

## **CONTENIDOS PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

### **PRIMER NIVEL**

#### **1. Realidad corporal y conducta motriz**

- Partes del cuerpo.
- Derecha e izquierda respecto a sí mismo (lateralidad).
- Características corporales y morfológicas básicas.
- Percepción, identificación y representación del propio cuerpo, y afirmación de la lateralidad.
- Respeto hacia su propio cuerpo.
- Valoración y aceptación de las posibilidades del propio cuerpo y del de los demás
- Relaciones topológicas básicas.
- Distancia y posición.
- El salto. El giro
- Formas de desplazamiento con saltos y giros.
- Sentido del desplazamiento.
- El gesto como movimiento.
- Coordinación dinámica global en desplazamientos y giros.
- Experimentación del equilibrio estático y del dinámico.
- Participación cooperativa en diversas actividades motrices.
- Conciencia y valoración de la actividad motriz bien ejecutada.
- Afianzamiento de la conducta neuromotriz.
- Utilización de las habilidades motrices básicas.
- Coordinación de los movimientos.
- Destreza en la manipulación de objetos conocidos.
- El ritmo y el movimiento natural.
- Lenguaje expresivo corporal y lenguaje musical: su relación.
- Dramatización.
- Utilización del gesto y el movimiento para la comunicación y representación.
- Higiene personal: materiales y procedimientos necesarios.
- Alimentación sana y equilibrada. La dieta.
- Puesta en práctica de normas básicas de higiene corporal.
- Desarrollo de la confianza en sí mismo y de la autonomía personal.
- Adquisición progresiva de hábitos de higiene y de seguridad en la actividad física.
- Refuerzo de la autoestima
- Adecuación de la actividad física a las posibilidades personales de cada alumno o alumna.
- El juego.
- El juego: juego libre y juego organizado.
- Las reglas y su aplicación en el juego organizado.
- Juegos populares y tradicionales.
- Cooperación entre participantes en el juego.
- Valoración del esfuerzo en sí mismo, independientemente del resultado obtenido en la ejecución de una actividad física de tipo competitivo.
- Participación y cooperación en los juegos, aceptando las normas y respetando a los demás.
- Valoración de los juegos y de la participación y colaboración de todos.

- Realización de juegos y actividades recreativas, así como de juegos populares de su entorno.
- Práctica de juegos libres y organizados respetando las reglas.
- Práctica de juegos en los que se utilicen, fundamentalmente, los desplazamientos y las habilidades motrices básicas.
- Utilización correcta de espacios y materiales para la actividad física.