

CONOCIMIENTO DE SI MISMO Y AUTONOMÍA PERSONAL

OBJETIVOS

1. Formarse una imagen ajustada y positiva de sí mismo, a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal y valorando la diversidad como una realidad enriquecedora.
2. Conocer y representar su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo y utilizando las posibilidades motrices, sensitivas, expresivas y cognitivas, coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.
3. Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de denominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, los de los otros, para posibilitar unas relaciones fluidas y gratificantes.
4. Adoptar actitudes de valoración y respeto hacia las características y cualidades de otras personas, aceptando su diversidad y cualquier rasgo diferenciador por razones de sexo, etnias, opinión, etc. Y empezar a valorar la diversidad como una realidad enriquecedora.
5. Realizar, de manera cada vez más autónoma, actividades habituales y tareas sencillas para resolver problemas de la vida cotidiana, aumentando el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa y desarrollando estrategias para satisfacer sus necesidades básicas.
6. Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros en actividades cotidianas y de juego, desarrollando actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración y evitando comportamientos de sumisión o dominio.
7. Aceptar las pequeñas frustraciones y reconocer los errores propios, manifestando una actitud tendente a superar las dificultades que se plantean, buscando en los otros la colaboración oportuna cuando sea necesario y aceptando la ayuda que le prestan los demás.
8. Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.



CONTRIBUCIÓN A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

	Cel	SyC	AA	1. Dar muestra de un conocimiento progresivo de su esquema corporal y de un control creciente de su cuerpo, global y sectorialmente, manifestando confianza en sus posibilidades y respeto a los demás.
			Ael	
		SyC	AA	2. Participar en juegos, mostrando destrezas motoras y habilidades manipulativas, y regulando la expresión de sentimientos y emociones.
			Ael	
		SyC	AA	3. Realizar autónomamente y con iniciativa actividades habituales para satisfacer necesidades básicas, consolidando progresivamente hábitos de cuidado personal, higiene, salud y bienestar.
			Ael	

