

## EDUCACIÓN FÍSICA

### Introducción

La sociedad del siglo XXI requiere la incorporación en la formación de los ciudadanos y ciudadanas de aquellos conocimientos, habilidades y actitudes relacionados con el cuerpo y el movimiento que contribuyan al desarrollo integral de la persona, a su realización y a la mejora de su competencia motriz y su calidad de vida.

La Educación Física en la etapa de Educación Primaria se orienta a partir de la *competencia motriz*, entendiéndola como la integración de los conocimientos, los procedimientos, las actitudes y las emociones vinculadas a la conducta motriz, como objetivo principal de esta asignatura, para resolver con eficacia las múltiples interacciones que realiza el individuo con su medio y los demás en diversos contextos de la vida cotidiana. Por ello, a través de la Educación Física, se capacita al alumnado en su realización personal y en el ejercicio activo de la ciudadanía.

La competencia motriz es un proceso dinámico que desarrolla las inteligencias múltiples y se manifiesta a través del gobierno que hace el sujeto de sí mismo y de sus conductas motrices en relación con los otros o con el entorno. Esta competencia evoluciona a lo largo de la vida de las personas en función de sus capacidades, sus habilidades y motivaciones, que supone conocer qué, cómo, cuándo y con quién hacer, y también en función de las condiciones cambiantes del entorno. Ser competente en la motricidad supone disponer de precisión al interpretar las situaciones que reclaman una actuación eficaz en contextos diferentes, la utilización de los recursos necesarios para que la respuesta se ajuste a las demandas de un problema motor y, también, la valoración funcional y emocional de dicha respuesta; es decir, hay que aprender a reconocer lo que es posible o no realizar, a ajustar las soluciones a las diferentes situaciones y a evaluar la consecuencia de las acciones en estas. Todo ello va a permitir que las personas autogestionen su motricidad colaborando en la mejora de su salud y autoestima y sean más eficientes y eficaces en sus acciones motrices.

### Contribución a las competencias

La Educación Física, a través de la competencia motriz, está directamente comprometida con la adquisición del máximo estado de bienestar físico, mental y social posible, en un ambiente saludable. La contribución del área a las competencias favorece la perspectiva sistémica de los aprendizajes y el tratamiento integral de los contenidos.

Esta área contribuye al desarrollo de la competencia *Comunicación lingüística* (CL) mediante la gran variedad de intercambios comunicativos que se producen en la práctica motriz, el respeto a las normas que los rigen, la resolución de los conflictos mediante el diálogo —ya que en esta competencia el saber escuchar y el ser escuchado son elementos esenciales—, y el conocimiento y buen uso del vocabulario específico que el área aporta en la comunicación entre el alumnado. La utilización de opciones didácticas basadas en la interactividad verbal entre los protagonistas del proceso de enseñanza y aprendizaje favorecen la construcción colaborativa de significados. La decodificación de mensajes provenientes del ámbito de la motricidad (conductas motrices en los juegos, en los deportes o en la expresión corporal) pone en orden las ideas y el pensamiento sobre la ejecución motriz, produciéndose un proceso de interpretación similar al lingüístico en la transformación de un código verbal en otro motriz y

viceversa. Además, no es desdeñable en los comienzos de la etapa la aportación del trabajo con las nociones topológicas básicas a la adquisición de la lectura y la escritura.

El área contribuye al desarrollo de la *Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología* (CMCT) mediante el conocimiento y la comprensión del funcionamiento del cuerpo, la práctica motriz y la valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud, la prevención de riesgos derivados del sedentarismo y la reflexión sobre el efecto que determinadas prácticas tienen sobre el organismo.

En la propuesta de actividades para el desarrollo de la conducta motriz se puede contribuir al desarrollo de esta competencia a través de la percepción, organización y estructuración del cuerpo en el espacio y en el tiempo, en el reconocimiento de aspectos relacionados con el orden, las secuencias, las dimensiones, las trayectorias espaciales, las formas geométricas, las velocidades y el uso de diversas unidades de medida para la interpretación del comportamiento motor.

