PROGRAMACIONES DIDÁCTICAS ESO, BACHILLERATO Y FP. BÁSICA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Profesores:

Nadia Arroyo

David Otalora

Justo Ortega Acosta: Jefe del Departamento

CURSO 2023-2024

ÍNDICE **PÁGINA**

- **PROGRAMACIÓN 1º ESO:** **4**
- **SABERES BÁSICOS** **4**
- **DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS** **16**
- **MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD** **20**
- **MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS** **22**
- **ACT.COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES** **23**
- **CONCRECIÓN ELEMENTOS TRANSVERSALES** **23**
- **ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN** **26**
- **EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA** **35**
- **MEDIDAS PARA ESTIMULAR LA LECTURA** **35**

- **PROGRAMACIÓN 2º ESO:** **36**
- **SABERES BÁSICOS** **36**
- **DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS** **45**
- **MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD** **48**
- **MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS** **50**
- **ACT.COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES** **51**
- **CONCRECIÓN ELEMENTOS TRANSVERSALES** **51**
- **ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN** **53**
- **EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA** **62**
- **MEDIDAS PARA ESTIMULAR LA LECTURA** **62**

- **PROGRAMACIÓN 3º ESO:** **64**
- **SABERES BÁSICOS** **64**
- **DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS** **76**
- **MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD** **79**
- **MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS** **81**
- **ACT.COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES** **82**
- **CONCRECIÓN ELEMENTOS TRANSVERSALES** **82**
- **ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN** **83**
- **EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA** **93**
- **MEDIDAS PARA ESTIMULAR LA LECTURA** **93**

- **PROGRAMACIÓN 4º ESO:** **95**
- **SABERES BÁSICOS** **95**
- **DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS** **106**
- **MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD** **109**
- **MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS** **111**
- **ACT.COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES** **112**
- **CONCRECIÓN ELEMENTOS TRANSVERSALES** **112**

- ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN 114
- EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA 123
- MEDIDAS PARA ESTIMULAR LA LECTURA 123

- PROGRAMACIÓN 1º BACHILLERATO 125
- SABERES BÁSICOS 125
- DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS 142
- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 145
- MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS 147
- ACT.COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES 148
- CONCRECIÓN ELEMENTOS TRANSVERSALES 148
- ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN 149
- EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA 158
- MEDIDAS PARA ESTIMULAR LA LECTURA 159

- PROGRAMACIÓN 1º FP. BÁSICA 160
- SABERES BÁSICOS 162
- ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN 169
- DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS 177
- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 179
- ACT.COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES 181
- MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS 181
- EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA 182
- MEDIDAS PARA ESTIMULAR LA LECTURA 183

- PROGRAMACIÓN 2º FP. BÁSICA 185
- SABERES BÁSICOS 187
- ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN 192
- DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS 201
- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 203
- ACT.COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES 205
- MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS 205
- EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA 206
- MEDIDAS PARA ESTIMULAR LA LECTURA 207

IES EDUARDO LINARES LUMERAS	Curso Escolar: 2023/24

Programación

Materia: EFI1EA - Educación Física	Curso: 1º	ETAPA: Educación Secundaria Obligatoria

Plan General Anual

UNIDAD UF1: BIENVENIDOS AL CENTRO. ME DIVIERTO TRABAJANDO MI CF DE FORMA SALUDABLE. HIGIENE POSTURAL Y CORPORAL. PRACTICO ATLETISMO.	Fecha inicio prev.: 11/09/2023	Fecha fin prev.: 17/11/2023	Sesiones prev.: 20

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Educación postural: relajación. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para prevenir, y en su caso tratar, el dolor muscular de aparición tardía.

0.2 - Salud social: efectos sobre la salud de malos hábitos vinculados a comportamientos sociales.