Códigos de competencias básicas

LI

Comunicación lingüística

Cel

Conocimiento e interacción con el mundo físico

SyC

Social y Ciudadana

AA

Aprender a aprender

MA

Matemática

IyD

Tratamiento de la Información y Digital

CA

Cultural y Artística

Ael

Autonomía e Iniciativa personal



CONTENIDOS

3 AÑOS

4 AÑOS

5 AÑOS

El cuerpo y la propia imagen

- | | | |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Exploración y reconocimiento del propio cuerpo. Identificación, valoración y aceptación progresiva de las características propias. • Percepción de los cambios físicos propios y de su relación con el paso del tiempo • Observación y experimentación con los objetos y el espacio más próximos. Establecimiento de referencias espaciales en relación con el propio cuerpo. • Utilización de los sentidos para percibir su realidad inmediata. • Manifestación de las necesidades básicas del cuerpo. • Expresión de sentimientos, emociones, vivencias... • Reconocimiento de las emociones básicas. • Conocimiento de las propias posibilidades y limitaciones. • Aceptación positiva de las características de los demás. | <ul style="list-style-type: none"> • Exploración y reconocimiento del propio cuerpo. Identificación, valoración y aceptación progresiva de las características propias. Elaboración y representación de un esquema corporal básico. • Percepción de los cambios físicos propios y de su relación con el paso del tiempo. Iniciación en la apreciación del tiempo cronológico. • Percepción y estructuración de espacios interpersonales y entre objetos, que permitan su manipulación y transformación. Establecer referencias espaciales en relación con el propio cuerpo. • Utilización de los sentidos para percibir su realidad inmediata, así como expresar verbalmente sensaciones y percepciones básicas. • Manifestación, regulación y control de las necesidades básicas del cuerpo. • Identificación y expresión de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás. • Respeto por las producciones propias y las de los demás. • Reconocimiento y verbalización de las emociones básicas. • Aceptación y valoración de sí mismo de forma ajustada y positiva. • Valoración positiva y respeto de las diferencias, aceptación de la identidad y | <ul style="list-style-type: none"> • Exploración y reconocimiento del propio cuerpo. Identificación, valoración y aceptación progresiva de las características propias. Elaboración y representación de un esquema corporal cada vez más ajustado y completo. • Identificación de las articulaciones principales del cuerpo Discriminación de las partes de la cara a un lado y al otro del eje de simetría. • Relación entre las partes del cuerpo y las prendas de vestir. • Percepción de los cambios físicos propios y de su relación con el paso del tiempo. Apreciación del tiempo cronológico y el tiempo subjetivo a partir de vivencias. • Percepción y estructuración de espacios interpersonales y entre objetos, reales e imaginarios, en experiencias vitales que permitan sentir, manipular y transformar dichos espacios. Establecer referencias espaciales en relación con el propio cuerpo. • Identificación y utilización de los sentidos como expresión de sensaciones y percepciones. • Identificación, manifestación, regulación y control de las necesidades básicas del cuerpo. Confianza y autonomía en las capacidades propias para su satisfacción. • Identificación y expresión de sentimientos, emociones, vivencias, preferencias e intereses propios y de los demás. Iniciación en la toma de conciencia emocional y participación en conversaciones sobre vivencias afectivas. Voluntad y esfuerzo en la adaptación progresiva de la expresión de los propios sentimientos y emociones, adecuándola a cada contexto. • Asociación y verbalización progresiva de causas y consecuencias de emociones básicas, como cariño, alegría, miedo, tristeza o rabia. • Aceptación y valoración de sí mismo de forma ajustada y positiva, conociendo las posibilidades y limitaciones propias. • Valoración positiva y respeto de las diferencias, aceptación de la identidad y |
|--|---|---|



	características de los demás, evitando actitudes discriminatorias.	características de los demás, evitando actitudes discriminatorias.
El juego y el movimiento		
<ul style="list-style-type: none"> Gusto e interés por la exploración sensoriomotriz para el conocimiento personal y la relación con los objetos. Iniciativa para aprender habilidades nuevas. Exploración de las habilidades motrices básicas más habituales. Exploración del entorno a través del juego. Disfrute con el juego. Participación en juegos y actividades de movimiento. Iniciación en el juego con los demás. Adquisición de un progresivo control postural, del tono, equilibrio y respiración, tanto en reposo como en movimiento. Mostrar satisfacción por el creciente dominio corporal. Adquisición de nociones básicas de orientación en relación a sí mismo. Práctica de juegos populares y tradicionales de nuestro país así como de otros países de habla inglesa. 	<ul style="list-style-type: none"> Gusto e interés por la exploración sensoriomotriz para el conocimiento personal, el de los demás y la relación con los objetos. Iniciativa para aprender habilidades nuevas y deseo de superación personal. Exploración y adquisición de un progresivo control de las habilidades motrices básicas más habituales. Juegos motores, sensoriales, simbólicos y de reglas. Exploración del entorno a través del juego. Disfrute con el juego. Confianza en las propias posibilidades de acción y participar en los juegos y actividades físicas. Interactuación y autocontrol en los juegos con los demás. Adquisición de un progresivo control postural, del tono, equilibrio y respiración, tanto en reposo como en movimiento. Mostrar satisfacción por el creciente dominio corporal. Adquisición de nociones básicas de orientación en relación a sí mismo, y a los objetos.. Práctica de juegos populares y tradicionales de nuestro país así como de otros países de habla inglesa. 	<ul style="list-style-type: none"> Gusto e interés por la exploración sensoriomotriz para el conocimiento personal, el de los demás y la relación con los objetos. Exploración y valoración de las posibilidades y limitaciones perceptivas, motrices y expresivas propias y de los demás. Iniciativa para aprender habilidades nuevas y deseo de superación personal. Exploración y adquisición de un progresivo control de las habilidades motrices básicas más habituales, como la marcha, la carrera, el salto y los lanzamientos. Juegos motores, sensoriales, simbólicos y de reglas. Exploración del entorno a través del juego. Adquisición de un sentimiento de seguridad personal en la participación en juegos diversos. Disfrute con el juego. Confianza en las propias posibilidades de acción, participación y esfuerzo en los juegos y en el ejercicio físico. Comprensión y aceptación de las reglas para jugar, participación en su regulación y valoración de su necesidad y el papel del juego como medio de disfrute y de relación con los demás. Adquisición de un progresivo control postural, del tono, equilibrio y respiración, tanto en reposo como en movimiento. Mostrar satisfacción por el creciente dominio corporal. Adquisición de nociones básicas de orientación (derecha/izquierda) y coordinación de movimientos. Práctica de juegos populares y tradicionales de nuestro país así como de otros países de habla inglesa.
La actividad y la vida cotidiana		
<ul style="list-style-type: none"> Realización de actividades propias de la vida cotidiana. Iniciativa y progresiva autonomía en su realización. Conocimiento de las normas colectivas. 	<ul style="list-style-type: none"> Realización de actividades propias de la vida cotidiana. Iniciativa y progresiva autonomía en su realización. Regulación del propio comportamiento. Valoración y respeto por las normas colectivas. 	<ul style="list-style-type: none"> Realización de actividades propias de la vida cotidiana. Iniciativa y progresiva autonomía en su realización. Regulación el propio comportamiento, la satisfacción por la realización de tareas y la consciencia de la propia competencia. Discusión, reflexión, valoración y respeto de las normas colectivas que



