

OBXECTIVOS XERAIS DA ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

A educación Física na Educación Primaria ten como obxectivo contribuir a desenvolver nos alumnos e alumnas as capacidades seguintes:

Coñecer e valora-lo seu propio corpo e a actividade física como medio de exploración e disfrute das súas posibilidades motrices, de relación cos demais e como recurso para organiza-lo tempo libre.

Adoitar hábitos de hixiene, alimentación, de posturas e de exercicio físico, manifestando unha actitude responsable cara ó seu propio corpo e de respecto ós demais, relacionando o mesmo tempo estes hábitos cos efectos na saúde.

Regular e dosifica-lo esforzo, ata cegar a un nivel de autoesixencia acorde coas posibilidades e a natureza de tarefa que se realiza, utilizando como criterio fundamental de valoración o esforzo que se precisa, e non o resultado obtido.

Resolver problemas que esixan o dominio dos patróns motrices básicos, adecuándose ós estímulos perceptivos e seleccionando os movementos, previa valoración das súas posibilidades.

Utiliza-las súas capacidades físicas básicas e destrezas motrices e o seu coñecemento da estrutura e funcionamento do corpo para a actividade física e para adaptalo as circunstancias e condicións que ocorren en cada situación.

Participar en xogos e actividades establecendo relacións e condicións equilibradas e constructivas cos demais evitando a discriminación por características persoais, sexuais e sociais, así como os comportamentos agresivos e as actitudes de rivalidade nas actividades competitivas.

Coñecer e valorar as distintas actividades físicas e deportivas e os entornos nos que se desenvolgan, participando na súa conservación e se é posible melloralas.

Utiliza-los recursos expresivos do corpo e do movemento para comunicar sensacións, ideas e estados de ánimo e comprender mensaxes expresados deste xeito.