0.3 - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.3 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

0.4 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

0.5 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

0.6 - Actuaciones ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Conducta PAS (proteger, ayudar, socorrer). Protocolo 112.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.3 - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1.Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba escrita:30% • Prueba práctica motriz:50% • Trabajos:20% • Prueba escrita:30% • Prueba práctica motriz:50% • Trabajos:20%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.2.Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba escrita:50% • Trabajos:50% • Prueba escrita:50% • Trabajos:50%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.3.Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40% • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba escrita:50% • Trabajos:50% • Prueba escrita:50% • Trabajos:50%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.5.Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba escrita:100%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
UNIDAD UF2: MEJORO MI COORDINACIÓN: JUEGOS MALABARES		**Fecha inicio prev.: 20/11/2023**	**Fecha fin prev.: 08/12/2023**	**Sesiones prev.: 6**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.2 - Preparación de la práctica motriz: autoconstrucción de materiales como complemento y alternativa en la práctica de actividad física y deporte.

0.3 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

0.4 - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en propuestas individuales.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.1 - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos como manifestación de la interculturalidad.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1.Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba escrita:30% • Prueba práctica motriz:50% • Trabajos:20% • Prueba escrita:30% • Prueba práctica motriz:50% • Trabajos:20%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.2.Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba escrita:50% • Trabajos:50% • Prueba escrita:50% • Trabajos:50%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.3.Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40% • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CE • CPSAA

5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	#.5.2.Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CC • CE • STEM

UNIDAD UF3: JUGAMOS A FÚTBOL	**Fecha inicio prev.: 08/01/2024**	**Fecha fin prev.: 16/02/2024**	**Sesiones prev.: 12**

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

0.3 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

0.4 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

0.4 - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en propuestas individuales.

0.5 - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

0.2 - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

0.3 - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.4 - Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.

0.5 - Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.3.Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40% • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CE • CPSAA
	#.2.2.Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CE • CPSAA

3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:100%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.2.Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:30% • Prueba escrita:70% • Escala de observación:30% • Prueba escrita:70%	0,625	• CC • CCEC

UNIDAD UF5: APRENDO A ORIENTARME	**Fecha inicio prev.: 11/12/2023**	**Fecha fin prev.: 22/12/2023**	**Sesiones prev.: 4**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.3 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.5 - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.6 - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

0.7 - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).

0.8 - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CE • CPSAA
5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	#.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CC • CE • STEM
	#.5.2.Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CC • CE • STEM

UNIDAD UF6: INICIACIÓN AL BALONMANO	Fecha inicio prev.: 05/04/2024	Fecha fin prev.: 17/05/2024	Sesiones prev.: 12

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

0.3 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

0.4 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

0.2 - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

0.3 - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.4 - Deporte y perspectiva de género: medios de comunicación y promoción del deporte en igualdad. Presencia y relevancia de figuras del deporte.

0.5 - Influencia del deporte en la cultura actual: el deporte como fenómeno de masas.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.3.Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40% • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CE • CPSAA
	#.2.2.Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CE • CPSAA

3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:100%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.2.Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:30% • Prueba escrita:70% • Escala de observación:30% • Prueba escrita:70%	0,625	• CC • CCEC

UNIDAD UF7: MIRA COMO BAILO. RELAJACIÓN	**Fecha inicio prev.: 20/05/2024**	**Fecha fin prev.: 19/06/2024**	**Sesiones prev.: 9**

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.3 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

0.4 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.1 - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos como manifestación de la interculturalidad.
0.2 - Usos comunicativos de la corporalidad: expresión de sentimientos y emociones en diferentes contextos.
0.3 - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:100%	0,625	• CC • CCL • CPSAA

4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CC • CCEC
	#.4.3.Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	**Eval. Ordinaria:** • Dramatizaciones:100% • Dramatizaciones:100%	0,625	• CC • CCEC

UNIDAD UF8: JUEGOS Y DEPORTES DE RAQUETA: BÁDMINTON. ACTIVIDADES RECREATIVAS: FLOORBALL	**Fecha inicio prev.: 19/02/2024**	**Fecha fin prev.: 22/03/2024**	**Sesiones prev.: 10**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