regulan la vida cotidiana.

- | | | |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Iniciación de hábitos y actitudes de atención y esfuerzo. • Relaciones de afecto con las personas adultas y con los iguales. | <ul style="list-style-type: none"> • Adquisición de hábitos y actitudes de organización, constancia, atención, iniciativa y esfuerzo. Valoración del trabajo bien hecho por uno mismo y por los demás. • Relaciones de afecto con las personas adultas y con los iguales. respetando las características y diferencias de los demás. | <ul style="list-style-type: none"> • Adquisición de hábitos y actitudes de organización, constancia, atención, iniciativa y esfuerzo. Valoración del trabajo bien hecho por uno mismo y por los demás. • Habilidades para la interacción y colaboración y actitud positiva para establecer relaciones de afecto con las personas adultas y con los iguales. Actitud y comportamiento prosocial, manifestando empatía y sensibilidad hacia las dificultades de los demás. |
|---|--|--|

El cuidado personal y la salud

- | | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento y desarrollo de hábitos de vida saludables. • Práctica progresiva y con autonomía de hábitos saludables: higiene corporal, alimentación y descanso. • Valoración de un aspecto personal cuidado. Colaboración en el mantenimiento de ambientes limpios y ordenados. • Conocimiento de las normas básicas de vida saludable. • Reconocimiento de situaciones de riesgo, y desarrollo de actitudes preventivas. | <ul style="list-style-type: none"> • Valoración de acciones y situaciones que favorecen la salud y generan bienestar propio y de los demás. • Práctica y autonomía de hábitos saludables y utilización adecuada de espacios y objetos. • Valoración de un aspecto personal cuidado. Colaboración en el mantenimiento de ambientes limpios y ordenados. • Aceptación y valoración de las normas básicas de vida saludable. • Reconocimiento de situaciones de riesgo, y desarrollo de actitudes preventivas. | <ul style="list-style-type: none"> • Valoración de acciones y situaciones que favorecen la salud y generan bienestar propio y de los demás. Verbalización de vivencias personales en este campo y valoración de las mismas. • Práctica progresiva y con autonomía de hábitos saludables: higiene corporal, alimentación y descanso. Utilización adecuada de espacios y objetos. Petición y aceptación de ayuda en situaciones que la requieran. Valoración de la actitud de ayuda de otras personas. • Valoración de un aspecto personal cuidado. Colaboración en el mantenimiento de ambientes limpios y ordenados. Sentimiento de bienestar y sosiego. • Aceptación y valoración de las normas básicas de vida saludable. • Valoración de forma ajustada de los factores de riesgo que afecten directamente a la salud y adoptar comportamientos de prevención y seguridad en situaciones habituales. Identificación y reconocimiento progresivo del dolor y la enfermedad propia y de los demás. Actitud de tranquilidad y colaboración en situaciones de enfermedad y de pequeños accidentes. |
|--|--|--|



