

# ADAPTACIÓN DE LOS CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA A LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS EN EL ÁMBITO ESCOLAR

Luciane de Paula Borges

Centro Enseñanza Concertada Samaniego (España)

## OPEN ACCESS

### Correspondencia:

Luciane de Paula Borges  
Centro Concertado de Enseñanza Samaniego  
C/. Francisco Carrasco Torres, s/n 30820  
Alcantarilla (Murcia) España  
Tel.: +34 968 802 222  
lucianedepaulaborges@gmail.com

### Funciones de los autores:

Todas las funciones fueron realizadas por la autora.

Recibido: 15/12/ 2017

Aceptado: 05/01/2018

Publicado: 30/01/2018

### Citación:

de Paula-Borges, L. (2018). Adaptación de los contenidos de la educación física a las actividades acuáticas en el ámbito escolar. *RIAA. Revista de Investigación en Actividades Acuáticas*, 2(3), 37-53. <https://doi.org/10.21134/riaa.v2i3.1368>

## Resumen

**Antecedentes:** El medio acuático puede ser un espacio de acción en el que se puede desarrollar la labor educativa y en el que proyectar buena parte de los objetivos propuestos para cada nivel educativo. El currículo actual en el contexto español (LOMCE, 2014) es abierto y flexible, pero se observan pocas adopciones de este al medio acuático.

**Objetivos:** El objetivo del estudio ha consistido en desarrollar una propuesta de contenidos para las actividades acuáticas adaptadas al currículo de la educación física (LOMCE, 2014) para Educación Primaria en el contexto español.

**Método:** Según la LOMCE (2014) se ha adaptado al contexto de las actividades acuáticas en currículo de educación física en Educación Primaria.

**Resultados:** Se han estructurado los contenidos divididos en los tres saberes en los diferentes bloques de contenidos.

**Conclusiones:** La información ofrecida en este estudio puede ser de interés para los profesionales del área de las actividades acuáticas y de la educación que quieran llevar a cabo el desarrollo de las actividades acuáticas a nivel curricular en Educación Primaria.

**Palabras clave:** natación, currículo, escuela, deporte, educación, LOMCE.

**Title:** Adaptation of the contents of physical education to aquatic activities in the school

## Abstract

**Background:** The aquatic environment can be a space of action in which the educational work can be developed and in which to project a good part of the proposed objectives for each educational level. The current curriculum in the Spanish context (LOMCE, 2014) is open and flexible, but there are few adoptions of this to the aquatic environment.

**Objectives:** The objective of the study was to develop a content proposal for aquatic activities, adapted from the curriculum of physical education programmed by LOMCE (2014) in the Spanish context.

**Method:** According to the LOMCE (2014) it has been adapted to the context of aquatic activities in physical education curriculum in Primary Education.

**Results:** The contents divided into the three areas of knowledge in the different content blocks have been structured.

**Conclusions:** The information offered in this study may be of interest to professionals in the area of aquatic activities and education who wish to carry out the development of aquatic activities at a curricular level in Primary Education.

**Key words:** swimming, curriculum, school, sport, education, LOMCE.

**Título:** Adaptação dos conteúdos da educação física às atividades aquáticas no âmbito escolar

## Resumo

**Contexto:** Consideramos o âmbito aquático como um espaço de ação em que o trabalho educacional pode ser desenvolvido e projeta uma boa parte dos objetivos propostos para cada nível educacional, com o suporte de um currículo aberto e flexível o qual propõe a legislação atual. Imerso no campo educacional como profissionais, foi fácil verificar a ausência de atividades aquáticas nos programas de educação física, ao estudar a legislação, bem como por várias pesquisas e análises realizadas em paralelo (Albarracín et al., 1993; Albarracín, 2003a, 2003b).

**Objetivos:** o objetivo desse estudo foi desenvolver uma proposta de conteúdo para atividades aquáticas escolares, adaptado do currículo de educação física programado pela LOMCE (2014)

**Método:** Lei Orgânica 8/2013, de 9 de dezembro, da Melhoria da Qualidade Educacional, BOE nº 52, de 1 de março de 2014.

**Resultados:** Após as diferentes fases da análise de várias referências bibliográficas, foi dada a construção da proposta apresentada por esse estudo, tendo como referência principal a LOMCE (2014)

**Conclusões:** As informações oferecidas neste estudo podem ser de interesse para profissionais na área de atividades aquáticas e educação. Nossa proposta é que as atividades aquáticas sejam obrigatórias no âmbito escolar e que, com isso, faça parte da programação de educação física, e contemplada na Lei de Educação.

**Palavras-chave:** atividade aquática, currículo, método aquático compreensivo, atividades aquáticas escolares, educação, LOMCE.

## Introducción

La educación física como disciplina escolar ha tenido un gran proceso de inclusión dentro del currículo escolar, lo cual ha estado justificada por los particulares valores educativos de la misma, aportando un conocimiento y comprensión a los estudiantes que desde otras disciplinas no se les podía ofrecer que la educación es mucho más que la educación física, pero no es nada sin ella (Albarracín, 2003a). La educación física ha pasado por un cambio significativo en España, principalmente a raíz de la promulgación de la Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE, 1990) y con la reforma educativa que ésta implicaba. A modo de ejemplo, en Educación Secundaria, de igual forma que en Educación Primaria, perdían exclusividad los contenidos de tipo procedimental, pasando a considerar también como relevantes los contenidos conceptuales y actitudinales, de igual forma que se aplicaban las principales tendencias pedagógicas imperantes en la época en el resto de áreas. De este modo, comenzaba una aplicación más rigurosa de todos los conocimientos de las ciencias de la actividad física y el deporte al ámbito de la educación, comenzando con una labor de reconocimiento aún inconclusa.

No se puede negar que en la actualidad la educación física no viene ocupando un espacio considerable, en la educación española. Se ha avanzado en algunos aspectos, los cuales es importante recordar algunos factores para justificar estos éxitos. La Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE, 2/2013), la cual se basa en un documento que ha servido para debatir la situación actual y futura del sistema educativo, hace esta recopilación. Empieza por mostrar una educación de calidad para todos y entre todos, presentado por el Ministerio de Educación y Ciencia (MEC) en septiembre de 2004, donde se plasmó tres principios básicos para la evolución de dicho sistema. El primer principio trata sobre las bases de una educación de calidad para todos los ciudadanos. El segundo principio se refiere a los componentes de la comunidad educativa (familias, profesores, centro educativo, Administración y sociedad) y la necesidad de colaboración en este proceso de todos ellos. El tercero está relacionado con un compromiso decidido con los objetivos educativos planteados por la Unión Europea para los próximos años, promoviendo una convergencia de los sistemas educativos y de formación, con el propósito de buscar objetivos educativos comunes (en cuanto a formación del profesorado, acceso a nuevas tecnologías, espíritu emprendedor y de investigación, etc.) a conseguir de forma conjunta (LOE, 2/2006).

La LOMCE (2013) se basa en los mismos principios que la LOE (2006), los cambios son solo referentes principalmente a autonomía de los centros escolares y en el sistema de evaluación. Esta referencia general es importante porque si tenemos en cuenta toda la amplia gama de actividades físicas, las actividades acuáticas aparecen como una posibilidad más dentro del repertorio de las mismas. De esta forma, consideramos el medio acuático como un espacio de acción en el que se puede desarrollar la labor educativa y en el que proyectar buena parte de los objetivos propuestos para cada nivel educativo, acogidos por el currículo abierto y flexible que propone la legislación actual. Inmersos en el ámbito educativo como profesionales del mismo, ha sido fácil comprobar la ausencia de las actividades acuáticas en las programaciones de educación física tanto por el estudio de la legislación como por diversas investigaciones y análisis realizadas hasta el momento (Albarracín et al., 1993; Albarracín, 2003a, 2003b).

Por ello, el objetivo del estudio ha consistido en desarrollar una propuesta de contenidos para las actividades acuáticas adaptadas al currículo de la educación física (LOMCE, 2014) para Educación Primaria en el contexto español.

## Método

### *Búsqueda documental*

Se revisaron documentos oficiales del currículo español para Educación Primaria, lo que constituyó una base documental para la adaptación de los contenidos en esta propuesta. Como método para buscar la coherencia y pertinencia de los documentos con respecto a la fundamentación y estructuración curricular, se utilizó el análisis documental.

La investigación documental se basa en diferentes técnicas de localización y fijación de datos, análisis de documentos y de contenidos, con los procedimientos lógicos y mentales de toda investigación: análisis, síntesis, deducción, inducción, para relacionar categorías de análisis en un proceso de abstracción científica, generalizado sobre la base de lo fundamental. Se efectuó una recopilación adecuada de datos que permitió poder llevar a cabo la adaptación del currículo de educación física a las actividades acuáticas.

### *Procedimiento*

De acuerdo con en el Real Decreto 126/2014, de la ley de orgánica para la mejora de la calidad educativa (LOMCE, 2014), se establece que los contenidos, deberán basarse en competencias del saber, saber hacer y saber ser: Competencia Lingüística (CL), Competencia Matemática, Ciencia y Tecnología (CMCT), Competencia Digital (CD), Competencia Aprender a Aprender (AA), Competencia Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIEE), Competencia Sociales y Cívicas (CSC) y Competencia Conciencia y Expresiones Culturales (CEC). Para estas edades, se han adaptado las actividades acuáticas por bloques de contenidos (El cuerpo: imagen y percepción, Habilidades motrices, Actividades físicas artístico expresivas, Actividad física y salud, y Juegos y actividades deportivas).