0.3 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

0.4 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales. Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

0.4 - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en propuestas individuales.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones. Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

0.3 - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.3.Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40% • Escala de observación:30% • Prueba escrita:30% • Trabajos:40%	0,625	• CCL • CD • CPSAA • STEM
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CE • CPSAA
	#.2.2.Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CE • CPSAA

3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50% • Escala de observación:50% • Prueba práctica motriz:50%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo- sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:100%	0,625	• CC • CCL • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CC • CCEC
	#.4.2.Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad vinculados a dichas manifestaciones.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:30% • Prueba escrita:70% • Escala de observación:30% • Prueba escrita:70%	0,625	• CC • CCEC
5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	#.5.2.Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba práctica motriz:100% • Prueba práctica motriz:100%	0,625	• CC • CE • STEM

Revisión de la Programación

Otros elementos de la programación

Decisiones metodológicas y didácticas. Situaciones de aprendizaje

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Consideramos la Educación Física como disciplina escolar que da importancia tanto al proceso como a los resultados. Contemplamos una materia que se desarrolla mediante un proceso rico en experiencias y vivencias formativas, pero un proceso en el que se valore el esfuerzo necesario para conseguir los aprendizajes. La programación de los saberes básicos se ha realizado teniendo presente el objetivo de que nuestros alumnos obtengan un aprendizaje significativo y funcional. Al principio de curso, se utilizarán los procedimientos que se consideren más adecuados para detectar el nivel de partida de los alumnos/as, así como sus experiencias previas e intereses en los saberes que se van a trabajar. Se tratará de individualizar la enseñanza en la medida de lo posible, dando respuesta a la diversidad de los alumnos y alumnas en cuanto a capacidades, habilidades, motivaciones, intereses, estilos de aprendizaje, etc.	Para ello adaptaremos la dificultad e intensidad de las tareas que proponemos, al nivel de capacidad y habilidad detectado en la evaluación inicial. Utilizaremos estilos, técnicas, estrategias, variadas, con el fin de adaptar la metodología a las características de los alumnos y a sus diferentes formas de aprender, teniendo en cuenta también los que son más idóneos y eficaces en el contenido que se está enseñando. Cuando sea factible, se dará opción a los alumnos para que puedan elegir las actividades o los ejercicios que más les interesen o que se adecuen mejor a su nivel de capacidad. Propugnamos un tipo de enseñanza activa y participativa, implicando al alumno en su propio proceso de aprendizaje, dotándole de una autonomía creciente y progresiva y favoreciendo al mismo tiempo que aprenda a asumir sus responsabilidades en el aprendizaje, en el trabajo de clase, en la convivencia y las relaciones con los demás. Difícilmente se conseguirá la participación de los alumnos si no saben lo que se espera de ellos, por lo que nos parece indispensable que se les proporcione la información pertinente sobre todos los aspectos del			

proceso de enseñanza-aprendizaje que deben conocer: objetivos que se persiguen, saberes básicos que se van a desarrollar, utilidad de los aprendizajes, criterios de evaluación y calificación, trabajos que deben presentar, normas de comportamiento, etc. Nuestra meta es que los alumnos no solo realicen actividad física, sino que aprendan a hacer ejercicio físico, logrando los beneficios que conlleva y evitando los riesgos y perjuicios que puede ocasionar una práctica inadecuada. Para lograrlo, tenemos que ir dotándolos de una autonomía creciente, dándoles ocasiones para que puedan ir tomando decisiones en la planificación, organización, elección y realización de actividades, en la medida en que tengan la capacidad y responsabilidad para poder hacerlo. La competición en la clase de E.F. es consustancial en algunos de los saberes básicos, como puede ser el de deportes, y además resulta un elemento muy atrayente y motivador para el alumno. Nuestra posición ante el binomio cooperación-competición es que siempre que se haga un tratamiento didáctico correcto, no son en modo alguno excluyentes. El individuo en la