Del mismo modo se favorece el posicionamiento del alumnado con relación a sí mismo, a los objetos y a las demás personas, promoviéndose un conjunto variado de conductas motrices que permitirán la observación, identificación y comprensión de hechos y sucesos mediante la interiorización de su propio movimiento.

El área contribuye al desarrollo de la *Competencia digital* (CD) mejorando la motricidad fina del alumnado a través del uso de las distintas aplicaciones existentes en las Tecnologías de la información y comunicación (TIC), tanto en la práctica motriz como en otros contextos educativos (el aula ordinaria, el aula TIC y el medio natural). Los procesos de la indagación, selección, análisis, transformación, elaboración e integración de información y experiencias relacionadas con los distintos entornos tecnológicos de enseñanza y aprendizaje y su transferencia al ámbito motor constituyen indicadores que favorecen el desarrollo de esta competencia.

No es ajena tampoco el área al desarrollo de la competencia *Aprender a aprender* (AA), haciendo consciente al alumnado de sus capacidades y limitaciones como punto de partida para su progreso y favoreciendo la comprensión de la funcionalidad y de las posibilidades de transferencia de sus aprendizajes motrices. Se favorece el desarrollo de esta competencia a través de la toma de conciencia sobre los efectos que la actividad física tiene en la salud individual y colectiva, propiciando la reflexión sobre los cambios de nuestro cuerpo a lo largo de la vida, lo que requiere un trabajo basado en la motivación, el esfuerzo personal y la voluntad. Tal reflexión promoverá la realización de tareas motrices con diferentes niveles de complejidad, teniendo en cuenta tanto la maduración como el establecimiento de metas alcanzables que generen autoconfianza y un progresivo desarrollo de una actitud responsable y autónoma en el alumnado hacia su propio aprendizaje.

El área contribuye al desarrollo de las *Competencias sociales y cívicas* (CSC), tomando en consideración las interacciones sociales que se producen en la práctica motriz y la realización de actividades físicas sociomotrices que hagan más significativa la relación social y el respeto a las demás personas, a la vez que se propicia el desarrollo de habilidades sociales y de actitudes inclusivas.

A partir de la elaboración y aceptación de reglas para la actuación individual y colectiva en los juegos motores y en los deportes se asumen tanto las posibilidades como las limitaciones propias y ajenas, incorporándose la mediación en la resolución de

conflictos desde el respeto a la autonomía personal y la participación en igualdad de oportunidades. Se favorece el logro de esta competencia mediante el análisis y la valoración reflexiva y crítica del fenómeno social del deporte como hecho cultural que ofrece diversas opciones de intervención social (participante, espectador y consumidor).

La aportación de esta área al desarrollo de la competencia *Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor* (SIEE) se efectúa a partir de la autonomía personal, que se genera en el alumnado al emplazarlo a tomar decisiones con progresiva autonomía sobre diversos aspectos de ejecución y de organización de las distintas tareas motrices, en cuanto se promueven actitudes de autosuperación y perseverancia para la consecución de los propios logros en tareas que implican resolución de problemas motrices e inciden sobre los mecanismos de percepción y de decisión, o mediante actividades que necesiten de la creatividad o en las que deban afrontar la búsqueda de soluciones individuales o colectivas.

Finalmente, el área contribuye al desarrollo de la competencia *Conciencia y expresiones culturales* (CEC) a través de la comunicación creativa de ideas, sentimientos, emociones y vivencias, por medio de la exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento. La práctica, la comprensión y la valoración crítica de las diferentes manifestaciones sociales de la motricidad (actividades expresivas, lúdicas y deportivas) y de las manifestaciones culturales motrices de Canarias también coadyuvan al desarrollo de esta competencia, manifestándose principalmente en sus deportes, juegos tradicionales y actividades expresivas.

