

COLEGIO MATER AMABILIS

C/Gavia seca, 15

Telf. 91 332 49 35

28031 Madrid

www.materamabilis.es**CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA 4º EDUCACIÓN PRIMARIA**

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
Nuestros movimientos. (1) Nuestros huesos nos sostienen. (2) Movimiento muscular. (3) Simetría corporal. (4) Respiración. (5) Vamos a relajarnos. (6) Equilibrar. (7) Cuidando nuestra salud. (8) Cuidando nuestro corazón. (9)	1. Saber cómo se mueve nuestro cuerpo. 2. Conocer e identificar los diferentes tipos de huesos del cuerpo humano. 3. Aprender a cuidar los músculos para el movimiento físico y experimentar con los músculos voluntarios. 4. Diferenciar la parte derecha de la izquierda del cuerpo y distinguir entre ser zurdo o diestro. 5. Aprender a experimentar con eficacia las fases de la respiración. 6. Saber utilizar una técnica de relajación sencilla. 7. Practicar el equilibrio estático y dinámico. 8. Cuidando nuestra salud y aprendiendo hábitos saludables. 9. Comprender la importancia del ejercicio físico en el cuidado del corazón.	1.1. Sabe cómo se mueve el cuerpo. 2.1. Conoce e identifica los diferentes tipos de huesos del cuerpo. 3.1. Aprende a cuidar los músculos para hacer ejercicio físico y experimentar con los músculos voluntarios. 4.1. Distingue entre el lado izquierdo y derecho del cuerpo y distingue entre diestros y zurdos. 5.1. Experimenta con las fases de la respiración. 6.1. Conoce una técnica sencilla para relajarse. 7.1. Practica equilibrios estáticos y dinámicos. 8.1. Crea buenos hábitos para cuidar la propia salud. 9.1. Entiende la importancia de los ejercicios físicos para cuidar el corazón.

COLEGIO MATER AMABILIS

C/Gavia seca, 15

Telf. 91 332 49 35

28031 Madrid

www.materamabilis.es

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
Creciendo. (1) Planos corporales. (2) Combinar habilidades. (3) Pasar y atrapar. (4) Alpinismo. (5) Habilidades de manejo de pelota. (6) Cuidando nuestra salud. (7)	1. Entender por qué el ejercicio físico es una parte importante del crecimiento. 2. Conocer los planos corporales y experimentar con ellos adecuadamente. 3. Revisar y aumentar las habilidades combinadas. 4. Conocer y practicar diferentes tipos de lanzamiento. 5. Practicar la escalada de diferentes equipos. 6. Practicar las habilidades para manejar la pelota. 7. Aprecia la buena salud y sigue una dieta saludable.	1.1. Entiende por qué el ejercicio físico es una parte importante del crecimiento. 2.1. Conoce los planos corporales y sabe cómo experimentarlos correctamente. 3.1. Él / ella revisa y aumenta las habilidades combinadas. 4.1. Conoce y realiza diferentes tipos de lanzamientos. 5.1. Practica la escalada utilizando diferentes equipos. 6.1. Maneja la pelota con habilidad. 7.1. Aprecia la buena salud y sigue una dieta saludable.

COLEGIO MATER AMABILIS

C/Gavia seca, 15

Telf. 91 332 49 35

28031 Madrid

www.materamabilis.es

CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
Fitness para la salud (1) Habilidades físicas básicas (2) Calentamiento (3) Flexibilidad (4) Velocidad (5) Resistencia (6) Esfuerzo físico (7) Cuidando nuestra salud (8) Actividad y descanso (9)	1. Aprender cómo el fitness nos ayuda a mantenernos sanos en general. 2. Conocer nuestras capacidades físicas. 3. Calentamiento correcto. 4. Saber cómo podemos ser flexibles y evaluar la flexibilidad de nuestro propio cuerpo. 5. Practicar y diferenciar los diferentes tipos de velocidad. 6. Apreciar la resistencia y aprender a medir la nuestra. 7. Ser consciente de la importancia del esfuerzo físico sin agotarse. 8. Valorar la importancia de la higiene y llevar ropa adecuada al hacer ejercicio. 9. Obtener un buen equilibrio entre actividad y descanso.	1.1. Sabe cómo la forma física nos ayuda a mantenernos en buena salud en todos los aspectos. 2.1. Conoce las capacidades físicas del cuerpo. 3.1. Calienta correctamente. 4.1. Descubre su propia flexibilidad. 5.1. Practica y diferencia diferentes tipos de velocidad. 6.1. Aprecia la resistencia y aprende a medir la propia. 7.1. Es consciente de la importancia de ejercitar el cuerpo sin agotarse. 8.1. Valora la importancia de la higiene y la vestimenta adecuada al hacer ejercicio. 9.1. Tiene un buen equilibrio entre actividad y descanso.