	sociedad actual, se enfrenta constantemente a situaciones en las cuales la cooperación y la competición coexisten y se entremezclan. Por tanto, es necesario que aprenda a afrontar estas situaciones de una manera adecuada, desde la base de unos principios de convivencia y respeto a los demás. No debe confundirse un planteamiento competitivo de la clase en el que se persigue que cada participante obtenga resultados que sí son beneficiosos para él. Se llevará a cabo una metodología preferentemente activa ,con trabajo práctico por parte de los alumnos, ,La parte teórica se trabajará con fichas y trabajos de los alumnos, así como, con exposiciones de partes prácticas e investigaciones de la parte de teoría, así como, exámenes teóricos y prácticos.			

Medidas de atención a la diversidad

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Con estas medidas el centro y los distintos departamentos pretendemos dar respuesta a las necesidades educativas que tienen los alumnos y alumnas, asegurando de esta manera la igualdad de oportunidades. Además de las posibilidades que ofrece el centro en cuanto a opcionalidad de áreas y diversificación curricular desde nuestra área atendemos a la diversidad con las siguientes actuaciones: -Evaluación inicial: Al principio del curso realizamos una prueba inicial a todos los alumnos y alumnas para ver el nivel con el que empiezan y poder adaptar y ajustar los objetivos planteados. -Actividades diferenciadas: Hemos tenido en cuenta el interés de alumnos y alumnas por los deportes que se practican en la localidad a la hora de programar las de nuestro departamento, con lo que conseguimos un mayor interés por la asignatura.	Debido a la práctica deportiva generalizada en la localidad tenemos niveles de ejecución muy diferentes. Estos distintos niveles se ponen de manifiesto en las pruebas iniciales y nos permiten revisar objetivos y agrupar a los alumnos y alumnas de manera homogénea, para así llevar cada uno y cada una su propio ritmo de trabajo en base a su nivel. Desde la educación física estamos en inmejorable situación para que cada alumno/a trabaje a su ritmo o dentro de un grupo homogéneo. Aplicaremos distintos métodos de enseñanza, dependiendo del carácter de las actividades, puesto que según el tipo de actividad a realizar será más apropiado un método u otro. En esta etapa uno de los objetivos es conseguir por parte de los alumnos/as mayor autonomía. Pero debido a los diferentes niveles de ejecución detectados en las pruebas iniciales utilizaremos distintas técnicas de enseñanza. Cuando el alumno/a necesite asimilar movimientos complejos y específicos utilizaremos la Instrucción directa. En cambio cuando queremos que el alumno/a descubra soluciones motrices utilizaremos la			

	enseñanza mediante la búsqueda. Igualmente dentro de una misma sesión y según los distintos grupos utilizaremos distintos estilos de enseñanza La actuación ante alumnos más capaces se aplicará en dos aspectos: ¿ A nivel práctico, se realizarán actividades en función del nivel de los alumnos, como se ha indicado en el apartado anterior. La enseñanza en nuestra área se ajusta a la capacidad del alumnado. ¿ A nivel teórico, se ampliará la información sobre los saberes básicos que se imparten en esta materia. Realización de trabajos complementarios, preparación de sesiones prácticas para el resto de los compañeros, elaboración y puesta en práctica de actividades que proponga dicho alumnado, etc¿ Se llevarán a cabo adaptaciones en la parte teórica, dejando más tiempo para los alumnos TDH, así como facilitando la interacción en el caso de un alumno TEA.			

