

Primaria

# Ciencias de la Naturaleza 1

Programación

## Unidad 3

1. Presentación de la unidad
2. Objetivos didácticos
3. Contenidos de la unidad/Criterios de evaluación/Estándares de aprendizaje evaluables
4. Selección de evidencias para el portfolio
5. Competencias: descriptores y desempeños
6. Tareas
7. Estrategias metodológicas
8. Recursos
9. Herramientas de evaluación
10. Medidas para la inclusión y atención a la diversidad
11. Autoevaluación del profesorado

## 1. PRESENTACIÓN DE LA UNIDAD

### Título

Cuido mi salud

### Descripción de la unidad

El núcleo motivador es el cuidado de la propia salud del alumno.

Los contenidos que se trabajan en esta unidad son:

- El aseo.
- El descanso y el tiempo libre.

El desarrollo de la capacidad de autonomía en los alumnos y las alumnas de estas edades se favorece con la práctica de hábitos higiénicos y de salud.

Partiremos de los conocimientos previos del alumno sobre la importancia de la higiene y la prevención de accidentes para alcanzar e interiorizar nuevos aprendizajes.

Es necesario que el alumno adquiera hábitos de higiene y de prácticas deportivas.

Los valores que trataremos se centrarán en el bienestar físico y emocional, así como en el respeto a las normas deportivas.

### Temporalización:

Noviembre          Diciembre

## 2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Conocer los hábitos de higiene y los objetos que se utilizan para el aseo
- Conocer la importancia del descanso para la salud.
- Conocer y discriminar diferentes actividades saludables para el tiempo libre.

### 3. CONTENIDOS DE LA UNIDAD - CRITERIOS DE EVALUACIÓN - ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares de aprendizaje evaluables
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Características del aseo personal y sus beneficios para la salud.</li> <li>• Conocimiento de los objetos necesarios para el aseo personal.</li> <li>• Hábitos de aseo y cuidado personal.</li> <li>• Conocimientos de los momentos más importantes del aseo diario.</li> <li>• Conoce las consecuencias de la falta de higiene.</li> <li>• Reconocimiento de la necesidad del descanso para cuidar la salud.</li> <li>• Comprensión de la necesidad de realizar actividades saludables en el tiempo libre.</li> <li>• Valora y aprecia el tiempo de ocio para realizar y disfrutar de actividades diversas.</li> <li>• Reconocimiento de los sentimientos propios y ajenos, en las relaciones grupales y valoración de la deportividad.</li> </ul>	1. Conocer los beneficios del aseo personal	1.1. Reconoce la importancia del aseo personal diario.
	2. Nombrar los objetos relacionados con el aseo.	2.1. Identifica y nombra los objetos relacionados con el aseo personal. 2.2. Conoce el uso de los objetos de aseo.
	3. Adquirir hábitos de aseo.	3.1. Identifica los momentos principales para el aseo. 3.2. Adquiere los hábitos de aseo personal.
	4. Conocer la importancia del descanso para su salud	4.1. Conoce las horas necesarias de sueño para un buen descanso. 4.2. Reconoce los beneficios del descanso
	5. Conocer las actividades que se realizan en el tiempo libre.	5.1. Nombra las actividades relacionadas con el tiempo libre.
	6. Conocer las normas de comportamiento en las actividades grupales y la deportividad.	6.1. Conoce las actitudes positivas relacionadas con la deportividad.

#### 4. SELECCIÓN DE EVIDENCIAS PARA EL PORTFOLIO

Los estándares de aprendizaje muestran el grado de consecución de los criterios de evaluación desde la propia descripción y concreción del criterio. Para facilitar el seguimiento del desarrollo de cada estándar buscaremos evidencias de los alumnos que muestren su evolución en cada uno de ellos.

En el anexo de evaluación se propone un portfolio de evidencias para los estándares de aprendizaje. El cuadro siguiente sugiere una selección de algunas de estas posibles evidencias. Los docentes podrán sustituirlas por otras que consideren más relevantes para el desarrollo de su grupo.