Basado en el Real Decreto 126/2014, los contenidos son el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa y a la adquisición de competencias. Los contenidos se ordenan en asignaturas, que se clasifican en materias, ámbitos, áreas y módulos en función de las enseñanzas, las etapas educativas o los programas en que participe el alumnado y también incorpora los estándares de aprendizaje, que son especificaciones de los criterios de evaluación que permiten definir los resultados de aprendizaje, y que concretan lo que un estudiante debe saber, comprender y saber hacer en cada materia; deben ser observables, medibles y evaluables, permitiendo graduar el rendimiento o logro alcanzado. Su diseño debe contribuir y facilitar el diseño de pruebas estandarizadas y comparables (LOMCE, 2013). Por esa razón se han dividido los contenidos adaptados del medio terrestre al medio acuático en tres tipos de saberes, "Saber", "Saber Hacer" y "Saber ser", basado en la recomendación 2006/962/EC, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 18 de diciembre de 2006, sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente. Este insta a los Estados miembros a desarrollar la oferta de competencias clave. Se delimita la definición de competencia, entendida como una combinación de conocimientos, capacidades, o destrezas, y actitudes adecuadas al contexto. Se considera que las competencias clave son aquellas que todas las personas precisan para su realización y desarrollo personal, así como para la ciudadanía activa, la inclusión social y el empleo. Se identifican claramente las competencias clave esenciales para el bienestar de las sociedades europeas, el crecimiento económico y la innovación, y se describen los conocimientos, las capacidades y las actitudes esenciales vinculadas a cada una de ellas. Asimismo, se destaca la necesidad de que se pongan los medios para desarrollar las competencias clave durante la educación y la formación inicial, y desarrolladas a lo largo de la vida. Así pues, el conocimiento

competencial integra un conocimiento de base conceptual: conceptos, principios, teorías, datos y hechos (conocimiento declarativo-saber decir); un conocimiento relativo a las destrezas, referidas tanto a la acción física observable como a la acción mental (conocimiento procedimental-saber hacer); y un tercer componente que tiene una gran influencia social y cultural, y que implica un conjunto de actitudes y valores (saber ser).

La Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de Calidad Educativa (LOMCE), va más allá al poner el énfasis en un modelo de currículo basado en competencias: introduce un nuevo artículo 6 bis en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, que en su apartado 1.e) establece que corresponde al Gobierno el diseño del currículo básico, en relación con los objetivos, competencias, contenidos, criterios de evaluación, estándares y resultados de aprendizaje evaluables, con el fin de asegurar una formación común y el carácter

oficial y la validez en todo el territorio nacional de las titulaciones a que se refiere esta Ley Orgánica.

## Resultados

Se presentan los contenidos (Tablas 1, 2, 3, 4, 5 y 6) divididos en los tres saberes planteados por la ley actual de la educación española, en los diferentes bloques de contenidos, intentando de este modo mejorar la comprensión del proceso tanto para los maestros y como para estudiantes. Para que las clases de actividades acuáticas pueda ser una continuación de las clases de educación física, todos sus contenidos deben estar organizados de igual forma, y adaptados para seguir los mismos contenidos de la programación. Hemos planteados los contenidos para 1º y 2º curso, 3º y 4º, y 5º y 6º para atender mejor las fases del desarrollo de los estudiantes.

**Tabla 1. Contenidos del currículo de educación física establecidos por la LOMCE de 1º y 2º de primaria adaptados al medio acuático.**

El cuerpo: imagen y percepción	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partes del cuerpo y su intervención en el movimiento.</li> <li>- Postura y comunicación no verbal.</li> <li>- Reconocimiento de la derecha e izquierda en el propio cuerpo y en el espacio conocido.</li> <li>- Identificación y experimentación con el segmento dominante y no dominante.</li> <li>- Apreciación sencilla de trayectorias, direcciones y distancias.</li> <li>- Duración y ritmo.</li> <li>- Uso de las TICs para extraer información a través de WebQuest o similares entornos acotados de información.</li> <li>- Realización de trabajos individuales y colectivos ajustados a las condiciones pedidas por el maestro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilibrio estático y dinámico: experimentación de situaciones de desequilibrio y equilibrio con y sin objetos.</li> <li>- Percepción espacio-temporal.</li> <li>- Orientación espacial (entre objetos y el niño: vecindad, separación, orden, sucesión, etc.).</li> <li>- Disminución de la base de sustentación, elevación del centro de gravedad y movimientos.</li> <li>- Equilibrio sobre objetos estables.</li> <li>- Posibilidades sensoriales (vista, oído, tacto).</li> <li>- Experimentación, exploración y discriminación de las sensaciones.</li> <li>- Tensión y relajación.</li> <li>- Partes del cuerpo y su intervención en el movimiento.</li> <li>- Toma de conciencia y correlación entre esfuerzo y frecuencia respiratoria.</li> <li>- Coordinación dinámica general.</li> <li>- Coordinación segmentaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocimiento y respeto a las diferencias corporales.</li> <li>- Implicación y disfrute de la actividad física.</li> <li>- Toma de conciencia y correlación entre esfuerzo y frecuencia respiratoria.</li> <li>- Aceptación y valoración de la propia realidad corporal aumentando la confianza en sus posibilidades, autonomía y autoestima.</li> <li>- Realización de trabajos individuales y colectivos ajustados a las condiciones pedidas por el maestro.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diría de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal. -Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Partes del cuerpo y su intervención en el movimiento.</li> <li>- Conciencia y control postural: reposo y movimiento.</li> <li>- Reconocimiento de la derecha e izquierda en el propio cuerpo y en el espacio conocido.</li> <li>- Apreciación sencilla de trayectorias, direcciones y distancias. (Propulsión)</li> <li>- Duración y ritmo. (Respiración)</li> <li>- Uso de las TICs para extraer información a través de WebQuest o similares entornos acotados de información.</li> <li>- Realización de trabajos individuales y colectivos ajustados a las condiciones pedidas por el maestro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Familiarización con el medio acuático.</li> <li>- Dominio de las habilidades motrices acuáticas.</li> <li>- Autonomía en el medio acuático.</li> <li>- Flotación en diversas posiciones. - Estimulación de las capacidades perceptivas del cuerpo en relación con el medio acuático.</li> <li>- Equilibrio estático y dinámico.</li> <li>- Adecuación del movimiento al espacio y al tiempo.</li> <li>- Percebe las diversas formas de desplazar en agua y relacionas con las formas de desplazar en tierra.</li> <li>- Estimulación de las capacidades perceptivas del cuerpo en relación con el medio acuático.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración y aceptación del propio cuerpo sus posibilidades y limitaciones. - Disposición favorable a la superación y al esfuerzo.</li> <li>- Seguridad, confianza en sí mismo y autonomía personal.</li> <li>- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y disposición favorable a la superación y el esfuerzo en medio acuático.</li> <li>- Percepción de la autonomía corporal, relacionando con una autonomía social.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diría de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> </ul>
Habilidades motrices	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad entre compañeros.</li> <li>- Realización de trabajos individuales y colectivos ajustados a las condiciones pedidas por el maestro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Control motor y desarrollo cualitativo de las habilidades básicas.</li> <li>- Práctica de actividades sencillas sobre desplazamientos activos (eficaces y menos eficaces).</li> <li>- Experimentación del salto y cambios de plano (superior a inferior).</li> <li>- Giros sobre el eje longitudinal con cambio de dirección, combinados con otros patrones motores: reorganización espacial.</li> <li>- Manejo de móviles y utilización de segmentos inferiores (golpeos, paradas, desvíos y conducciones) y superiores (lanzamientos, recepciones, dejadas, recogidas y bote adaptado).</li> <li>- Resolución de problemas motores sencillos mostrando autonomía y confianza en sus posibilidades.</li> <li>- Control y combinación espontánea de las habilidades motrices básicas más habituales en situaciones sencillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participación en juegos y actividades aceptando su nivel de destreza y limitaciones, así como las de los demás.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diría de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Juegos motrices (tipos, reglas y normas).</li> <li>- Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad entre compañeros.</li> <li>- Realización de trabajos individuales y colectivos ajustados a las condiciones pedidas por el maestro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Concienciación de la propia corporeidad, de su independencia y de las relaciones que, a través del movimiento en el agua, se establece entre ellas, con el espacio, con los objetos y con los demás.</li> <li>- Control motor y desarrollo cualitativo de las habilidades básicas.</li> <li>- Práctica de actividades sencillas sobre desplazamientos activos (eficaces y menos eficaces).</li> <li>- Experimentación del salto y cambios de plano (superior a inferior).</li> <li>- Giros sobre el eje longitudinal con cambio de dirección, combinados con otros patrones motores: reorganización espacial.</li> <li>- Manejo de móviles y utilización de segmentos inferiores (golpeos, paradas, desvíos y conducciones) y superiores (lanzamientos, recepciones, dejadas, recogidas y bote adaptado).</li> <li>- Resolución de problemas motores sencillos mostrando autonomía y confianza en sus posibilidades.</li> <li>- Control y combinación espontánea de las habilidades motrices básicas más habituales en situaciones sencillas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de trabajo bien ejecutado desde un punto de vista motor.</li> <li>- Participación en juegos y actividades aceptando su nivel de destreza y limitaciones, así como las de los demás.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diría de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> </ul>

**Tabla 2. Continuación de los contenidos del currículo de educación física establecidos por la LOMCE de 1º y 2º de primaria.**