Materiales y recursos didácticos

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES

Cuando hablamos de recursos didácticos en la enseñanza nos referimos a todos aquellos apoyos pedagógicos que el docente utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje buscando el desarrollo óptimo de los contenidos a impartir, buscan facilitar al alumnado el acceso a la información, la adquisición de habilidades, destrezas y estrategias, incluso la formación de actitudes y valores. Los alumnos dispondrán de temas teóricos elaborados por el profesor y que se presentarán a través de la Plataforma digital Classroom. El Departamento cuenta con: - Gimnasio. - Pistas polideportivas (2). - Un equipo de música. - Un ordenador fijo. - Diversos CDs que contienen soportes musicales apropiados para danzas; para la realización de movimientos diversos con acompañamiento musical y para actividades de relajación, o para pruebas de condición física.	Recursos instrumentales: a) Gran material: - plintos de cajones (1) - bancos suecos (15) - colchonetas pequeñas de caída (2) - aislantes (40) - trampolín (2) - potro - juegos de palos de voleibol (3). b) Pequeño material manipulable: - compresor de inflar balones (1) - balones de baloncesto (22) - balones de voleibol (20) - balones de fútbol-sala (20) - balones de balonmano (20) - balones de rugby (10) ¿ balones de gomaespuma (12) ¿ balones de plástico (10) - aros (15, diferentes tamaños) - cuerdas cortas para salto (30) - cuerdas gruesas (4) - discos voladores (15) - raquetas de bádminton (10). - volantes de bádminton (20) - redes de bádminton (4) - sticks para floorball (30) - bolas para floorball (15) - balones medicinales (3) - pivotes de señalización (29) - bandas elásticas (30) - mancuernas (de diversos pesos 12) - palas de madera (30) - bate de beisbol (4) - pelotas de béisbol goma (8) ¿ testigos de atletismo (5) ¿ juegos de petanca (4) ¿ petos (25).

Relación de actividades complementarias y extraescolares para el curso escolar

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre		
Programa Deporte Escolar	✔	✔		Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Actividades deportivas promovidas por el Ayuntamiento de Molina u otras entidades deportivas	✔	✔	✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Acampada en Nerpio (Albacete)			✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
X Encuentros deportivos por la Igualdad (Abarán o Bullas)			✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	

Concreción de los elementos transversales

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

En el tratamiento de los temas transversales tendremos en cuenta las peculiares características de nuestra materia que brinda un marco especial para trabajar estos aspectos. La mejora de la comprensión lectora y la expresión oral y escrita, la hemos comentado en las medidas de mejora de la aplicación Anota. La comunicación audiovisual y las TIC se trabajarán de diversas maneras: utilizaremos la plataforma Classroom para enviar y recibir apuntes, trabajos, comentarios, preguntas, vídeos explicativos, fotos, etc.. Usaremos diferentes aplicaciones relacionadas con la actividad física para trabajar saberes básicos de nuestra área (Strava, Endomondo, Winner, etc..).	La educación emocional y valores, la educación para la paz y el fomento de la creatividad y del espíritu científico se tratarán, sobre todo, cuando trabajemos actividades físico-deportivas y artístico-expresivas al respetar las normas de juegos y deportes, el respeto a los compañeros y contrarios, saber trabajar en grupo, autoevaluarse y coevaluarse, expresar sus sentimientos y sensaciones. El consumo responsable y desarrollo sostenible se tratará construyendo materiales deportivos con elementos reciclables (bolas de juegos malabares, bolos, paletas de mano, etc..). Por último, nuestra materia trata de forma especial, la educación para la salud. Se trabajará en proyectos, en relación con otras asignaturas, para desarrollar saberes básicos que se realizan en el medio natural (orientación, curvas de nivel, uso de la brújula, etc...)			