CRITERIOS DE EVALUACIÓN. INDICADORES DE EVALUACIÓN. SABERES BÁSICOS.

Se desarrollan en las tablas que siguen. Cada criterio se subdivide en indicadores y de cada uno de ellos se especifican ítems de evaluación para cada uno de los cursos y su relación con su contribución al desarrollo de las competencias básicas. Los **saberes básicos** se resaltan mediante un formato de distinto coloreado de celda.

1. Dar muestra de un conocimiento progresivo de su esquema corporal y de un control creciente de su cuerpo, global y sectorialmente, manifestando confianza en sus posibilidades y respeto a los demás.

Ael	AA	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
L.1 Muestra coordinación y control tanto en situaciones de reposo como de movimiento.				
R	Ael	a) Realiza desplazamientos con diversas posturas: caminar, correr, saltar, subir, bajar, agacharse, para atrás, reptar...	a) Realiza desplazamientos con diversas posturas: caminar, correr, saltar, subir, bajar, de puntillas, en cuclillas, agacharse, para atrás, reptar...	a) Realiza desplazamientos con diversas posturas: caminar, correr, saltar, girar, subir, bajar, de puntillas, a la pata coja, en cuclillas, agacharse, para atrás, reptar...
	AA			
R	Ael	b) Manifiesta seguridad en sus capacidades motoras (subir y bajar escaleras alternando los pies, saltar desde una altura de 40 cm).	b) Manifiesta seguridad en sus capacidades motoras (equilibrio en blando y en duro).	b) Manifiesta seguridad en sus capacidades motoras (equilibrio, desequilibrio, subir, bajar, caer...).
	AA			
L.2 Muestra destreza en habilidades de carácter fino.				
C R	Ael	a) Coordina y controla habilidades manipulativas de carácter fino: pintar, arrugar, picar...	a) Coordina y controla habilidades manipulativas de carácter fino: colorear, repasar, pegar, estampar, recortar, picar...	a) Coordina y controla habilidades manipulativas de carácter fino: rasgar, doblar, calcar, coser...
	AA			
L.3 Identifica las partes del cuerpo en sí mismo, en el de otro niño y en un dibujo.				
A R	Ael	a) Identifica las principales partes del cuerpo: cabeza (pelo, ojos, nariz, boca, orejas) barriga, culo, manos, pies y dedos.	a) Identifica las partes segmentarias del cuerpo (cabeza, tronco, piernas y brazos).	a) Identifica las partes del cuerpo global y segmentariamente, sus simetrías, articulaciones (cuello, hombros, cintura, rodillas, codo, muñecas...) y partes de la cara (cejas, pestañas, párpados...
	AA			
L.4 Construye su imagen corporal de manera ajustada y positiva..				
C R	Ael	a) Se dibuja a sí mismo globalmente. En la cara, ojos, nariz y boca.	a) Se dibuja a si mismo con cuerpo y extremidades.	a) Se dibuja a si mismo con gran cantidad de detalles.
	AA			
R	Ael	b) Participa ampliando sus capacidades motoras en actividades que se le propongan.	b) Participa ampliando sus capacidades motoras en actividades que se le propongan, aumentando la dificultad de las diferentes situaciones.	b) Busca ampliar sus capacidades motoras realizando las actividades que se le propongan.
	AA			
L.5 Manifiesta respeto y aceptación por las características de los demás, valorando los rasgos diferenciadores y mostrando actitudes de ayuda y colaboración				
R	Ael	a) Capta y diferencia características globales de otras personas: altura,	a) Capta y diferencia características y cualidades de las otras personas:	a) Capta y diferencia características y cualidades de las otras personas:
	AA			