Actividades físicas	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividades físicas artístico-expresivas			
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exteriorización y gestión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, mostrando desinhibición.</li> <li>- Posibilidades expresivas del movimiento relacionadas con el espacio, tiempo y la intensidad.</li> <li>- Bailes y danzas sencillos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posibilidades y recursos expresivos del cuerpo: mímica y gestos.</li> <li>- Disfrute mediante la expresión a través del propio cuerpo.</li> <li>- Mensajes corporales sencillos: observación y comprensión.</li> <li>- Desarrollo de la creatividad.</li> <li>- Exteriorización y gestión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, mostrando desinhibición.</li> <li>- Posibilidades expresivas del movimiento relacionadas con el espacio, tiempo y la intensidad.</li> <li>- Bailes y danzas sencillos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exteriorización y gestión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, mostrando desinhibición.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formas de movimiento y expresión en el agua.</li> <li>- Formas de ritmo sea corporal o respiratorio.</li> <li>- Exteriorización y gestión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento, mostrando desinhibición.</li> <li>- Posibilidades expresivas del movimiento relacionadas con el espacio, tiempo y la intensidad.</li> <li>- Bailes y danzas sencillos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exploración de las posibilidades y de los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento en el agua.</li> <li>- Combinación entre el ritmo y la respiración.</li> <li>- Expresión a través de gestos.</li> <li>- Utilización del gesto y del movimiento como vehículo de expresión y de manifestación de actitudes, sensaciones y estado de ánimo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración del movimiento en el agua de los otros, analizando los recursos expresivos, empleo, su plasticidad y su intensidad.</li> <li>- Valoración de los usos expresivos y comunicaciones del cuerpo en el agua.</li> <li>- Valoración de interés por la participación como elemento fundamental de la expresión corporal.</li> </ul>
Actividad física y salud			
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.</li> <li>- Prácticas responsables sobre la autogestión de la alimentación.</li> <li>- Práctica de juegos globales en los que se muestra la relación de la actividad física con el bienestar.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clasificación de ejercicios por niveles de intensidad.</li> <li>- Concienciación de usos del material potencialmente peligrosos.</li> <li>- Medidas preventivas cotidianas (seguridad vial y uso de cinturón de seguridad, semáforos, etc.).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.</li> <li>- Implicación y disfrute de la actividad física.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hábitos básicos de higiene corporal, alimentarios y posturales relacionados con la actividad física.</li> <li>- Prácticas responsables sobre la autogestión de la alimentación.</li> <li>- Práctica de juegos globales en los que se muestra la relación de la actividad física con el bienestar.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Busca de ritmo (respiración) como mejora de la salud.</li> <li>- Clasificación de ejercicios por niveles de intensidad. (Actividad que posibilite el trabajo de las grandes masas musculares.)</li> <li>- Control de la postura corporal en el agua e fuera de ella, y la relación entre ellas.</li> <li>- Medidas preventivas cotidianas (seguridad vial y uso de cinturón de seguridad, semáforos, etc.). (Prevención de riesgo en la piscina, orientación sobre los protocolos de medidas de seguridad.</li> <li>- Uso de las TICs para extraer información a través de WebQuest o similares. Entornos acotados de información.</li> <li>- Realización de trabajos individuales y colectivos ajustados a las condiciones pedidas por el maestro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de las prácticas de la utilización de las técnicas higiénicas.</li> <li>- Valoración de los beneficios de la práctica acuática para la salud.</li> <li>- Habitación a la utilización de las técnicas higiénicas de trabajo presentes en la actividad acuática.</li> </ul>
Juegos y actividades deportivas			
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El espacio de juego y los espacios naturales: usos y cuidado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El juego libre y su desarrollo creativo a través de ambientes de aprendizaje.</li> <li>- El juego como medio de disfrute y relación con los demás.</li> <li>- Diferentes tipos de juegos sencillos: populares y tradicionales, libres y organizados, sensoriales, simbólicos y cooperativos.</li> <li>- Juegos de la Región de Murcia simplificados.</li> <li>- Confianza en las propias posibilidades y esfuerzo personal en los juegos.</li> <li>- Diferentes tipos de juegos sencillos: populares y tradicionales, libres y organizados, sensoriales, simbólicos y cooperativos.</li> <li>- Juegos de la Región de Murcia simplificados.</li> <li>- Confianza en las propias posibilidades y esfuerzo personal en los juegos.</li> <li>- Reglas de juego: comprensión, cumplimiento y valoración.</li> <li>- Comprensión y exposición de formas jugadas y juegos sencillos.</li> <li>- Expresión oral en grupos pequeños.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reglas de juego: comprensión, cumplimiento y valoración.</li> <li>- Comprensión y exposición de formas jugadas y juegos sencillos.</li> <li>- Expresión oral en grupos pequeños.</li> <li>- Normas de uso de materiales y espacios en la actividad física.</li> <li>- El espacio de juego y los espacios naturales: usos y cuidado.</li> <li>- Reconocimiento y valoración hacia las personas que participan en el juego.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Juegos: tipos, reglas y normas.</li> <li>- El espacio de juego y los espacios naturales: usos y cuidado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceptación de las normas de juego y del papel que corresponda desempeñar como jugador.</li> <li>- Vivencias de una gran cantidad de posibilidades, motrices, de simples a complejas.</li> <li>- Experimentación de las diferencias entre los juegos (actividad deportiva y traicionales simple o adaptada)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de las posibilidades como equipo y de la participación de cada uno de sus miembros con independencia del resultado obtenido.</li> <li>- Reglas de juego: comprensión, cumplimiento y valoración.</li> <li>- Comprensión y exposición de formas jugadas y juegos sencillos.</li> <li>- Expresión oral en grupos pequeños.</li> <li>- Normas de uso de materiales y espacios en la actividad física.</li> <li>- El espacio de juego y los espacios naturales: usos y cuidado.</li> <li>- Reconocimiento y valoración hacia las personas que participan en el juego.</li> </ul>

**Tabla 3. Contenidos del currículo de educación física establecidos por la LOMCE de 3º y 4º de primaria.**

El cuerpo: imagen y percepción	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceleración, trayectoria, velocidad e interceptación.</li> <li>- Elementos orgánicos funcionales relacionados con el movimiento.</li> <li>- Tecnologías de la información y la comunicación: búsqueda, selección y comprensión de la información.</li> <li>- Exposición oral breve sobre diferentes temas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elementos orgánicos funcionales relacionados con el movimiento.</li> <li>- Conciencia y control corporal en reposo y en movimiento.</li> <li>- Toma de conciencia del propio cuerpo en cuanto a la tensión y relajación.</li> <li>- Adecuación de la postura a las necesidades expresivas y motrices.</li> <li>- Discriminación de la derecha y la izquierda en el compañero y objetos.</li> <li>- Ejecución de movimientos con los segmentos corporales dominantes y manejo adecuado con segmentos no dominantes.</li> <li>- Equilibrio estático y dinámico: situaciones de desequilibrio y equilibrio con y sin objetos.</li> <li>- Disminución en la base de sustentación, elevación del centro de gravedad y movimientos corporales.</li> <li>- Equilibrio sobre objetos estables, contextualizado en el juego global.</li> <li>- Adaptación de las condiciones de los juegos al desarrollo del equilibrio (colaboración-oposición).</li> <li>- Sentido, dirección, orientación, simetría con los demás, apreciación de distancias respecto a otros y a objetos en movimiento.</li> <li>- Ritmo, orden, cadencia, duración, etc.</li> <li>- Exploración y toma de conciencia de las vías, tipos y fases de la respiración.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás.</li> <li>- Educación no sexista.</li> <li>- Tecnologías de la información y la comunicación: búsqueda, selección y comprensión de la información.</li> <li>- Realización de trabajos alusivos a la práctica de actividad física y salud.</li> <li>- Exposición oral breve sobre diferentes temas.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceleración, trayectoria, velocidad e interceptación.</li> <li>- Elementos orgánicos funcionales relacionados con el movimiento.</li> <li>- Tecnologías de la información y la comunicación: búsqueda, selección y comprensión de la información.</li> <li>- Exposición oral breve sobre diferentes temas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceptación de las características particulares de su corporeidad y desarrollo de la autoestima en relación con su imagen corporal y el medio acuático.</li> <li>- Reconocimiento de las posibilidades de movimiento en el medio acuático, de forma global y analítica.</li> <li>- Afianzamiento del conocimiento y discriminación de las principales nociones espaciales, temporales</li> <li>- Propulsiones.</li> <li>- Respiración.</li> <li>- Desplazamiento deslizamiento y flotación.</li> <li>- Estimulación de las capacidades perceptivas del cuerpo en relación con el medio acuático.</li> <li>- Experimentación y exploración de las capacidades perceptivas y motrices acuáticas y de las distintas formas y posibilidades de movimiento, en situaciones motrices de progresiva complejidad.</li> <li>- Ritmo, orden, cadencia, duración, etc.</li> <li>(Refinamiento de la conducta dinámica, estática y visomotora, para ejecución de movimientos del cuerpo en el agua y con materiales móviles.)</li> <li>- Equilibrio estático y dinámico: situaciones de desequilibrio y equilibrio con y sin objetos.</li> <li>(Experimentación de situaciones de equilibrio y desequilibrio, del propio cuerpo y objetos en el medio acuático.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y disposición favorable a la superación y el esfuerzo en el medio acuático.</li> <li>- Valorización de la autonomía personal en el agua.</li> <li>- Valorización de la disposición favorable hacia el esfuerzo físico acuático.</li> </ul>
Actividad física y salud	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión sobre hábitos de alimentación diarios: búsqueda, selección, comprensión y planteamiento de información sobre la misma. Puesta en común y conclusiones globales.</li> <li>- Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar.</li> <li>- Progresión y adecuación a la actividad a emprender.</li> <li>- Dosificación del esfuerzo y relajación.</li> <li>- Normas de uso de materiales y espacios en la actividad física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prácticas responsables sobre la autogestión de la alimentación.</li> <li>- Hábitos posturales correctos.</li> <li>- Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar.</li> <li>- Calentamiento: movilidad articular dinámica: reflexión sobre su necesidad. Iniciativa para dirigir calentamientos parcialmente.</li> <li>- Progresión y adecuación a la actividad a emprender.</li> <li>- Dosificación del esfuerzo y relajación.</li> <li>- Frecuencia cardíaca y respiratoria: percepción y clasificación por nivel de intensidad.</li> <li>- Medidas de seguridad en la práctica de la actividad física, con relación al entorno.</li> <li>- Normas de uso de materiales y espacios en la actividad física.</li> <li>- Seguridad vial: conducción de vehículos sencillos y respeto a las normas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reparto de responsabilidades: aprendizaje entre iguales y planteamiento de juegos por parte del alumno al grupo-clase.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física. Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión sobre hábitos de alimentación diarios: búsqueda, selección, comprensión y planteamiento de información sobre la misma. Puesta en común y conclusiones globales.</li> <li>- Reconocimiento de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y el bienestar.</li> <li>- Progresión y adecuación a la actividad a emprender.</li> <li>- Dosificación del esfuerzo y relajación.</li> <li>- Normas de uso de materiales y espacios en la actividad física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exploración y ejercitación de su potencialidad de esfuerzo y trabajo físico, en función de su desarrollo psico-biológico, mediante actividades acuáticas de carácter global y genérico, que estimulan los diferentes órganos y sistemas funcionales.</li> <li>- Dosificación adecuada de esfuerzo necesario para llevar a cabo tareas de exigencia funcional progresiva creciente en el medio acuático.</li> <li>Identificación de los principales elementos orgánicos y funcionales implicados en el ejercicio físico acuático.</li> <li>- Conocimiento de rutinas, normas y medidas de seguridad elementares relacionadas con el ejercicio físico acuático y el cuidado del cuerpo.</li> <li>- Conocimiento de todas las partes de lo cuerpo involucrada en lo acto de nadar.</li> <li>- Comprender la relación de una dieta equilibrada y lo esfuerzo físico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de la seguridad.</li> <li>- Valoración de la percepción de la relación actividad física y salud.</li> <li>- Valoración de la relación de las actividades físicas con un desarrollo equilibrado de la persona en los factores, físico, psíquico y social.</li> </ul>

Tabla 4. Continuación de los contenidos del currículo de educación física establecidos por la LOMCE de 3º y 4º de primaria.