### **Contribución a los objetivos de etapa**

La Educación Física contribuye al desarrollo de los objetivos generales de esta etapa: a través de la convivencia en el desarrollo de las tareas motrices; mediante la prevención y la resolución pacífica de los posibles conflictos manteniendo actitudes contrarias a la violencia; con el respeto de los derechos humanos, a las diversas culturas y a las diferencias entre personas; promoviendo la igualdad de derechos y oportunidades de hombres y mujeres y la no discriminación de personas con discapacidad en las práctica de la actividad física o el desarrollo de sus capacidades afectivas en los distintos ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con las demás personas; evitando los prejuicios de cualquier tipo y estereotipos sexistas; estimulando el desarrollo de hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en la actividad física escolar, de la confianza del alumnado en sí mismo, del sentido crítico, de la iniciativa personal, de la curiosidad, del interés, de la creatividad en el aprendizaje y del desenvolvimiento con autonomía en el ámbito escolar.

También esta área contribuye con el uso apropiado y funcional de la lengua castellana y lengua extranjera, si así se le pidiera, el desarrollo de hábitos de lectura o de resolución de problemas motrices que requieran la realización de operaciones elementales de cálculo, de conocimientos geométricos y estimaciones, o la utilización, para el aprendizaje, de las TIC, el uso de diferentes representaciones y expresiones artísticas, la educación vial mediante prácticas motrices y el conocimiento de algunos aspectos fundamentales de las Ciencias de la Naturaleza, las Ciencias Sociales, la geografía, la historia y la cultura.

Pero sobre todo, el área contribuye cuando se le plantean al alumnado tareas motrices en las que debe valorar la higiene y la salud, aceptar su propio cuerpo y el de las otras personas, respetar las diferencias existentes y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

## **Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje**

La evaluación atenderá a un doble cometido: orientar el aprendizaje y reorientar la enseñanza. Para que la evaluación cumpla esta función formativa deben incardinarse en las propias tareas motrices de las distintas sesiones. De esta manera, los criterios de evaluación atienden a los procesos psicoevolutivos del alumnado y, en consecuencia, contienen una explicación relacionada con el desarrollo de las competencias y los contenidos sobre los que se aplicarían las capacidades presentes en los objetivos. Ocurre con la aplicación de las habilidades básicas, que van desde su adaptación a distintas situaciones expresivas y de juego en los primeros niveles; su adecuación en los pases, lanzamientos, conducciones y golpes a los objetivos motores de las tareas en los niveles intermedios; y a la transferencia a situaciones motrices cada vez más complejas a partir de la mejora en las capacidades coordinativas, el dominio en el manejo de objetos, el control y la orientación corporal y la anticipación a trayectorias y velocidades en los niveles finales de Primaria. Se incide, para ello, en la toma de decisiones como criterio para favorecer una mejora de la ejecución motriz en los juegos simbólicos, de reglas o deportivos, que conectan la etapa infantil con la secundaria.

Los estándares de aprendizaje evaluables se corresponden con indicadores de logro y deben entenderse como desempeño personal de acciones y de conductas en términos de competencia motriz. No por ello deben entenderse como indicadores normativos de evaluación, sino como hitos de consecución que pueden ser desarrollados por el alumnado en diferentes niveles a los que afecte dicho estándar porque el sentido de la misma competencia motriz abarca toda la vida de la persona. La propuesta de estándares de aprendizaje evaluables persiguen, en su conjunto, dominar las habilidades motrices y los patrones de movimiento necesarios para practicar un conjunto variado de actividades físicas; comprender los conceptos, principios, estrategias y tácticas asociadas a los movimientos y aplicarlos en el aprendizaje y en la práctica de actividades físicas; practicar de forma regular una actividad física; alcanzar y mantener una adecuada aptitud o condición física relacionada con la salud; mostrar el alumnado un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a las otras personas; y valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, del placer, del desafío, de la expresión personal y de la interacción social.

Los niveles que la Educación Física plantea para esta etapa del sistema educativo tienen que adecuarse al nivel de desarrollo del alumnado, teniendo siempre presente que la conducta motriz es el principal objeto de la asignatura y que en esa conducta motriz deben quedar aglutinadas tanto las intenciones de quien las realiza como los procesos que se ponen en juego para realizarla.

