

# Índice

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	9
Capítulo I	
<b>EL CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN PRIMARIA</b> .....	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

**TERCER CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA** ..... 45

1. Características generales del Tercer Ciclo .....	45
2. Características generales del área de Educación Física en el Tercer Ciclo .....	47
2.1. Características psicoevolutivas .....	47
2.2. Objetivos del área de Educación Física para el Tercer Ciclo .....	48
2.3. Contenidos del área de Educación Física para el Tercer Ciclo .....	49
2.4. Criterios de evaluación del área de Educación Física para el Tercer Ciclo .....	51

**DESARROLLO DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DEL QUINTO CURSO** ..... 53

I. Empezamos el quinto curso .....	56
II. Condición física .....	76
III. Higiene y salud .....	119
IV. Coordinaciones .....	148
V. Gimnasia .....	169
VI. Iniciación al balonmano .....	212
VII. Iniciación al fútbol-sala .....	238
VIII. Bádminton .....	259
IX. Otros deportes: disco-frisbee, indiacca, ping-pong y prerugby .....	284
X. Iniciación al atletismo .....	323
XI. Expresión corporal. Danzas y bailes .....	357
XII. Actividades en la naturaleza y patio .....	390

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS** ..... 451