Juego y actividades deportivas	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El juego cooperativo.</li> <li>- El juego alternativo.</li> <li>- Juegos en el medio natural.</li> <li>- Práctica de juegos tradicionales, y populares de distintas culturas.</li> <li>- Juegos de la Región de Murcia.</li> <li>- Diálogo como medio de resolución de problemas y conflictos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Juegos de pistas y rastro.</li> <li>- Juegos en el medio natural.</li> <li>- El juego cooperativo.</li> <li>- El juego alternativo.</li> <li>- Juegos modificados: campo y - bate, invasión, cancha dividida, blanco y diana, etc.</li> <li>- Práctica de juegos tradicionales, y populares de distintas culturas.</li> <li>- Juegos de la Región de Murcia.</li> <li>- Sentido táctico: búsqueda de espacios libres para recibir el móvil, continuidad y concatenación de acciones motrices para obtener ventaja frente al rival.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Práctica de juegos tradicionales, y populares de distintas culturas.</li> <li>- Propuesta de juegos por parte del alumno.</li> <li>- Respeto hacia las personas y rechazo hacia los comportamientos inadecuados.</li> <li>- Respeto por el medio ambiente y participación en su conservación.</li> <li>- Juegos de pistas y rastro.</li> <li>- Sensibilización y respeto por el medio ambiente.</li> <li>- Juegos en el medio natural.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El juego cooperativo.</li> <li>- El juego alternativo.</li> <li>- Juegos en el medio natural.</li> <li>- Práctica de juegos tradicionales, y populares de distintas culturas.</li> <li>- Juegos de la Región de Murcia.</li> <li>- Diálogo como medio de resolución de problemas y conflictos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceptación de los diferentes niveles de destreza en la práctica de juegos acuáticos tanto en sí mismo como en los otros.</li> <li>- Aceptación de reto que supone oponerse a otros en situaciones de juego acuático sin que ello derive en actitudes de rivalidad o menosprecio.</li> <li>- Práctica de nado combinado explorando las diversidades del acto de nadar.</li> <li>- Participación en juegos acuáticos, de cooperación y oposición, con un nivel creciente de organización: funciones de los jugadores, espacios, reglas, alternativas, dificultad de las tareas motrices acuáticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de lo aceptado el papel que nos corresponde como jugador, el disfrute del juego con independencia del resultado.</li> <li>- Juegos de pistas y rastro.</li> <li>- Sensibilización y respeto por el medio ambiente.</li> <li>- Juegos en el medio natural.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate.</li> </ul>
Actividades físicas artístico-expresivas	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.</li> <li>- Comprensión de mensajes corporales.</li> <li>- Recreación de personajes reales y ficticios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.</li> <li>- Comprensión de mensajes corporales.</li> <li>- Utilización de los objetos y materiales y sus posibilidades en la expresión.</li> <li>- Adecuación del movimiento a estructuras espacio-temporales.</li> <li>- Ejecución de bailes y coreografías simples.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate.</li> <li>- Disfrute mediante la expresión y comunicación a través del propio cuerpo.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.</li> <li>- Comprensión de mensajes corporales.</li> <li>- Recreación de personajes reales y ficticios.</li> <li>- Afianzamiento del ritmo (locomoción y respiración) y forma de expresión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exploración de las cualidades expresivas del movimiento en el agua (ritmo, intensidad, forma y técnica, etc.) en relación con sensaciones, estados de ánimo y actitudes.</li> <li>- Vivencias de actividades acuáticas con músicas: nado sincronizado, aquagym, etc.</li> <li>- Profundización en la exploración de las posibilidades y de los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento en el agua, partiendo de acciones espontáneas, de simulación y de imitación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de los usos expresivos y comunicaciones del cuerpo en el agua.</li> <li>- Valoración del movimiento en el agua de los otros, analizando los recursos expresivos empleados, su plasticidad y su intencionalidad.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate.</li> <li>- Disfrute mediante la expresión y comunicación a través del propio cuerpo.</li> </ul>
Habilidades motrices	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elementos orgánicos funcionales relacionados con el movimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desplazamientos activos: eficaces (marcha, carrera) y menos eficaces (tropa, reptación, cuadrúpeda y propulsiones en el medio acuático, etc.).</li> <li>- Desplazamientos pasivos: transportes, deslizamientos, etc.</li> <li>- El salto como recurso en juegos de colaboración-oposición.</li> <li>- Saltos y cambios de plano.</li> <li>- Reequilibrar después de saltar.</li> <li>- Juegos de comba (balanceo y volteo de la cuerda): acciones simultáneas y sincronizadas en grupo reducido.</li> <li>- Lanzamiento, recepción y bote: ajuste corporal, desarrollo cualitativo y progresión en dificultad.</li> <li>- Golpes, paradas, desvíos y conducciones: ajuste corporal, desarrollo cualitativo y progresión en dificultad.</li> <li>- Anticipación de trayectorias y fluidez en el gesto motor.</li> <li>- El bote como recurso en el juego.</li> <li>- Giros: eje transversal y longitudinal y acciones combinadas de ambos.</li> <li>- Reorientación espacial tras el giro y continuidad con otras acciones motrices.</li> <li>- Propuesta y resolución de problemas motores en situación global.</li> <li>- Ajuste y consolidación de los elementos fundamentales en la ejecución de desplazamientos, saltos, giros, equilibrios y manejo de objetos.</li> <li>- Toma de decisión durante situaciones complejas de juego.</li> <li>- Utilización de las habilidades básicas en contexto lúdico global.</li> <li>- Habilidades en el medio acuático.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Elementos orgánicos funcionales relacionados con el movimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Discriminación de diferentes niveles de tonicidad muscular en el binomio contracción-descontracción. Vivencia de la relajación como un estado de descontracción y percepción corporal.</li> <li>- Exploración y ejercitación de sus posibilidades de acción, en el manejo del propio cuerpo y de material en el medio acuático, y de resolución de problemas motores acuáticos de dificultad creciente relacionados con tareas motrices básicas.</li> <li>- Utilización de habilidades motrices en diferentes juegos y actividades motoras de complejidad progresivamente creciente, especialmente en los aspectos de percepción y ejecución.</li> <li>- Realización de actividades que implique adaptación motriz al medio acuático ampliando sus experiencias.</li> <li>- Utilización de la piscina y material acuático y respecto a las medidas de seguridad adoptadas.</li> <li>- Interés por aumentar la competencia y habilidad motriz y la calidad del movimiento en medio acuático.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de la perseverancia.</li> <li>- Valoración de la participación en juegos y aceptar normas y reglas, conociendo sus limitaciones y la de los demás en las habilidades y destrezas.</li> </ul>

**Tabla 5. Contenidos del currículo de educación física establecidos por la LOMCE de 5º y 6º de primaria.**

Juego y actividades deportivas	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Uso adecuado de las habilidades y estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.</li> <li>- Toma de contacto: deportes individuales, colectivos, de adversario, alternativos...</li> <li>- Carreras de orientación en la naturaleza.</li> <li>- Deporte tradicional (Región de Murcia).</li> <li>- Deportes de otras culturas.</li> <li>- Tecnologías de la información y la comunicación: búsqueda, selección, comprensión y exposición de la información.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deportes individuales, colectivos, de adversario, alternativos, etc.</li> <li>- Deportes adaptados en el medio natural: entornos no habituales.</li> <li>- Carreras de orientación en la naturaleza.</li> <li>- Uso adecuado de las habilidades y estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deporte tradicional (Región de Murcia).</li> <li>- Deportes de otras culturas.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Juegos: tipos, reglas y normas.</li> <li>- Juegos acuáticos recreativos.</li> <li>- Ser capaz de comprender lo que son los juegos acuáticos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser capaz de adaptar los juegos terrestres ha el agua.</li> <li>- Participación en juegos acuáticos colectivos, de cooperación, de alta organización.</li> <li>- Participación y práctica de actividades deportivas acuáticas adaptadas, mediante la flexibilización de las normas de juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de las posibilidades como equipo y de la participación de cada uno de sus miembros con independencia del resultado obtenido.</li> <li>- Vivenciar los juegos acuáticos.</li> </ul>
Actividad física y salud	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento y práctica cualitativa de las capacidades físicas básicas: identificación y factores a valorar en ellas.</li> <li>- Relación de las capacidades físicas básicas con deportes y las actividades cotidianas: investigación y puesta en común.</li> <li>- Identificación de las prácticas poco saludables: reflexión y conclusiones.</li> <li>- Organización de test sencillos cualitativos y recogida de información entre los estudiantes.</li> <li>- Práctica de actividades encaminadas a la mejora de las capacidades físicas básicas.</li> <li>- Reconocimiento y valoración de las medidas de seguridad y de prevención de accidentes en la práctica de la actividad física, con relación al entorno.</li> <li>- Primeros auxilios básicos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Calentamiento, dosificación del esfuerzo y toma de conciencia de la recuperación y la relajación: función preventiva y de activación fisiológica.</li> <li>- Toma de responsabilidades en la creación de rutinas de calentamiento aplicables a diferentes modalidades deportivas.</li> <li>- Recogida de información sobre parámetros de esfuerzo: tratamiento gráfico de la información y creación de interrogantes sobre la representación gráfica creada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración del esfuerzo para lograr una mayor autoestima y autonomía.</li> <li>- Valoración de la actividad física para el mantenimiento y la mejora de la salud y como alternativa a los hábitos nocivos para la salud.</li> <li>- Comparativa gráfica de resultados y conclusiones de la obtención de información cuantitativa sobre pequeño test motores.</li> <li>- Valoración del esfuerzo para lograr una mayor autoestima y autonomía.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de uso de materiales y espacios en la actividad física.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Actividades físicas y salud.</li> <li>- Socorrismo: formas de transportes, formas de socorrer una víctima sea activa o pasiva y formar de sacar una víctima del agua.</li> <li>- Primeros auxilios: como ejecutar una RCP (Respiración cardiopulmonar).</li> <li>- Comprender cuales son los primeros auxilios en un accidente en la piscina.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilización correcta y autónoma de la piscina y material acuático y adopción de medidas básicas de seguridad.</li> <li>- Vivenciar las actividades relacionadas con socorrismo.</li> <li>- Ser capaz de percibir el ritmo de su frecuencia cardiaca durante las actividades acuáticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de seguridad en la piscina.</li> <li>- Valoración de los socorristas y de su importancia para la seguridad.</li> </ul>
Actividades físico artístico-expresivas	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en el medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresión de emociones y sentimientos a través del cuerpo, el gesto y el movimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reproducción, invención y ejecución de estructuras rítmicas.</li> <li>- Representación grupal de danzas tradicionales, populares, autóctonas y multiculturales.</li> <li>- Respeto por las producciones de los demás.</li> <li>- Creatividad y espontaneidad.</li> <li>- Estructuras cooperativas para crear coreografías y dramatizaciones (reparto de roles, responsabilidades, acuerdos internos, etc.)</li> <li>- Recreación de personajes reales y ficticios y sus contextos dramáticos.</li> <li>- Utilización de los objetos y materiales y sus posibilidades en la expresión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> <li>- Normas de higiene y aseo diario en clase.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Disfrute mediante la expresión y comunicación a través del propio cuerpo.</li> </ul>
Actividad de educación física en medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ritmo, movimiento y expresión en el agua.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Profundización en la exploración de las posibilidades y de los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento en el agua, partiendo de acciones espontáneas, de simulación y de imitación.</li> <li>- Profundización en la exploración de las calidades expresivas del movimiento en agua (ritmo, intensidad, forma, técnica, etc.) relacionados con sensaciones, estados de ánimo y actitudes.</li> <li>- Aplicación a situaciones de intencionalidad comunicativa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Valoración de los usos expresivos y comunicaciones del cuerpo en el agua.</li> <li>- Valoración del movimiento en el agua de los otros, analizando los recursos expresivos empleados, su plasticidad y su intencionalidad.</li> </ul>