Estrategias e instrumentos para la evaluación del aprendizaje del alumnado

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Para obtener información sobre los alumnos y alumnas que deseamos evaluar vamos a utilizar los procedimientos e instrumentos derivados de los tipos vistos anteriormente: - Evaluación subjetiva. - Procedimientos de observación. - Evaluación objetiva. - Procedimientos de experimentación o rendimiento. La observación la vamos a utilizar fundamentalmente para recoger información de aquellos factores relacionados con el aprendizaje que no pueden ser medidos por otros instrumentos, completando los resultados obtenidos mediante los instrumentos objetivos de medición. Los instrumentos que vamos a aplicar para los procesos de observación son: Registros anecdóticos y escalas de clasificación. Los instrumentos a utilizar para evaluar los procesos de experimentación o rendimiento son: Exámenes (orales o escritos), trabajos de aplicación, entrevistas, pruebas de ejecución y tests.	El programa de evaluación se resume en los tres puntos siguientes: 1. Determinación de los objetivos que se van a evaluar (criterios de evaluación). 2. Selección y administración de las pruebas de evaluación para comprobar, medir y apreciar el desarrollo, la adaptación y el rendimiento en relación con los objetivos educativos. 3. Análisis e interpretación de los resultados.			

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN A) EVALUACIÓN ORDINARIA Distinguiremos los siguientes ámbitos de actuación: 1. ÁMBITO DE PRÁCTICA FÍSICA: 50% DE LA CALIFICACIÓN. Se refiere a los aspectos de condición física, habilidades motrices, habilidades específicas, juegos, expresión corporal y actividades en el medio natural. El apartado de condición física, está compuesto por 6 pruebas, que medirán las capacidades de los alumnos en las diferentes cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Las habilidades motrices se calificarán mediante pruebas que se confeccionarán en cada evaluación y estarán compuestas por los ejercicios o actividades del saber básico trabajado en dicha evaluación. Las pruebas se calificarán sobre 5 puntos. No obstante, se tendrán en consideración las notas de observación de clase del profesor de tipo práctico.	Si un alumno presenta, en este apartado, un número de tres o más positivos se le podrá subir la calificación en medio punto. Si en una misma evaluación se realizan varias pruebas prácticas se hallará la media aritmética de todas ellas. Es obligatorio realizar todas las pruebas prácticas. 2. ÁMBITO TEÓRICO: 30% DE LA CALIFICACIÓN Consistirá en un examen oral o escrito para verificar si los alumnos han comprendido y adquirido los diferentes conceptos teóricos o saberes básicos. Estos conceptos teóricos se refieren a aspectos como las cualidades físicas, deportes, higiene y salud, alimentación, hábitos básicos de la actividad física, beneficios de la actividad física, etc...La calificación máxima será de 3 puntos. Los trabajos teóricos y fichas también formarán parte de la nota de conceptos y serán valorados sobre tres puntos. De ambos apartados (examen, trabajos y fichas) se calculará la media aritmética. Es obligatorio entregar todos los trabajos y fichas. Se tendrá en cuenta el contenido, la presentación, limpieza y organización de los trabajos. 3. ÁMBITO DE HÁBITOS E HIGIENE: 20% DE LA CALIFICACIÓN			

	Este apartado supone una evaluación de aspectos referidos a trabajo diario en clase, hábitos, valores y respeto de las normas durante las actividades. Aquí, el profesor recogerá notas del desarrollo de las clases cuando algún alumno o alumna demuestren con sus acciones su rendimiento en cuanto a aceptación de normas, ayudas, colaboraciones, respeto a los compañeros y profesor, interés, esfuerzo, participación, faltas de vestuario, aseo, etc. La calificación de este apartado es de 2 puntos. Si un alumno acumula cuatro anotaciones negativas equivaldrá a cero puntos en hábitos e higiene. (NOTA: Ver tabla de Anotaciones Conductuales).			

