

**UNIDAD DIDACTICA “COMER SANO Y MOVERSE”**

**6º PRIMARIA – 1er. Trimestre**

<b>CÓDIGO</b>	<b>ESTANDARES DE APRENDIZAJE</b>	<b>NIVEL</b>	<b>CC</b>	<b>INST</b>
EF1.02.3	Identifica los efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.	B	CS	EXA – PRUo
EF1.02.5	Realiza los calentamientos valorando su función preventiva.	B	CS	OBS
EF1.04.1	Respeto la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños y niñas de la clase.	B	CS	LIS
EF1.08.3	Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	B	CS	LIS
EF1.08.4 EF2.08.3 EF3.05.3	Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	B	CS	LIS
EF1.08.5 EF2.08.4 EF3.05.4	Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	B	CS	LIS
EF1.08.6 EF2.08.5 EF3.05.5	Manifiesta actitud de respeto ante el docente y las decisiones que adopte en la práctica de actividades físico – deportivas y artístico expresivas.	B	CS	LIS
EF2.05.2	Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable	B	CS	OBS
EF1.01.2	Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.	I	CM	OBS
EF1.02.1	Tiene interés por mejorar las capacidades físicas.	I	SI	OBS
EF1.02.4	Describe los efectos negativos del sedentarismo, de una dieta desequilibrada y del consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias.	I	CS	EXA – PRUo
EF1.03.2	Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.	I	AA	OBS
EF1.03.3	Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la tarea, siendo capaz de realizar actividades de nivel moderado – vigorosa con una duración entre 12`-15` y descanso activo en función de la intensidad.	I	AA	OBS
EF1.05.1	Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios.	I	CS	PRUo
EF1.06.3	Reconoce determinados grupos musculares del tren superior e inferior y su capacidad de elongación.	I	CM	EXA – PRUo
EF1.07.1 EF2.07.1 EF3.04.1	Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.	I	CD	OBS – PORT.d
EF1.01.1	Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.	A	CM	EXA – PRUo
EF1.02.2	Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física y es capaz de realizar una propuesta básica (horarios de comidas, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, tipos de alimentos, etc...).	A	CS	EXA – PRUo