**Tabla 6. Continuación de los contenidos del currículo de educación física establecidos por la LOMCE de 5º y 6º de primaria.**

El cuerpo: imagen y percepción	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en medio terrestre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estructuración espacio-temporal en entornos cambiantes.</li> <li>- Adaptación del movimiento a ritmos cambiantes con diferentes duraciones.</li> <li>- El plano y el espacio conocido.</li> <li>- Conocimiento corporal: órganos, músculos, huesos, articulaciones, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estructuración espacio-temporal en entornos cambiantes.</li> <li>- El plano y el espacio conocido.</li> <li>- Adaptación del movimiento a ritmos cambiantes con diferentes duraciones.</li> <li>- Ejecución de movimientos de cierta dificultad con los segmentos corporales no dominantes.</li> <li>- Ejecución con el segmento dominante de forma eficiente dentro de un contexto lúdico deportivo.</li> <li>- Toma de decisiones autónoma: autoevaluación y retroalimentación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Educación no sexista.</li> <li>- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente.</li> <li>- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud crítica hacia el modelo estético-corporal socialmente vigente.</li> <li>- Esfuerzo en la práctica diaria de actividad física.</li> <li>- Autonomía e iniciativa personal.</li> </ul>
Actividad de educación física en medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El cuerpo: sus partes, funcionamiento de sus órganos y su desarrollo.</li> <li>- Respiración: forma correcta de respirar en el agua (inspiración y expiración), control del ritmo respiratorio coordinado con los movimientos de los brazos.</li> <li>- Propulsiones de brazos y piernas, coordinados con las fases del nado.</li> <li>- Comprensión de los movimientos para mejora de la propulsión en los diversos estilos de la natación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coordinación de los movimientos de brazos con movimientos de pierna.</li> <li>- Control de las posturas del cuerpo en el agua.</li> <li>- Control de la respiración.</li> <li>- Identificación de algunas acciones simples (flexión, extensión, rotación, etc.).</li> <li>- Reforzamiento de la lateralidad en el agua.</li> <li>- Refinamiento de la coordinación dinámica, estática y visomotora, para la ejecución de movimientos del cuerpo en el agua relacionados con el manejo del cuerpo y de materiales móviles, en situaciones complejas.</li> <li>- Experimentación y exploración de las capacidades perceptivas y motrices acuática y de las distintas formas y posibilidades de movimiento, en situaciones motrices de progresiva complejidad y con coordinación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disposición favorable hacia el esfuerzo físico acuático.</li> <li>- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y disposición favorable a la superación y el esfuerzo en el medio acuático.</li> <li>- Seguridad, confianza en sí mismo y autonomía personal en agua.</li> </ul>
Habilidad motriz	Saber	Saber hacer	Saber ser
Actividad de educación física en escuelas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad.</li> <li>- Tecnologías de la información y la comunicación: búsqueda, selección, comprensión y exposición de la información.</li> <li>- Realización de trabajos alusivos a la práctica de actividad física y salud.</li> <li>- Exposición oral breve sobre diferentes temas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad.</li> <li>- Toma de decisiones autónoma: autoevaluación y retroalimentación.</li> <li>- Dominio motor y corporal desde un planteamiento previo a la acción.</li> <li>- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor.</li> <li>- Actividades acuáticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disposición favorable a participar en actividades individuales y grupales diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate.</li> </ul>
Actividad de educación física en el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad. (Estilos de la natación)</li> <li>- Tecnologías de la información y la comunicación: búsqueda, selección, comprensión y exposición de la información.</li> <li>- Realización de trabajos alusivos a la práctica de actividad física y salud.</li> <li>- Exposición oral breve sobre diferentes temas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ser capaz de utilizar los estilos de natación y sus técnicas.</li> <li>- Toma de decisiones autónoma: autoevaluación y retroalimentación.</li> <li>- Dominio motor y corporal desde un planteamiento previo a la acción.</li> <li>- Valoración del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceptación de las normas de juego y del papel que corresponda desempeñar como jugador.</li> <li>- Disposición favorable a participar en actividades individuales y grupales diversas aceptando la existencia de diferencias en el nivel de habilidad.</li> <li>- Respeto al jugador con el rol contrario en el juego: desarrollo de la empatía.</li> <li>- Aceptación natural de la consecuencia de jugar (ganar y perder): reflexión y debate.</li> </ul>

### ***Criterios de evaluación de educación física, planteados por la LOMCE***

Los criterios de evaluación son especificaciones de cómo evaluar, y permite definir los resultados de aprendizaje, los cuales deben ser observables, medibles y evaluables, permitiendo graduar el rendimiento o logro alcanzado, a través de los estándares de aprendizaje evaluables. Los criterios de evaluación son los mismos que vienen programados para la educación física aplicada en el medio terrestre, ya que no evaluamos los contenidos de la educación física por una parte y de las actividades acuáticas por otro, lo evaluamos como un todo.

### ***Adaptación de los estándares de aprendizaje evaluables de educación física del medio terrestre al medio acuático***

Para cubrir todos los objetivos propuesto en la adaptación curricular, se hace necesario adaptar los estándares evaluables de aprendizaje. De acuerdo con en el Real Decreto 126/2014, que establece para educación física que los contenidos deberán basarse en competencias del saber, saber hacer y saber ser, para dichas edades, y adaptados a las actividades acuáticas por bloques de contenidos: el cuerpo: imagen y percepción, habilidades motrices, actividades físicas artístico-expresivas, actividad física y salud, y juegos y actividades deportivas), lo cuales también están relacionados con los estándares de aprendizaje. Teniendo en cuenta los estándares de aprendizaje de educación física, se han adaptado estos estándares al medio acuático sin perder la esencia de lo que realmente se quería evaluar (Tablas 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 y 15).

**Tabla 7. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber, adaptados al medio acuático (1º y 2º curso de Educación Primaria).**

Estándares de aprendizaje evaluables de educación física (LOMCE)	Estándares de aprendizaje evaluables adaptados para el medio acuático	Competencias
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
2.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones motrices sencillas. 2.2. Realiza combinaciones de patrones motores conocidos (desplazamientos, salto, etc.) ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales. 4.4. Aplica conocimientos de otras áreas al ámbito motor. 12.1. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita. 12.3. Expone sus ideas, se expresa en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.	- Es capaz de reconocer y conceptualizar las habilidades básicas de la natación: propulsión, desplazamiento, deslizamiento y giros. - Reconocer las partes de su cuerpo dentro del medio acuático, relacionando nombre y parte del cuerpo correspondiente. - Adapta los mecanismos de respiración en el agua. - Reconoce la diferencia de la propulsión en el agua y su relación con los movimientos en la tierra. - Tiene la comprensión de qué es o son los espacios en la piscina. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita. Ejemplo, ejemplifica un juego o crearlo. - Expone sus ideas, se expresa en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás. - Es capaz de diferenciar "conducir" de "transportar". - Es capaz de diferenciar "deslizar" de "desplazar", a través de actividades diferenciadas de deslizamiento y desplazamiento acuático. - Es capaz de definir las posturas corporales, a través de la ejecución de las diversas posturas, como sentado, de pie, de rodillas, etc.	CL CMCT CD AA SIEE
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
3.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos, utilizando los recursos expresivos del cuerpo.	- Demuestra comprender qué es la comunicación a través de sus formas de expresar. - Es capaz de expresarse a través de actividades acuáticas.	CEC AA
<b>Habilidades motrices</b>		
12.6. Expone sus ideas, se expresa en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.	- Es capaz de definir "juego". - Comprende lo que es la cooperación, demostrándolo a través de acciones donde tiene que cooperar con sus compañeros, sea compartiendo un material o a través de un gesto de ayuda.	CL AA CSC
<b>Actividad física y salud</b>		
5.2. Identifica efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud. 13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	- Sabe definir lo que es salud y su relación con las actividades acuáticas. - Sabe cuáles son los hábitos higiénicos que debe tener en las actividades acuáticas, para una buena salud.	CL CSC
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
1.1. Adapta los desplazamientos a parámetros espacio-temporales. 1.2. Adapta el salto a diferentes planos, adaptados a su edad y peso. 1.3. Adapta el manejo de objetos con los segmentos superiores e inferiores a juegos y actividades sencillas, utilizando los segmentos dominantes y no dominantes. 1.4. Mantiene una adecuada actitud postural en la realización de actividades sencillas, juegos y ejercicios. 1.5. Aplica el giro sobre el eje longitudinal cuando se le pide. 1.6. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies. 1.7. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales. 4.3. Distingue en juegos, estrategias de cooperación.	- Es capaz de crear un juego y expresarlo de formar escrita o a través de dibujo. - Comprende lo que son las reglas.	CL CEC