Un aspecto que se hace imprescindible para conseguir los fines propuestos es que la práctica lleve aparejada la reflexión sobre lo que se está haciendo, el análisis de la situación y la toma de decisiones. También hay que incidir en la valoración de las actuaciones propias y ajenas y en la búsqueda de fórmulas de coevaluación y heteroevaluación.

## **Contenidos**

En los procesos implícitos en la competencia motriz hay que destacar el percibir, interpretar, comprender, analizar, aplicar, ejecutar y evaluar las acciones motrices. Entre los contenidos más destacables que se combinan con dichos procesos encontramos los relacionados con la corporeidad, con la motricidad, con la salud, con los sistemas de mejora de las capacidades motrices, con los usos sociales de la actividad física y las

actitudes derivadas de la valoración y el sentimiento acerca de sus propias limitaciones y posibilidades, el disfrute de la práctica o la relación con las demás personas.

En el currículo propuesto se identifican dichos contenidos en términos de aprendizaje de la Educación Física concentrados en un único bloque de contenidos, llamado «Realidad corporal y conducta motriz», desde un planteamiento inclusivo orientado a la aplicación de dichos aprendizajes en diferentes situaciones y contextos tomando como ejes principales el cuerpo y la motricidad.

Desde este planteamiento, los contenidos constituyen referencias de los componentes de la conducta motriz que no pueden considerarse como compartimentos estancos, porque unos no existen sin los otros. Dichos contenidos mantienen una gradación en cada nivel que constituyen referencias respecto a los momentos evolutivos del alumnado para que el profesorado pueda profundizar en los aspectos que configuran la motricidad humana desde las pautas de vivencia, percepción y representación de su cuerpo en movimiento. Los aprendizajes descritos en los contenidos permiten el desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices desde un conocimiento y control del propio cuerpo, incidiendo en los hábitos posturales, la tensión, la relajación y la respiración, que resultan determinantes tanto para el desarrollo y valoración de la propia imagen corporal como para la adquisición de posteriores aprendizajes motores que permitirán al alumnado desenvolverse espacial y temporalmente. Además, se incorporan aprendizajes para la aplicación autónoma de hábitos de actividad física a lo largo de la vida como fuente de bienestar y salud, de ocupación del tiempo libre y de desarrollo responsable de las capacidades cognitivas, motrices, emocionales y relacionales. La coordinación dinámica general se percibe en este bloque como la integración de los componentes neuromotrices del movimiento.

La salud referida a los aspectos psicológicos, biológicos y sociales está implícita en la Educación Física en relación con el sujeto y la sociedad, procurando que el alumnado, a lo largo de los ciclos, adquiera de forma cada vez más autónoma los conocimientos y los hábitos necesarios para hacerse responsable de mantener un cuerpo saludable accediendo a una actitud reflexiva y crítica ante los estereotipos sociales relacionados con el cuerpo y las prácticas motrices. La práctica motriz sea saludable debe desarrollarse con una intervención preventiva vinculada al desarrollo.

También se ofrecen aprendizajes que permiten al alumnado aprender a moverse con eficacia en diferentes contextos y situaciones que le ayudarán a adquirir un amplio repertorio motor transferible y perdurable a lo largo de la vida. Se trata de los aprendizajes relativos al dominio y control motor: patrones de movimiento y habilidades básicas, genéricas y específicas. Destacan, por un lado, los aprendizajes que promueven la toma de decisiones, individuales y colectivas, la resolución de problemas motores y la ejecución adecuada mediante el dominio y el control del cuerpo; por otro, las manifestaciones culturales de la motricidad humana, como los juegos, deportes y actividades rítmicas y expresivas, de las que Canarias posee un importante patrimonio.

Las actitudes van dirigidas al fomento del esfuerzo personal en el desarrollo de las habilidades motrices, de la equilibrada relación interpersonal, del respeto a las diferencias individuales y las normas, de la valoración de la actividad física como forma de gestión constructiva del tiempo libre y de la seguridad en la práctica.