	PROCECIMIENTOS	DESCRIPCIÓN	INSTRUMENTOS	DESCRIPCIÓN	COD.
PROFESOR	TÉCNICAS DE OBSERVACIÓN	Su objetivo es conocer el comportamiento natural de los alumnos en situaciones espontáneas, que pueden ser controladas o no. Se utiliza sobre todo para evaluar <i>procedimientos</i> y <i>actitudes</i> , fácilmente observables.	REGISTRO ANECDÓTICO	Se utilizan fichas para observar acontecimientos no previsibles, se recogen los hechos más sobresalientes del desarrollo de una acción. Se describen acciones, sin interpretaciones.	ANE
			LISTAS DE CONTROL	Contienen una serie de rasgos a observar ante los que el profesor señala su presencia/ausencia en el desarrollo de una actividad o tarea	LIS
			ESCALAS DE OBSERVACIÓN	Listado de rasgos en los que se anota la presencia/ausencia, y se gradúa el nivel de consecución del aspecto observado.	OBS
			DIARIO DE CLASE (Profesor)	Recoge el trabajo de un alumno cada día, tanto de la clase como el desarrollado en casa	DIAp
	ANÁLISIS DE LAS PRODUCCIONES DEL ALUMNO	Se utiliza para evaluar <i>procedimientos</i>	CUADERNO DE CLASE	Comprobar si toma apuntes, si hace las tareas, si comprende las cosas, si se equivoca con frecuencia, si corrige los errores, caligrafía, ortografía,...	CUA
			PORTFOLIO	Es la colección de trabajos (monografías, resúmenes, redacciones, investigaciones, etc.) que realiza el alumno en un periodo de su vida académica. Estos trabajos evidencian sus esfuerzos, sus áreas fuertes y débiles, sus talentos, sus destrezas, sus mejores ideas y sus logros en el área. Promueve la creatividad y la auto-reflexión.	PORT
			PORTFOLIO DIGITAL	Es la colección de trabajos que realiza el alumno en un periodo de su vida académica en formato digital.	PORT.d
	INTERROGATORIO	Permite obtener información de lo que sabe el alumno	RÚBRICA O ESCALA DE VALORACIÓN	La rúbrica es un instrumento de evaluación con base en una serie de indicadores que permiten ubicar el grado de desarrollo de los conocimientos, las habilidades y actitudes o los valores, en una escala determinada.	RUB
			PRUEBAS ESCRITAS OBJETIVAS / EXÁMENES	Son breves en su enunciado y en la respuesta que se demanda por medio de distintos tipos de preguntas: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Preguntas de respuesta corta:</b> Se pide una información muy concreta.</li> <li>✓ <b>Preguntas de texto incompleto:</b> Para valorar el recuerdo de hechos, terminología...</li> <li>✓ <b>Preguntas de emparejamiento:</b> Se presentan dos listas de palabras o enunciados en disposición vertical para que los alumnos relacionen entre si.</li> <li>✓ <b>Preguntas de opción múltiple:</b> Para valorar la comprensión, aplicación y discriminación de significados.</li> <li>✓ <b>Preguntas de verdadero o falso:</b> Útiles para medir la capacidad de distinción entre hechos y opiniones o para mejorar la exactitud en las observaciones.</li> </ul>	EXA
			PRUEBAS ORALES	A través de ellas podemos recoger información de los aprendizajes de los alumnos de forma oral.	PRUo
		ENTREVISTAS	A través de ellas podemos obtener información de forma oral.	ENT	
<b>OTRAS FORMAS DE EVALUACIÓN</b>					
ALUMNO	AUTOEVALUACIÓN	Permite conocer las referencias y valoraciones que, sobre el proceso, pueden proporcionar los alumnos, a la vez que les permite reflexionar sobre su propio proceso de aprendizaje.	CUESTIONARIOS	Mediante los cuales se pueda averiguar la opinión de los alumnos sobre distintos aspectos.	CUE
			DIARIO DE CLASE (Alumno)	Documento donde el alumno recoge sus opiniones diarias del colegio, lo que más le ha gustado, lo que menos, lo que ha aprendido, donde más dificultades ha encontrado...	DIaA
			BLOG	Es un diario de clase digital.	BLO
COMPAÑERO	COEVALUACIÓN	La coevaluación consiste en evaluar el desempeño de un estudiante a través de sus propios compañeros. El uso de la coevaluación anima a que los estudiantes se sientan parte de una comunidad de aprendizaje e invita a que participen en los aspectos claves del proceso educativo, haciendo juicios críticos acerca del trabajo de sus compañeros.			COE
Admón	EVALUACIONES EXTERNAS	La Consejería de Educación de CLM determinaría las características generales de las pruebas de EVALUACIÓN INDIVIDUALIZADA en tercer curso de Educación Primaria. El Ministerio de Educación, Cultura y Deporte regulará la organización y características de las pruebas de EVALUACIÓN FINALES en sexto curso de Educación Primaria.			

UNIDAD DIDÁCTICA “ COMER SANO Y MOVERSE”

PRUEBA ESCRITA 6º PRIMARIA

NOMBRE: \_\_\_\_\_

Nº Básicos superados	Suma Niveles Intermedios	Suma Niveles Avanzados	VALORACIÓN ORIENTATIVA

1.- Escribe 3 efectos beneficiosos para la salud que podemos obtener cuando realizamos actividad física.

- 
- 
- 

Estándar	CC	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
EF01.02.03	B					

2.- Escribe 4 actividades que sean beneficiosas para la salud y 4 actividades que sean perjudiciales para la salud.

BENEFICIOSAS	PERJUDICIALES

Estándar	CC	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
EF01.06.03	I					

**3.- Nombra los grupos musculares que utilizas cuando realizas las siguientes acciones.**

SALTO VERTICAL: \_\_\_\_\_

LANZAMIENTO A CANASTA: \_\_\_\_\_

LEVANTAR UN CUBO DE AGUA CON EL BRAZO: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Estándar	CC	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
EF01.01.03	I					

**4.- Nombra las Capacidades Físicas Básicas y pon un ejemplo, de cada una de ellas, de actividades o deportes donde se utilicen de manera principal.**

Estándar	CC	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
EF01.01.01	A					

**5.- Confecciona la dieta de dos personas (1 día) que deberían seguir si una de ellas realiza deporte habitualmente y la otra persona no realiza nada de deporte.**

	DEPORTISTA	NO DEPORTISTA
<b>DESAYUNO</b>		
<b>ALMUERZO</b>		
<b>COMIDA</b>		
<b>MERIENDA</b>		
<b>CENA</b>		

Estándar	CC	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4	Nivel 5
EF01.02.02	A					