**Tabla 8. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber, adaptados al medio acuático (3º y 4º curso de Educación Primaria).**

Estándares de aprendizaje evaluables de educación física (LOMCE)	Estándares de aprendizaje evaluables adaptados para el medio acuático	Competencias
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y juegos de colaboración-oposición, ajustando a realización a parámetros espacio-temporales. 1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies. 4.2. Comprende la explicación, usando términos y conocimientos que se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza sobre el aparato locomotor. 12.1. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita. 12.3. Expone sus ideas, se expresa en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.	- Es capaz de nombrar los músculos de su cuerpo que utiliza para nadar. - Comprende el concepto y mecanismo de respiración. - Es capaz de definir "desplazamiento" y "deslizamiento". - Es capaz de relacionar una actividad con su tiempo y espacio. - Comprende el espacio físico (direcciones: adelante, atrás, para los lados). - Comprende los elementos que componen el acto de nadar y su relación con su corporeidad. - Comprende qué es la propulsión. - Comprende la propulsión en el agua y su relación con los movimientos en la tierra. - Percibe la diferencia entre izquierda y derecha en el agua. - Comprende la diferencia entre equilibrio y desequilibrio.	CL CMCT SIEE DG AA
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
3.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos, utilizando los recursos expresivos del cuerpo individualmente, en parejas o en grupos. 3.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en pareja o grupos.	- Comprende cuáles son las formas de comunicación en el agua. - Es capaz de expresarse a través de movimientos acuáticos. - Es capaz de definir ritmo.	SIEE CEC CMCT
<b>Habilidades motrices</b>		
4.2. Comprende la explicación, usando términos y conocimientos que se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza sobre el aparato locomotor. 13.7. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.	- Comprende cuáles son las reglas, de convivencia social o de juegos. - Sabe diferenciar "competir" de "cooperar". - Comprende qué es ser creativo, resolviendo problemas fácilmente.	SIEE AA
<b>Actividad física y salud</b>		
5.1. Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comida, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, etc.). 5.2. Identifica efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud. 13.13. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	- Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comida, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, etc.). Identifica efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud, a través de las actividades acuáticas - Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo, como el uso de las chanclas, gorros y bañador.	CSC AA CMCT
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
4.1. Distingue en juegos, estrategias de cooperación y de oposición. 8.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre tipos de juegos y actividades en la naturaleza. 9.3. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase y su desarrollo.	- Es capaz de crear un juego y expresarlo de formar escrita o a través de dibujo. - Comprende lo que son las reglas.	CL CEC DG SIEE AA

**Tabla 9. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber, adaptados al medio acuático (5º y 6º curso de Educación Primaria).**

Estándares de aprendizaje evaluables de educación física (LOMCE)	Estándares de aprendizaje evaluables adaptados para el medio acuático	Competencia
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y juegos de colaboración-oposición, ajustando su realización a parámetros espacio-temporales.	- Es capaz de identificar cuáles son las fases de propulsión de los estilos de natación.	CL
4.1. Identifica la capacidad física básica implicada de forma más significativa en los ejercicios.	- Es capaz de identificar cuáles son las acciones corporales simples de las complejas en el medio acuático.	CMCT
4.2. Reconoce la importancia del desarrollo de las capacidades físicas para la mejora de las habilidades motrices.	- Comprende los elementos que componen el acto de nadar y su relación con los órganos corporales.	DG AA
4.4. Comprende la explicación y describe los ejercicios realizados, usando los términos y conocimientos que se desarrollan en el área de ciencias de la naturaleza sobre el aparato locomotor.	- Es capaz de nombrar los órganos corporales que intervienen en las acciones acuáticas.	
7.2. Toma conciencia del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades.	- Comprende la diferencia de propulsión entre las piernas y los brazos.	
12.1. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que se le solicita.		
12.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.		
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
3.1. Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas, siguiendo una coreografía establecida.	- Comprende cuáles son las posibles formas de comunicación en el agua. - Es capaz de diferenciar entre ritmo lento y rápido.	SIEE CEC CMCT
<b>Habilidades motrices</b>		
1.5. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre precedente del entorno y sus posibilidades.	- Es capaz de definir cuáles son los estilos de natación. - Comprende la diferencia entre los estilos de natación.	SIEE AA
12.3. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.		
13.2. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.		
<b>Actividad física y salud</b>		
4.1. Identifica la capacidad física básicas, implicada de forma más significativa en los ejercicios.	- Comprende lo que es salud, a través de la relación con la actividad acuática.	CSC
5.3. Describe los efectos negativos del sedentarismo y los de una dieta desequilibrada.	- Comprende la importancia de la salud a través de la actividad acuática.	AA
6.1. Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.	- Comprende la relación entre el mecanismo de la frecuencia cardiaca y la actividad acuática.	SIEE CMCT CL
6.2. Identifica su nivel, comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas, con los valores correspondientes de su edad.		
11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios (heridas, torceduras, golpes, fracturas).		
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
4.6. Distingue en juegos y deportes individuales y colectivos, estrategias de cooperación y de oposición.	- Es capaz de definir qué es un juego acuático.	CL
8.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.	- A través de un juego de alta organización, demuestra ser capaz de construir un juego adaptado en el medio acuático.	CEC
12.1. Utiliza las nuevas tecnologías para localizar y extraer la información que le solicita.	- Comprende y respeta las reglas de los juegos.	DG SIEE
13.6. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.	- Comprende la diferencia entre cooperación y competición. - Comprende qué es ser creativo, solucionando problemas de orden físico o emocional.	AA

**Tabla 10. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber hacer, adaptados al medio acuático (1º y 2º curso de Educación Primaria).**

Contenidos	Estándares de aprendizaje evaluables	Competencias
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
1.1. Adapta los desplazamientos a parámetros espaciotemporales.	- Dominio de las habilidades motrices básicas en agua.	CL
1.2. Adapta el salto a diferentes planos, adaptados a su edad y peso.	- Flotaciones en diversas posiciones.	AA
1.3. Adapta el manejo de objetos con segmentos superiores e inferiores a juegos y actividades sencillas, utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	- Autonomía en el medio acuático.	SIEE
1.4. Mantiene una adecuada actitud postural en la realización de actividades sencillas, juegos y ejercicios.	- Exploración de las posibilidades de respirar del bajo y fuera del agua, descubriendo formas de que es posible respirar también nadando.	CMCT
1.5. Aplica el giro sobre el eje longitudinal cuando se le pide.	- Familiarización con el movimiento en medio acuático y las posibilidades de movimientos.	
1.6. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.	- Dominio de las habilidades motrices acuáticas.	
1.7. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales.	- Estimulación de las capacidades perceptivas del cuerpo en relación con el medio acuático.	
2.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones motrices sencillas.	- Adecuación del movimiento al espacio y al tiempo.	
2.2. Realiza combinaciones de patrones motores conocidos (desplazamientos diversos, saltos, etc.), ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.	- Utilización de reglas con relación a la construcción espacio-temporal.	
4.1. Distingue en juegos, estrategias de cooperación. Aplica conocimientos de otras áreas al ámbito motor.	- Autonomía en el medio acuático.	
6.1. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.	- Control y dominio corporal.	
	- Percepción de las diversas formas de desplazarse en el agua y las relaciones con las formas de desplazarse en tierra.	
	- Afianzamiento de los elementos que componen el acto de nadar y su relación con el equilibrio y desequilibrio.	
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
3.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos, utilizando los recursos expresivos del cuerpo, en grupo o individual.	- Exploración de las posibilidades y de los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento en el agua.	SIEE
3.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individual o en grupo.	- Combinación entre el ritmo y la respiración. Utilización del gesto y del movimiento como vehículo de expresión de actitudes, sensaciones y estado de ánimo.	CL CMCT CEC
<b>Habilidades motrices</b>		
1.1. Adapta los desplazamientos a parámetros espaciotemporales.	- Vivenciar una grande cantidad de posibilidad (habilidad), motrices, de simples para lo complejo.	SIEE
1.2. Adapta el salto a diferentes planos, adaptados a su edad y peso.	- Concienciación de la propia corporeidad, de su independencia y de las relaciones que a través del movimiento en el agua se establece entre ellas, con el espacio, con los objetos y con los demás.	AA
1.3. Adapta el manejo de objetos con los segmentos superiores e inferiores a juegos y actividades sencillas, utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	- Mantiene una adecuada actitud postural en la realización de actividades sencillas, juegos y ejercicios en el agua.	CMTC
1.4. Mantiene una adecuada actitud postural en la realización de actividades sencillas, juegos y ejercicios.	- Aplica el giro sobre el eje cuando se le pide. Ejemplo como las volteretas y los virajes.	
1.5. Aplica el giro sobre el eje longitudinal cuando se le pide.	- Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones, utilizando las flotaciones.	
1.6. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.	- Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales.	
1.7. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales.	- Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones motrices sencillas.	
2.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones motrices sencillas.	- Realiza combinaciones de patrones motores conocidos (desplazamientos diversos, saltos...) ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.	
2.2. Realiza combinaciones de patrones motores conocidos (desplazamientos diversos, saltos...) ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.		
<b>Actividad física y salud</b>		
6.1. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.	- Habitación a la utilización de las técnicas higiénicas de trabajo presentes en la actividad acuática.	CSC
11.1. Reconoce acciones preventivas (medidas de seguridad) en la práctica de actividad física.	- Reconoce el protocolo de seguridad en la prevención de los riesgos de accidentes en la piscina.	SIEE
13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	- Incorpora en su rutina en las actividades acuáticas el uso de chanclas, gorro y bañador, para tener una buena higiene.	AA
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
2.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones motrices sencillas.	- Aceptación de las normas de juego y del papel que corresponda desempeñar como jugador.	CL
2.2. Realiza combinaciones de patrones motores conocidos (desplazamientos diversos, saltos...) ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.	- Experimentación de las diferencias entre los juegos (actividad deportiva y tradicional, sea simple o adaptada).	CEC
8.1. Conoce las características de diferentes tipos de juego, partiendo de su práctica.	- Conoce las características de diferentes tipos de juego, partiendo de su práctica.	AA
9.1. Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase.	- Explica a sus compañeros las características de un juego practicado en clase.	CDG
9.2. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	- Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	