Los aprendizajes de Educación Física seleccionados para esta etapa educativa priorizan que la práctica sea el medio para desarrollar los conocimientos y las actitudes sobre el cuerpo y su motricidad. El refuerzo del esquema corporal es el aspecto básico para el

desarrollo de la motricidad en los primeros niveles de la etapa. La exploración de las posibilidades del movimiento y de las habilidades motrices básicas en situaciones lúdicas, expresivas y recreativas, así como la resolución de problemas motores sencillos, el reconocimiento y aceptación de las normas, el control de conductas agresivas y la práctica de normas de limpieza personal deben ser la tónica general.

En los niveles intermedios se produce el descubrimiento de los elementos orgánico-funcionales relacionados con el movimiento. La vivencia del cuerpo en el espacio y el tiempo conduce al desarrollo y a la adaptación de las habilidades motrices, lo que permite dar respuestas más eficaces, estabilizándose diversos hábitos (higiénicos, de cooperación, de aceptación de reglas, de control de la agresividad, etc.).

En los niveles finales de etapa se introduce al alumnado en la consecución de habilidades motrices aplicables a diferentes situaciones que deben conducir hacia la eficacia del gesto y del movimiento debido al desarrollo de la conciencia y del control corporal y a la estructuración espacio-temporal. Adquirirán especial relevancia la autonomía en los hábitos saludables de higiene corporal, posturales y alimenticios relacionados con la actividad física, y la valoración del esfuerzo personal para mejorar sus posibilidades y superar sus limitaciones.

Las propias situaciones de aprendizaje motor creadas por la intervención docente ayudarán a desarrollar la capacidad de relacionarse con las demás personas, el respeto, la colaboración, el trabajo en equipo, la resolución de conflictos mediante el diálogo y la asunción de las reglas establecidas. Además, la Educación Física ha de integrarse con las restantes áreas del currículo para facilitar que el alumnado integre e interrelacione los conocimientos propios de diferentes ámbitos. Como resultado de este tipo de prácticas se desarrolla la confianza para participar en diferentes actividades físicas y para aprender sobre el valor de estilos de vida saludables y activos. En muchos casos, estas propuestas se van a desarrollar en grupo y el alumnado debe asumir diferentes roles y responsabilidades, incluyendo el liderazgo, la dirección o el arbitraje, constituyendo una oportunidad para actuar sobre capacidades de inserción social.

La Educación Física debe procurar que el alumnado conozca y comprenda su propio cuerpo y sus posibilidades, además de conocer un número significativo de conductas motrices. A partir de estos elementos básicos debe fomentarse especialmente la adquisición de capacidades que permitan reflexionar sobre el estudio y los efectos de la motricidad y, a la vez, asumir actitudes y valores adecuados al cuidado del cuerpo y a la conducta motriz. Desde este enfoque, el área se orienta a crear hábitos de práctica saludable, regular y continuada a lo largo de la vida, así como a sentirse bien con el propio cuerpo, lo que supone una valiosa ayuda en la mejora de la autoestima. A ello contribuye, por ejemplo, la resolución de problemas motores con dominio y control corporal con un planteamiento previo a la acción. La inclusión de la vertiente lúdica y de experimentación de nuevas posibilidades motrices puede orientar al establecimiento de una educación para el ocio frente al sedentarismo de la vida cotidiana e inclinarse hacia la adquisición de conductas motrices vivenciadas, fundamentales para el desarrollo global de la persona, como son la realización de actividades físicas, deportivas, expresivas, lúdicas y recreativas.

En esta área es fundamental el correcto desarrollo de las capacidades físicas y las habilidades motrices básicas; de ahí la importancia de activar los mecanismos cognitivos, motrices y socioafectivos mediante la exploración de sus posibilidades corporales y plantear la educación a través de las conductas motrices como un proceso

de resolución de situaciones por medio de la exploración y valoración de las propias posibilidades corporales y la toma de decisiones individuales o colectivas.