		color del pelo.	altura, características del pelo y la piel...	altura, color del pelo, ojos, piel, constitución corporal...
R	Ael AA	b) Respeta y acepta las diferencias entre personas	b) Respeta y acepta las diferencias entre personas y colabora con los demás niños sin mostrar actitudes de discriminación	b) Respeta y acepta las diferencias entre personas y ayuda a los demás niños sin mostrar actitudes de discriminación
Cel	AA	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
L.6 Distingue los sentidos e identificar sensaciones a través de ellos				
A R	Cel AA	a) Conoce y nombra los siguientes colores: amarillo, rojo y azul.	a) Conoce y nombra todos los colores.	a) Conoce y nombra los colores con sus matices
R	Cel AA	b) Discrimina sensaciones auditivas (agudo-grave, fuerte-suave), olfativas (agradable, desagradable), gustativas (dulce) y táctiles (blando, duro, frío, caliente, mojado, seco).	b) Discrimina sensaciones auditivas (identifica sonidos habituales y su intensidad), olfativas, gustativas (dulce, salado...) y táctiles (suave, áspero...).	b) Identifica y reconoce los sentidos y sus funciones y describe distintas sensaciones.
SyC	AA Ael	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
L.7 Expresa oral y corporalmente emociones, sentimientos y necesidades siendo sensible a las de los demás				
R	Ael AA	a) Manifiesta sus preferencias y comunica sus necesidades y deseos.	a) Manifiesta su estado de ánimo, sentimientos y emociones (verbales y no verbales).	a) Identifica y expresa sus estados de ánimo, sus propios gustos y preferencias.
R	SyC AA	b) Se expresa con palabras o gestos afectuosos hacia sus compañeros y compañeras (lo has hecho muy bien, estás muy guapo o guapa...).	b) Se expresa con palabras o gestos afectuosos hacia sus compañeros y compañeras (lo has hecho muy bien, estás muy guapo o guapa...).	b) Se expresa con palabras o gestos afectuosos hacia sus compañeros y compañeras (lo has hecho muy bien, estás muy guapo o guapa...).
R	SyC AA	c) Es sensible a los sentimientos de los demás (ofrece su ayuda, les manifiesta su comprensión...).	c) Es sensible a los sentimientos de los demás (ofrece su ayuda, les manifiesta su comprensión...).	c) Es sensible a los sentimientos de los demás (ofrece su ayuda, les manifiesta su comprensión...).

2. Participar en juegos, mostrando destrezas motoras y habilidades manipulativas y regulando la expresión de sentimientos y emociones

		3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
2.1. Participa activamente en los juegos				
R	SyC Ael	a) Por iniciativa propia juega con los compañeros.	a) Acepta sugerencias de los otros niños y niñas para incorporar a las situaciones de juego colectivas.	a) Acepta sugerencias de los otros niños y niñas y muestra creatividad practicando variedad de juegos, inventando juegos nuevos, proponiendo normas...
R	SyC Ael	b) Utiliza diversidad de objetos en las situaciones de juego	b) Utiliza diversidad de objetos en las situaciones de juego	b) Planifica y busca lo que necesita para jugar
R	SyC Ael	c) Es capaz de asumir algunos roles en el juego simbólico.	c) Es capaz de asumir diferentes roles en el juego simbólico.	c) Es capaz de asumir diferentes roles en el juego simbólico.
AA		3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
2.2. Muestra destrezas motrices, coordinación y control de movimientos en el juego.				
R	AA	a) Se esfuerza en los juegos motores.	a) Intenta coordinar su acción con la de	a) Coordina su acción con la de los



		los compañeros cuando el juego lo requiere.	compañeros cuando el juego lo requiere.
SyC	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
2.3. Muestra actitudes de respeto y aceptación hacia las reglas del juego: regula sentimientos y emociones.			
R	SyC a) Es capaz de jugar respetando las reglas establecidas	a) Cumple las normas de los juegos sin dificultad.	a) Participa en juegos grupales y respeta las normas establecidas colaborando con los otros.
R	SyC b) Se inicia en el autocontrol de conductas.	b) Responde de forma adecuada a las provocaciones y agresiones de los demás.	b) En situaciones de conflicto expone el problema, escucha a la otra parte implicada y reconoce las consecuencias.