**Tabla 11. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber hacer, adaptados al medio acuático (3º y 4º curso de Educación Primaria).**

Contenidos	Estándares de aprendizaje evaluables	Competencias
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
1.2. Mantiene una adecuada actitud postural durante la realización de juegos y actividades ajustados a su momento evolutivo.	- Reconocimiento de las posibilidades de movimiento en el medio acuático, de forma global y analítica.	SIEE AA
1.3. Adapta el salto a diferentes tipos de entorno y juegos de colaboración oposición, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales.	- Estimulación de las capacidades perceptivas del cuerpo en relación con el medio acuático.	CMCT
1.4. Aplica el giro sobre el eje transversal cuando se le solicita.	- Experimentación y exploración de las capacidades perceptivas y motrices acuáticas y de las distintas formas y posibilidades de movimiento, en situaciones motrices de progresiva complejidad.	
1.5. Aplica el giro sobre el eje transversal por iniciativa propia.	- Afianzamiento del conocimiento y discriminación de las principales nociones espaciales y temporales.	
1.6. Mantiene una adecuada actitud postural durante la realización de juegos globales.	- Refinamiento de la conducta dinámica, estática y visomotora, para la ejecución de movimientos del cuerpo en el agua y con materiales móviles.	
1.7. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.	- Refinamiento de la conducta dinámica, estática y visomotora, para ejecución de movimientos del cuerpo en el agua y con materiales móviles.	
1.8. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.	- Experimentación de situaciones de equilibrio y desequilibrio, del propio cuerpo y objetos en el medio acuático.	
4.1. Distingue en juegos, estrategias de cooperación y de oposición.		
6.1. Identifica su frecuencia cardíaca y respiratoria en distintas intensidades de esfuerzo y adapta su esfuerzo a la duración de la actividad.		
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
3.1. Representa personajes, situaciones, ideas, sentimientos, utilizando los recursos expresivos del cuerpo.	- Profundización en la exploración de las posibilidades y de los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento en el agua, partiendo de acciones espontáneas, de simulación y de imitación.	SIEE CL CEC
3.2. Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales.	- Combinación entre el ritmo y la respiración. - Utilización del gesto y del movimiento como vehículo de expresión de actitudes, sensaciones y estado de ánimo.	CMCT
<b>Habilidades motrices</b>		
1.8. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y juegos de colaboración-oposición, ajustando su realización a parámetros espaciotemporales.	- Saber del concepto de cooperación y oposición, para una mejora de la convivencia social.	SIEE AA
1.9. Mantiene una adecuada actitud postural durante la realización de juegos y actividades ajustados a su momento evolutivo.	- Expresión y utilización de las habilidades básicas, visando a adaptación de destrezas motrices, combinado con la respiración.	CMCT
1.10. Adapta el salto a diferentes tipos de entorno y juegos de colaboración oposición, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales.	- Refinamiento de la conducta dinámica, estática y visomotora, para la ejecución de movimientos del cuerpo en el agua y con materiales móviles.	
1.11. Adapta el manejo de objetos con los segmentos superiores e inferiores a juegos de colaboración y oposición, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	- Experimentación y exploración de las capacidades perceptivas y motrices acuáticas y de las distintas formas y posibilidades de movimiento, en situaciones motrices de progresiva complejidad.	
1.14. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.	- Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas en diferentes situaciones motrices.	
2.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas en diferentes situaciones motrices.	- Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.	
2.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.		
<b>Actividad física y salud</b>		
5.1. Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comida, calidad/cantidad de los alimentos ingeridos, etc.)	- Identificación de los principales elementos orgánicos y funcionales implicados en el ejercicio físico acuático.	CSC AA
5.2. Identifica efectos beneficiosos del ejercicio físico para la salud.	- Identifica efectos beneficiosos de las actividades acuáticas para la salud.	CMTC
5.3. Realiza los calentamientos, valorando su función preventiva y de activación fisiológica.	- Realiza los calentamientos, valorando su función preventiva y de activación fisiológica, antes de realizar alguna actividad acuática.	
6.1. Identifica su frecuencia cardíaca y respiratoria en distintas intensidades de esfuerzo y adapta su esfuerzo a la duración de la actividad.	- Identifica su frecuencia cardíaca y respiratoria en distintas intensidades de esfuerzo y adapta su esfuerzo a la duración de la actividad acuática.	
11.11. Identifica las lesiones y enfermedades más habituales en relación a la práctica de actividad física, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios.	- Identifica las lesiones y enfermedades más habituales en relación a la práctica de actividad física, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios, obediendo el protocolo de prevención y riesgo en las actividades acuáticas.	
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
1.2. Mantiene una adecuada actitud postural durante la realización de juegos y actividades ajustados a su momento evolutivo.	- Aceptación de los diferentes niveles de destreza en la práctica de juegos acuáticos tanto en sí mismo como en los otros.	SIEE CSC
1.3. Adapta el salto a diferentes tipos de entorno y juegos de colaboración oposición, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales.	- Aceptación del reto que supone oponerse a otros en situaciones de juego acuático sin que ello derive en actitudes de rivalidad o menosprecio.	
1.4. Adapta el manejo de objetos con los segmentos superiores e inferiores a juegos de colaboración y oposición, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	- Adapta el manejo de objetos con los segmentos superiores e inferiores a juegos de colaboración y oposición, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes, durante la práctica de los estilos de natación.	
1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.	- Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies, utilizando las flotaciones.	
1.7. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.	- Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.	
2.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas en diferentes situaciones motrices.	- Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas en diferentes situaciones motrices	
2.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.	- Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.	
4.3. Distingue en juegos, estrategias de cooperación y de oposición.	- Distingue en juegos, estrategias de cooperación y de oposición.	

**Tabla 12. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber hacer, adaptados al medio acuático (5º y 6º curso de Educación Primaria).**

Contenidos	Estándares de aprendizaje evaluables	Competencias
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio-temporales y manteniendo el equilibrio postural.	- Adapta los movimientos para la mejora de la comprensión de los diversos estilos de la natación.	CL CMCT SIEE
1.3. Adapta el manejo de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	- Refinamiento de la coordinación dinámica, estática y visomotora, para la ejecución de los movimientos del cuerpo en el agua relacionada con el manejo del cuerpo y de materiales móviles, en situaciones complejas.	AA
1.4. Aplica el giro a diferentes tipos de entornos y de actividades iniciación deportiva y artístico expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes, y ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	- Entiende la importancia del control respiratorio para la práctica de actividades físicas. - Coordinación de los movimientos propulsores de brazos con movimientos de piernas. - Experimentación y exploración de las capacidades perceptivas y motrices acuáticas y de las distintas formas y posibilidades de movimiento, en situaciones motrices de progresiva complejidad y con coordinación.	
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
3.2. Construye composiciones grupales en interacción con los compañeros y compañeras, utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.	- Profundización en la exploración de las calidades expresivas del movimiento en agua (ritmo, respiración, intensidad, forma, técnica, etc.), relacionados con sensaciones, estados de ánimos y actitudes.	SIEE CL CEC CDG
<b>Habilidades motrices</b>		
1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	- Sabe y ejecución de los estilos de natación y sus técnicas.	SIEE
1.2. Adapta el salto diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	- Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de espacios acuáticos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural a través de las flotaciones.	AA CMTC
1.3. Adapta el manejo de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	- Adapta el salto diferentes tipos de espacios acuáticos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	
1.4. Aplica el giro diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	- Adapta el manejo de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de espacios acuáticos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	
1.5. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.	- Aplica el giro diferentes tipos de espacios acuáticos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	
2.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.	- Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices acuáticas.	
2.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio temporales.	- Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas acuáticas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio temporales.	
<b>Actividad física y salud</b>		
4.1. Identifica la capacidad física básica, implicada de más significativa en los ejercicios.	- Ser capaz de percibir el ritmo de su frecuencia cardiaca durante las actividades acuáticas.	CSC
5.4. Realiza los calentamientos, valorando su función preventiva y de activación fisiológica.	- Vivencia de las actividades básicas relacionadas con socorrismo y primeros auxilios.	SIEE AA
6.1. Identifica su frecuencia cardiaca y respiratoria, en distintas intensidades de esfuerzo.	- Aplica el protocolo de riesgo y prevención de accidentes para las actividades acuáticas.	
6.3. Identifica su nivel, comparando los resultados obtenidos en pruebas de valoración de las capacidades físicas y coordinativas con los valores correspondientes a su edad.		
11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios (heridas, torceduras, golpes y fracturas).		
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	- Participación y práctica de actividades deportivas acuáticas de alta organización o adaptadas.	AA SIEE
1.2. Adapta el salto a diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	- Adapta el salto a diferentes tipos de espacios acuáticos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	
1.3. Adapta el manejo de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de entornos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	- Adapta el manejo de objetos (lanzamiento, recepción, golpeo, etc.) a diferentes tipos de espacios acuáticos y actividades de iniciación deportiva y artístico expresivas, aplicando correctamente los gestos y utilizando los segmentos dominantes y no dominantes.	
1.4. Aplica el giro a diferentes tipos de entornos y de actividades iniciación deportiva y artístico expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes, y ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural.	- Aplica el giro a diferentes tipos de espacios acuáticos y de actividades iniciación deportiva y artístico expresivas, teniendo en cuenta los tres ejes, y ajustando su realización a los parámetros espacio temporales y manteniendo el equilibrio postural. Ejemplo volteretas y virajes.	
1.5. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y sus posibilidades.	- Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices acuáticas.	
2.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.		