La adquisición de los aprendizajes y su progreso deben vincularse a la experiencia motriz de cada persona y a la aceptación de la propia competencia motriz y la de las demás personas. El profesorado ha de ofrecer situaciones motrices alternativas y variadas para que los niños y las niñas amplíen sus posibilidades de acción y puedan incorporarlas a su experiencia motriz. Con ese fin es aconsejable una secuencia didáctica en la que prime el criterio de diversidad y variabilidad sobre el de especialización. Las tareas integrarán los fines de la acción motriz, las condiciones para su desarrollo, la habilidad requerida y su contexto de realización.

Resulta conveniente que las actividades y tareas tengan un carácter eminentemente recreativo, propio de la utilización del juego y las formas jugadas, sin que pierdan su función prioritaria de formación. El juego motor, del que nuestra comunidad dispone de un legado que conviene reconocer, valorar y conservar es, asimismo, un recurso metodológico imprescindible en la Educación Primaria. De esta manera se configura como un medio óptimo para desarrollar gran parte de los aprendizajes del área. A través del juego se hace posible la activación de los mecanismos de percepción y decisión, así como el desarrollo de las capacidades de ejecución; se accede a la adquisición de nuevas habilidades motrices, se contrastan conceptos, etc.; y se experimentan los efectos del ejercicio y del esfuerzo físico. Independientemente de que el juego pueda ser utilizado como estrategia metodológica, también se hace necesaria su consideración como objeto de aprendizaje por su valor antropológico, cultural y social, porque el alumnado se incorpora a actividades de grupo, adopta diferentes papeles o funciones en situaciones de cooperación y competición, colabora en tareas de equipo en el que el conflicto de intereses y las reglas propias de los juegos contribuyen, además, a que pueda ceder el punto de vista propio a favor del colectivo.

El deporte, considerado como un subconjunto específico de conductas motrices, dispone de un valor social en cuanto constituye la forma más común de entender y practicar la actividad física en nuestra sociedad. Sin embargo, la práctica deportiva en la Educación Física debe tener un carácter abierto, polivalente e inclusivo, y realizarse con fines centrados en la mejora de la experiencia motriz de la persona a través de su esfuerzo, en el fomento de actitudes y valores de inserción social y como medio de ocupación del tiempo libre. A este respecto, adquiere especial relevancia el creciente fenómeno del inicio de la práctica deportiva en edades cada vez más tempranas. Estas prácticas deportivas externas no siempre se organizan en torno a presupuestos formativos y su influencia puede ser contradictoria con los objetivos educativos y, por tanto, requerirán respuestas adecuadas para reconducir las posibles conductas inadecuadas del alumnado.

La Educación Física ha de integrarse con las restantes áreas y configurar un espacio singular de interdisciplinariedad, sin perder el carácter globalizador de las enseñanzas, entendido éste como la combinación de los aspectos motor, cognitivo, afectivo y social-relacional de la persona.

De similar forma se contempla el uso de las TIC para establecer relaciones entre los distintos aprendizajes, compartir experiencias y ajustarse a las demandas que exige una sociedad moderna.

También es imprescindible que esas propuestas promuevan la autonomía del alumnado, y para ello es muy eficaz que el profesorado haga hincapié en el sentido de la responsabilidad, tanto sobre el propio aprendizaje, como sobre la utilización de los

materiales, las medidas de seguridad o la organización de actividades. La valoración de ese grado de responsabilidad, así como de la creatividad y la iniciativa, ayudará a multiplicar los efectos positivos de las actividades, elevando el nivel de compromiso de quienes las llevan a la práctica.

## Metodología

Las acciones motrices se orientan y regulan desde capacidades perceptivas, sociales, emocionales y cognitivas relacionadas con la producción y control de las respuestas motrices, transformándolas en conductas motrices con sentido, lo que ayuda a desarrollar la comprensión de sus acciones y las de los demás, la lógica y razonamiento motor. De esa manera mejora la toma de decisiones ante cualquier situación motriz y, por extensión, las que surjan en su vida cotidiana.

