecto	32
6.2. Formas de trabajo. Orientaciones metodológicas	34
6.3. Concepto de unidad didáctica	36
6.4. Evaluación	42

Capítulo II

PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA	45
1. Características generales del Primer Ciclo	45
2. Características generales del área de Educación Física en el Primer Ciclo	47
2.1. Características psicoevolutivas	47
2.2. Objetivos del área de Educación Física para el Primer Ciclo	48
2.3. Contenidos del área de Educación Física para el Primer Ciclo	49
2.4. Criterios de evaluación del área de Educación Física para el Primer Ciclo	50

DESARROLLO DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DEL PRIMER CURSO	53
I. Empezamos el primer curso	56
II. Conozco y controlo mi cuerpo	72
III. Esquema corporal	101
IV. Desarrollo sensorial	131
V. Respiración, relajación y actitud postural	151
VI. Equilibrio	183
VII. Orientación espacial	211
VIII. Percepción espacio-temporal	238
IX. Expresión corporal	264
X. Coordinación óculo-manual	287
XI. Coordinación dinámica general	312
XII. Actividades en la naturaleza y patio	347
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	387