**Tabla 13. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber ser, adaptados al medio acuático (1º y 2º curso de Educación Primaria).**

Contenidos	Estándares de aprendizaje evaluables	Competencias
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz, entre los niños de la clase.	- Valoración y aceptación del propio cuerpo, sus posibilidades y limitaciones. Disposición favorable a la superación y al esfuerzo.	CSC SIEE
7.2. Toma conciencia del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades.	- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y disposición favorable a la superación y el esfuerzo en el medio acuático.	CL AA
12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza.	- Valoración y aceptación del propio cuerpo en sus posibilidades de movimiento.	
13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	- Seguridad, confianza en sí mismo y autonomía personal.	
13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Percepción de la autonomía corporal, relacionada con una autonomía social. - Noción de la construcción de espacio en lo tiempo en cuanto individuo histórico.	
13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higienes del cuerpo.	- Disposición favorable a la superación y el esfuerzo en el medio acuático. - Perseverancia y enfrentamiento al miedo.	
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
12.3. Expone sus ideas, se expresa en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.	- Valoración de los usos expresivos y comunicaciones del cuerpo en el agua.	CEC AA
13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	- Valoración del movimiento en el agua de los otros analizando los recursos expresivos empleados, su plasticidad y su intensidad.	SIEE
13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problema motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problema motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	CL
<b>Habilidades motrices</b>		
12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza.	- Valoración de trabajo bien ejecutado desde un punto de vista motor.	CL
13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	- Valoración de sus posibilidades corporales.	AA
13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	CEC CSC
13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	- Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	
<b>Actividad física y salud</b>		
5.1. Relaciona los principales hábitos de alimentación con su vida cotidiana.	- Valoración de los beneficios de la práctica acuática para la salud.	AA
7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz entre los niños de las clases.	- Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz acuáticas entre los niños de las clases.	CSC SIEE
7.2. Toma conciencia del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades.	- Toma conciencia del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades.	
13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	- Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
9.2. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	- Valoración de las posibilidades como equipo y de la participación de cada uno de sus miembros con independencia del resultado obtenido.	CL
10.1. Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se generan en las actividades en el medio natural.	- Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se generan en las actividades en los espacios acuáticos y terrestres.	CEC
10.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del local.	- Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del local.	
11.1. Reconoce acciones preventivas (medidas de seguridad) en la práctica de actividad física.	- Reconoce acciones preventivas del protocolo de seguridad y prevención de riesgo en la práctica de actividades acuáticas.	

**Tabla 14. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber ser, adaptados al medio acuático (3º y 4º curso de Educación Primaria).**

Contenidos	Estándares de aprendizaje evaluables	Competencias
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencias motriz entre los niños de la clase.	- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal.	SIEE
7.2. Toma conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades.	- Valoración de la autonomía personal en el agua.	CL
12.2. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.	- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y disposición favorable a la superación y el esfuerzo en el medio acuático.	CSC
13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	- Valorización de la disposición favorable hacia el esfuerzo físico.	AA
13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	
13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	- Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
13.12. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Valoración de los usos expresivos y la en comunicaciones del cuerpo en el agua.	CL
13.15. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	- Valoración del movimiento en el agua y los recursos expresivos empleos, su plasticidad y su intensidad.	CEC AA SIEE
<b>Habilidades motrices</b>		
7.1. Respeta la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz, entre los niños de la clase.	- Valoración de la perseverancia.	CSC
7.4. Toma conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades.	- Toma conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades motrices acuáticas.	AA
12.5. Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.	- Presenta sus trabajos atendiendo a las pautas proporcionadas, con orden, estructura y limpieza y utilizando programas de presentación.	SIEE
13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	- Tiene interés por mejorar la competencia motriz acuática.	CL
13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	
13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	- Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	
<b>Actividad física y salud</b>		
9.2. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	- Valoración de la percepción de la relación con la actividad física y salud.	AA
13.3. Expone sus ideas y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones respetando las opiniones de los demás.		CSC SIEE
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
8.2. Reconoce la riqueza cultural de los juegos.	- Valoración de la participación en juegos y aceptación normas y reglas, conociendo sus limitaciones y la de los demás en las habilidades y destrezas acuáticas.	CL
9.2. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.		CEC
10.1. Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.	- Valoración de la aceptación del papel que les corresponde como jugador, el disfrute del juego con independencia del resultado.	CSC
10.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora e la fauna del lugar	- Tiene interés por mejorar la competencia motriz acuática.	
13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	
13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	
13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	- Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo, utilizando las chanclas, gorro y bañador para las prácticas acuáticas.	
13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	- Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	
13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	- Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	

**Tabla 15. Estándares de aprendizaje en educación física que miden el saber ser, adaptados al medio acuático (5º y 6º curso de Educación Primaria).**

Contenidos	Estándares de aprendizaje evaluables	Competencias
<b>El cuerpo: imagen y percepción</b>		
7.1. Respetar la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz, entre los niños de la clase.	- Comprensión de la importancia de su coordinación corporal, para la mejora del desarrollo de los estilos de la natación.	SIEE AA
7.2. Toma conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades.	- Valoración de la autonomía personal en el agua, a través de la seguridad, confianza en sí mismo y autonomía personal en el agua.	
9.1. Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos publicitarios.	- Valorización de la disposición favorable hacia el esfuerzo físico acuático, basados en la seguridad, confianza en sí mismo y autonomía personal en el agua.	
9.2. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y disposición favorable a la superación y el esfuerzo en el medio acuático.	
9.3. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.	- Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.	
13.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	- Tiene interés por mejorar la competencia motriz acuática.	
13.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	- Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	
13.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	- Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	
<b>Actividades físicas artístico-expresivas</b>		
12.6. Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, respetando las opiniones de los demás.	- Valoración del movimiento en el agua en relación a los otros analizando los recursos expresivos empleos, su plasticidad y su intensidad.	CEC CMCT
13.1. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	SIEE CL
<b>Habilidades motrices</b>		
7.1. Respetar la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz, entre los niños de la clase.	- Valoración de la participación en juegos y aceptación de normas y reglas. Y valoración del conocimiento las técnicas de los estilos de natación.	CSC AA
13.2. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	SIEE CL
13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	- Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	
<b>Actividad física y salud</b>		
5.1. Tiene interés por mejorar las capacidades físicas.	- Valoración de la percepción de la relación actividad física y salud.	AA
5.2. Relaciona los principales hábitos de alimentación con la actividad física (horarios de comida, calidad/cantidad de alimentos ingeridos, etc.).	- Valoración de los socorristas y su importancia para la seguridad.	SIEE CSC
6.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.	- Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.	CMCT
7.1. Respetar la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz, entre los niños de la clase.	- Respetar la diversidad de realidades corporales y de niveles de competencia motriz, entre los niños de la clase.	
7.2. Toma conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades.	- Toma conciencia de las exigencias y valoración del esfuerzo que supone aprender nuevas habilidades motrices acuáticas.	
13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	- Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.	
<b>Juegos y actividades deportivas</b>		
8.2. Reconoce la riqueza cultural, la historia y el origen de los juegos y el deporte.	- Valoración de las posibilidades dentro del equipo y de la participación de cada uno de sus miembros con independencia del resultado obtenido.	CEC CSC
9.1. Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos.	- Adopta una actitud crítica ante las modas y la imagen corporal de los modelos.	AA
9.3. Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.	- Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la práctica o en los espectáculos deportivos.	
9.4. Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	- Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	
13.6. Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	- Demuestra autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores sencillos con espontaneidad y creatividad.	
13.9. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	- Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	

## Conclusión

No podemos olvidar que las actividades acuáticas en la escuela pueden convertirse en un medio fundamental para la satisfacción de los objetivos principales del ámbito de Educación Primaria (Moreno, y Gutiérrez, 1998; Moreno y Rodríguez, 1996), siempre y cuando se establezcan las modificaciones razonadas del mismo para su adecuación a este ámbito. Por ello, el objetivo de este documento ha consistido en desarrollar una propuesta de contenidos para las actividades acuáticas adaptadas al currículo de la educación física (LOMCE, 2014) para Educación Primaria en el contexto español.

Al abogar la LOMCE 2014/2015 por un currículo abierto y flexible y estableciendo diferentes niveles de concreción curricular, se dota de autonomía pedagógica a los centros para que adecuen las enseñanzas del currículo a las peculiaridades del mismo. Por lo que la programación didáctica, puede adaptarse, sin ningún problema, al medio acuático, siempre y cuando el docente lo considere necesario. No obstante, esta es una decisión que todavía depende de la voluntad de algunos de los miembros de la comunidad educativa. Nuestra propuesta es que las actividades acuáticas puedan convertirse en un contenido que sea contemplado oficialmente por el currículum.

## Contribución e implicaciones prácticas

La aportación que presenta esta propuesta es la de auxiliar al profesorado que está trabajando con la actividad acuática escolar, proporcionándoles los contenidos adaptados de la educación física del medio terrestre al medio acuático. De esta forma el docente podrá orientarse y aplicar los estándares de aprendizaje de los contenidos propuestos en las clases de actividades acuáticas.

## Referencias

- Albarracín, A. (2003a). ¿Trabajamos la expresión corporal en el agua? En G. Sánchez, B. Taberner, F. J. Coterón, C. Llanos, y B. Learreta (Eds.), *Expresión, Creatividad y Movimiento. I Congreso Internacional de Expresión Corporal y Educación* (pp. 377-383). Salamanca: Amarú.
- Albarracín, A. (2003b). Los libros de texto referidos al medio acuático. En *Actas del Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 195) Granada: Universidad de Granada.
- Albarracín, A., Eserverri, M., & Tuero, C. (1993). El medio acuático en el ámbito escolar. *Perspectivas de la Actividad Física y el Deporte*, 14, 14-17.
- Ley Orgánica 1/1990 de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo. BOE nº 238 de 4 de octubre de 1990.

- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. BOE nº 106 de 4 de mayo de 2006.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa, BOE nº 52 de 1º de marzo de 2014.
- Moreno, J. A. (1998) ¿Hacia dónde vamos en la metodología de las actividades acuáticas? *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital*. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com>. 20/06/2016.
- Moreno, J. A., & Gutiérrez, M. (1998). *Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas*. Barcelona: Inde.
- Moreno, J. A. & Rodríguez, P. L. (1996). El aprendizaje de las habilidades acuáticas en el ámbito educativo. En F. Ruiz (Ed.), *La*

*Educación Física en primaria* (pp. 163-205). Murcia: Universidad de Murcia.

- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.
- Recomendación 2006/962/CE del Parlamento Europeo y del Consejo, de 18 de diciembre de 2006, sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente [Diario Oficial L 394 de 30.12.2006]. Disponible (01/07/16) en: [http://europa.eu/legislation\\_summaries/education\\_training\\_youth/lifelong\\_learning/c\\_11090\\_e\\_s.htm](http://europa.eu/legislation_summaries/education_training_youth/lifelong_learning/c_11090_e_s.htm)