Libro del alumno (LA) / Propuesta didáctica (PD) / Recursos fotocopiables (RF)

Estándares de aprendizaje evaluables	Selección de evidencias para el portfolio
1.1. Reconoce la importancia del aseo personal diario.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad del LA para identificar imágenes del aseo del cuerpo</li> <li>• Actividades propuestas en el LA</li> <li>• Actividades propuestas en la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y ampliación de los RF</li> <li>• Propuesta de aprendizaje cooperativo de la unidad de la PD</li> </ul>
2.1. Identifica y nombra los objetos relacionados con el aseo personal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades propuestas en el LA</li> <li>• Actividades propuestas en la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y ampliación de los RF</li> </ul>
2.2. Conoce el uso de los objetos de aseo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades propuestas en el LA</li> <li>• Actividades propuestas en la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y ampliación de los RF</li> </ul>
3.1. Identifica los momentos principales para el aseo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades propuestas en el LA</li> <li>• Actividades propuestas en la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y ampliación de los RF</li> </ul>
3.2. Adquiere los hábitos de aseo personal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades propuestas en la PD.</li> </ul>
4.1. Conoce las horas necesarias de sueño para un buen descanso.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad del LA para identificar imágenes y texto sobre las horas adecuadas de descanso</li> <li>• Actividades propuestas en el LA</li> <li>• Actividades propuestas en la PD</li> <li>• Ficha de refuerzo y ampliación de los RF</li> </ul>
4.2. Reconoce los beneficios del descanso.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selección de actividades del LA.</li> <li>• Actividades propuestas en la PD.</li> <li>• Ficha de refuerzo y ampliación de los RF</li> </ul>

5.1. Nombra las actividades relacionadas con el tiempo libre.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Actividades propuestas en el LA</li><li>• Actividades propuestas en la PD</li><li>• Ficha de refuerzo y ampliación de los RF</li><li>• Propuesta de aprendizaje cooperativo de la unidad de la PD</li></ul>
6.1. Conoce las actitudes positivas relacionadas con la deportividad.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Selección de actividades del LA.</li><li>• Actividades propuestas en la PD</li><li>• Ficha de refuerzo de los RF.</li></ul>

## 5. COMPETENCIAS: DESCRIPTORES Y DESEMPEÑOS

Competencia	Descriptor	Desempeño
<i>Comunicación lingüística.</i>	Captar el sentido de las expresiones orales: órdenes, explicaciones, indicaciones, relatos...	Entiende el enunciado de los ejercicios sin necesidad de ayuda.
	Expresar oralmente, de manera ordenada y clara, cualquier tipo de información.	Describe de forma oral las actividades que se realizan en el tiempo libre, así como las acciones encaminadas a proteger la salud.
<i>Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.</i>	Generar criterios personales sobre la visión social de la estética del cuerpo humano frente al cuidado saludable del mismo.	Conoce los hábitos de higiene en relación al cuidado saludable del cuerpo.
	Desarrollar y promover hábitos de vida saludable en cuanto a la alimentación y el ejercicio físico	Conoce la importancia del ejercicio físico como beneficio para su salud
<i>Competencia digital.</i>	Comprender los mensajes elaborados en códigos diversos.	Interpreta con corrección el apoyo visual para la realización de la actividad.
<i>Aprender a aprender.</i>	Planificar recursos necesarios y pasos a realizar en el proceso de aprendizaje.	Sigue los pasos establecidos en la resolución de actividades.
	<i>Inteligencias múltiples:</i> Desarrolla las distintas inteligencias múltiples.	Actúa con deportividad y respeta los sentimientos de los demás.
<i>Competencias sociales y cívicas.</i>	Desarrollar capacidad de diálogo con los demás en situaciones de convivencia y trabajo y para la resolución de conflictos.	Es respetuoso con las normas deportivas y la relación con sus iguales
	<i>Educación en valores:</i> Aprender a comportarse desde el conocimiento de los distintos valores.	Cuida su bienestar físico y emocional practicando hábitos de vida saludable.
<i>Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.</i>	Priorizar la consecución de objetivos grupales a intereses personales.	Participa activamente en las actividades de trabajo cooperativo
<i>Conciencia y expresiones culturales.</i>	Elaborar trabajos y presentaciones con sentido estético.	Realiza el trabajo con pulcritud.

## 6. TAREAS

Libro del alumno (LA) / Propuesta didáctica (PD) / Recursos fotocopiables (RF) / Libro digital (LD)

**Tarea 1:** Trabajamos con la lámina inicial y el texto que la acompaña

- Identificamos ideas previas en el LA y sugerencias metodológicas en la PD.
- Realizamos los ejercicios del LA y del LD.
- Completamos con actividades de la PD

**Tarea 2:** Conocemos los principales hábitos de higiene y utensilios de aseo

- Realizamos las actividades del LA.
- Conocemos las sugerencias metodológicas en la PD.
- Trabajamos en cooperativo como propone la PD.
- Realizamos los ejercicios del LA y del LD.
- Completamos con actividades de la PD
- Realizamos las fichas de refuerzo y ampliación de los RF.
- Exponemos la curiosidad propuesta en la PD.

**Tarea 3:** Trabajamos el concepto de descanso y el número de horas de sueño adecuadas

- Realizamos las actividades del LA.
- Conocemos las sugerencias metodológicas en la PD.
- Realizamos los ejercicios del LA y del LD.
- Completamos con actividades de la PD
- Realizamos las fichas de refuerzo y ampliación de los RF.