Conviene, pues, ofrecer situaciones motrices al alumnado en contextos variados, desde aquellas en las que únicamente se trata de controlar los propios movimientos en un medio estable o de conocer mejor las propias posibilidades hasta acciones en las que el alumnado debe responder a estímulos externos y coordinarse con las actuaciones cooperativas o de oposición y en las que las características del medio pueden ser cambiantes. La lógica interna de las situaciones motrices propuestas se convierte así en una herramienta relevante para la programación. De esta manera, la programación de Educación Física puede estructurarse en torno a cinco tipos de situaciones motrices diferentes:

- Acciones motrices individuales en entornos estables. Suelen basarse en modelos técnicos de ejecución en las que resulta decisiva la capacidad de ajuste para lograr conductas motrices cada vez más eficaces, optimizar la realización, gestionar el riesgo y alcanzar soltura en las acciones. Este tipo de situaciones se suelen presentar en las actividades de desarrollo del esquema corporal, de adquisición de habilidades individuales (la preparación física de forma individual, el atletismo, la natación y la gimnasia en algunos de sus aspectos, entre otros).
- Acciones motrices en situaciones de oposición. En estas situaciones resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad del momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión. La atención, la anticipación y la previsión de las consecuencias de las propias acciones en el marco del objetivo de superar al contrario son algunas de las facultades implicadas. A estas situaciones corresponden los juegos de uno contra uno, los juegos de lucha, el judo, el karate, la lucha canaria, el bádminton, el tenis, el mini-tenis y el tenis de mesa, entre otros, estos últimos en la modalidad individual.
- Acciones motrices en situaciones de cooperación, con o sin oposición. En estas situaciones se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo, pudiéndose producir que las relaciones de colaboración tengan como objetivo el superar la oposición de otro grupo. La atención selectiva, la interpretación de las acciones del resto de los participantes, la previsión y anticipación de las propias acciones atendiendo a las estrategias colectivas, el respeto a las normas, la capacidad de estructuración espacio-temporal, la resolución de problemas y el trabajo en grupo, son capacidades que adquieren una dimensión significativa en estas situaciones, además de la presión que pueda suponer el grado de oposición de adversarios. Pertenecen a este grupo actividades como los juegos tradicionales, las adaptadas del mundo del circo (como acrobacias o malabares en grupo), deportes como los relevos en línea o la gimnasia



en grupo y deportes adaptados, juegos en grupo, deportes colectivos como baloncesto, balonmano, béisbol, fútbol y voleibol, entre otros.

- Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno físico. Lo más significativo en estas acciones es que el medio en el que se realizan las actividades no tiene siempre las mismas características, por lo que genera incertidumbre. En general, se trata de desplazamientos con o sin materiales, realizados en un entorno natural o urbano más o menos acondicionado, pero que experimentan cambios, por lo que el alumnado necesita organizar y adaptar sus conductas a las variaciones que se produzcan. Resulta decisiva la interpretación de las condiciones del entorno para situarse, priorizar la seguridad sobre el riesgo y regular la intensidad de los esfuerzos en función de las posibilidades personales. Estas actividades facilitan la conexión con otras áreas de conocimiento y la profundización en valores relacionados con la conservación del entorno, fundamentalmente del medio natural. Pueden consistir en actividades individuales, grupales, de colaboración o de oposición. Las marchas y excursiones a pie o en bicicleta, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza (de pistas, de aproximación y otros) o la escalada forman parte, entre otras, de las actividades de este tipo de situación.
- Acciones motrices en situaciones de índole artística o de expresión. En estas situaciones las respuestas motrices requeridas son de carácter estético y comunicativo y pueden ser individuales o en grupo. El uso del espacio, las calidades del movimiento, así como los componentes rítmicos y la movilización de la imaginación y la creatividad en el uso de diferentes registros de expresión (corporal, oral, danzada o musical), son la base de estas acciones. Dentro de estas actividades tenemos los juegos cantados, la expresión corporal, las danzas, el juego dramático y el mimo, entre otras.