3. Realizar autónomamente y con iniciativa actividades habituales para satisfacer necesidades básicas, consolidando progresivamente hábitos de cuidado personal, higiene, salud y bienestar.

Ael	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
3.1 Demuestra autonomía en su aseo y cuidado personal.			
R	Ael a) Adquiere hábitos de higiene personal: Sabe ir al baño a hacer sus necesidades fisiológicas y limpiarse, y lavarse y secarse las manos.	a) Adquiere hábitos de higiene personal: Sabe enjabonar, aclarar y secarse las manos; se suena y se viste.	a) Realiza con autonomía hábitos de higiene personal: Sabe enjabonar, aclarar y secarse las manos; se suena; vuelve la prenda al derecho y se viste y desviste.
R	Ael b) Adquiere hábitos de alimentación saludable.	b) Adquiere hábitos de alimentación saludable.	b) Adquiere hábitos de alimentación saludable.

Ael	AA	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
3.2 Se orienta tanto en el espacio y el tiempo como en su relación con los objetos				
R	Ael	a) Se orienta adecuadamente en los espacios cotidianos (aula).	a) Se orienta adecuadamente en los espacios cotidianos (escuela).	a) Se orienta adecuadamente en los espacios cotidianos (lugares próximos).
R	AA Ael	b) Se adapta a las actividades cotidianas en los tiempos que se realizan.	b) Reconoce las actividades cotidianas en los tiempos que se realizan.	b) Relaciona las actividades cotidianas con los tiempos en que se realizan.

SyC	AA	Ael	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
3.3 Muestra confianza en sus posibilidades para realizar las tareas encomendadas.					
R	Ael AA	a) Realiza y acaba la tarea. Pide ayuda cuando la situación lo requiere.	a) Realiza y acaba la tarea. Pide ayuda cuando la situación lo requiere.	a) Se desenvuelve de forma autónoma y resuelve situaciones diversas (ordena lo utilizado, se expresa en la asamblea, manifiesta las dificultades que se encuentra...).	
R	Ael AA	b) Acepta las tareas que se le proponen.	b) Muestra confianza y seguridad al realizar las tareas.	b) Realiza sus tareas sin ningún tipo de ayuda.	
R	Ael SyC	c) Colabora en las actividades del aula por propia iniciativa.	c) Colabora, ayuda y trabaja en equipo sin dificultad. Participa en actividades cooperativas.	c) Colabora, ayuda y trabaja en equipo sin dificultad. Es capaz de llegar a acuerdos en actividades cooperativas.	

SyC	Ael	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
3.4 Cuida el material y mantiene limpios los espacios del centro.				
R	Ael	a) Cuida y recoge los materiales que utiliza.	a) Cuida y recoge los materiales que utiliza.	a) Cuida y recoge los materiales que utiliza.



R	Ael SyC	b) Mantiene limpios los espacios del centro (aula, patios, pasillos...).	b) Mantiene limpios los espacios del centro (aula, patios, pasillos...).	b) Mantiene limpios los espacios del centro (aula, patios, pasillos...).
SyC	Ael	3 AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
3.5 Colabora en la creación de un ambiente agradable y ordenado en clase.				
R	Ael SyC	a) Presta atención a las rutinas diarias y adecua su comportamiento a ellas.	a) Conoce y respeta las normas de la asamblea, de los espacios-rincones, del baño y del patio.	a) Muestra actitudes de respeto y aceptación de las normas básicas de convivencia