**Tarea 4:** Conocemos el concepto de tiempo libre

- Realizamos las actividades del LA
- Conocemos las sugerencias metodológicas de la PD.
- Completamos con actividades de la PD
- Realizamos la ficha de refuerzo y ampliación de los RF.
- Trabajamos en cooperativo como propone la PD.

**Tarea 5: Repaso de la unidad**

- Realizamos las actividades de repaso de la unidad del LA.
- Realizamos las actividades de la PD.
- Trabajamos en cooperativo como propone la PD.
- Recopilamos las actividades para el portfolio del alumno.

**Tarea 6: Tareas**

- Conocemos las sugerencias metodológicas de la PD.
- Realizamos las actividades del LA y de la PD.

**Tarea 7: Repaso trimestral**

- Conocemos las sugerencias metodológicas de la PD.
- Realizamos las actividades del LA y de la PD.

## 7. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

En el desarrollo de las tareas se emplean diversas estrategias metodológicas:

- Las actividades que se proponen en esta unidad permiten que el profesor observe cómo sus alumnos rodean, unen, colorean, subrayan y así sepa el nivel en el que se encuentran y su grado de habilidad para ejecutarlas. Según las necesidades del alumnado, insistiremos más en el refuerzo o en lo que aprenden de nuevo.
- La lámina motivadora y las actividades de la página “Qué sabemos” nos ayudarán a comprobar los conocimientos previos de los alumnos y partir de ellos.
- Exposición del profesor. Las explicaciones de los contenidos de la unidad deberán ir acompañados de ejemplos cercanos al niño o ayudados por material manipulativo.
- A lo largo de la unidad didáctica se proponen actividades que refuerzan los valores del compañerismo y la deportividad, a fin de que el alumno sea capaz de identificarse afectivamente con el estado de ánimo y los sentimientos de otras personas, así como de fomentar el respeto de las normas.
- Trabajo reflexivo individual en el desarrollo de las actividades individuales.
- Trabajo en grupo cooperativo: agrupar a los alumnos en grupos de 3 o 4 alumnos y utilizar las estructuras de cooperativo sugeridas en la guía del profesor para trabajar los principios de definición de objetivo grupal, interdependencia positiva e interacción cara a cara.
- Puesta en común en gran grupo: después del trabajo individual o grupal.
- Adquisición de hábitos: Debido a la edad, los niños no tienen suficiente autonomía ni tienen asimilados los hábitos de higiene, por ello el profesor debe actuar como orientador recordando en qué momentos deben lavarse las manos para que ellos comiencen a adquirir el hábito.

## 8. RECURSOS

Los siguientes materiales de apoyo pueden reforzar y ampliar el estudio de los contenidos del área de Ciencias Naturales:

- Recursos fotocopiables de la propuesta didáctica, con actividades de refuerzo, ampliación y evaluación.
- Cuaderno complementario al libro del alumno.
- Lectura de los libros: “Cuando los borregos no pueden dormir” (bilingüe) Autor: Kitamura, Satoshi. Colección We read/leemos. Editorial. Anaya.
- Materiales : murales, cartulinas, pinturas...
- Mural de la unidad, en el que se muestra un polideportivo y la práctica de diversos deportes
- Canción: El más sano seré.

### Recursos digitales

- Libro digital: Los alumnos podrán reforzar o ampliar los contenidos estudiados utilizando los recursos digitales disponibles.
- CD que acompaña a la propuesta didáctica, con los recursos fotocopiables.
- A continuación se recogen algunos enlaces Web:
  - Aprendemos a cuidarnos: <http://contenidos.educarex.es/mci/2008/32/index2.htm>



## 9. HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN

- Registro de evaluación (en el anexo de evaluación).
- Prueba de evaluación de la unidad (en los recursos fotocopiables).
- Otros recursos: rúbrica, diana, etc. (en el anexo de evaluación).

## 10. MEDIDAS PARA LA INCLUSIÓN Y ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

- ¿Qué dificultades y potencialidades preveo en el grupo durante el desarrollo de la unidad?
- ¿Cómo voy a minimizar las dificultades?
- ¿Qué necesidades individuales preveo en el desarrollo de la unidad?
- ¿Qué recursos y estrategias manejaré para atender a las necesidades individuales?

## 11. AUTOEVALUACIÓN DEL PROFESORADO

- ¿Qué porcentaje de alumnos han alcanzado los objetivos de aprendizaje de la unidad?
- ¿Qué es lo que mejor ha funcionado en esta unidad?
- ¿Qué cambiaría en el desarrollo de la unidad el próximo curso? ¿Por qué?