TABLA DE ANOTACIONES CONDUCTUALES 1. PRÁCTICAS FÍSICAS Conductas tipo Símbolo Participar en clase activamente +P Tarea o ejercicio bien ejecutado +E Ofrecerse voluntario +V Los casos contrarios se reflejarían con un negativo en cada uno de los ítems. 2. HÁBITOS E HIGIENE Conductas tipo Símbolo Llegar tarde a clase (2 veces) = -T Enfermedad sin justificar -E De comportamiento: Molestar mientras explica el profesor C1 No enterarse de la actividad a realizar. C2 Realizar actividad diferente a la propuesta. C3 Faltar respeto a un compañero o al profesor C4 Pelearse de broma en clase C5 Irse de clase C6 Cuidado del material: Símbolo Patada a un balón inadecuado. CM1 Utilizar inadecuadamente el material CM2 Perder el material CM3 No recoger el material al finalizar la sesión CM4 Equipamiento: No traer ropa deportiva Rp No asearse y cambiarse de camiseta As	NOTA: La participación en actividades complementarias y extraescolares organizadas por el departamento, actividades de profundización, etc..., podrán incrementar la calificación hasta en un punto, así como, mantener determinados hábitos de higiene corporal tras la realización de práctica física. EXENCIONES DE LOS SABERES BÁSICOS DE PRÁCTICA FÍSICA. Los alumnos/as que por algún tipo de imposibilidad médica no puedan realizar el ámbito práctico de los saberes básicos, deberán igualmente asistir a las clases. NO EXISTEN LOS EXENTOS. La exención total o parcial de la parte práctica la determinará el Departamento, previo estudio de los informes médicos presentados. Recordamos que se valoran otros aspectos aparte de los contenidos prácticos. Distinguiremos distintos tipos de exenciones: 1. Exención total (todo el curso escolar), en este caso, los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (80%), en este apartado el alumno/a tendrá que realizar las mismas pruebas teóricas y trabajos que los demás compañeros. Además, tendrá que presentar el cuaderno de ejercicios debidamente cumplimentado (describir todas			

las sesiones prácticas de clase, junto con los saberes básicos y competencias que se trabajan). Por último, deberá preparar y dirigir una sesión de trabajo sobre algún saber básico que se desarrolle en cada trimestre y que podrá elegir el propio alumno. Todas las pruebas, trabajos y fichas se calificarán sobre ocho puntos. - Ámbito de hábitos e higiene (20%), se regirá por los mismos criterios que el resto del alumnado (véase tabla de anotaciones conductuales). No obstante, se tendrá muy en cuenta la implicación del alumno en las actividades de clase, el ofrecerse voluntario para proponer actividades, su participación, su asistencia continuada, etc... 2. Exención temporal (máximo de un trimestre), en este caso, se regirá por los mismos criterios que en el apartado anterior en dicho trimestre. Si el alumno está de baja durante menos de un trimestre tendrá que realizar adicionalmente los siguientes trabajos teórico-prácticos: copiar las actividades realizadas en todas las sesiones prácticas en las que esté de baja, entregando dicho trabajo que será puntuado sobre tres puntos. Si la baja es de más de un mes, a parte del trabajo anterior, el

	alumno tendrá que realizar y dirigir una sesión práctica sobre un saber básico de los que se impartan en ese trimestre. Dicho trabajo se valorará sobre tres puntos. En todos los trabajos se valorará la organización de los mismos, claridad del contenido e idoneidad de las actividades programadas. En el caso de que la baja sea de menos de un trimestre los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (30% de la nota), se incluye en este apartado todos los trabajos antes indicados más los que se solicitan a los alumnos sin baja médica. - Ámbito de práctica física (50% de la nota), en este apartado se realizarían las pruebas prácticas pertinentes y con las mismas premisas que para el resto de los alumnos. - Ámbito de hábitos e higiene (20% de la nota), se valorará los mismos aspectos que en los criterios de calificación para el resto de los alumnos/as.			

B) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS EN EVALUACIÓN ORDINARIA Habrá dos formas de recuperar esta materia: 1. Por evaluaciones, para el siguiente trimestre se tendrá que recuperar la parte que no haya sido superada por cada alumno: - Teórica (prueba oral o escrita, entrega de trabajos, fichas, etc..). - Práctica física (prueba práctica sobre los saberes básicos no superados). - Hábitos e higiene: Se realizará un seguimiento del alumno por evaluación. Si el alumno/a ha mostrado una actitud negativa en dos trimestres, tendrá que realizar la prueba final de junio (ver ese apartado). Las calificaciones de cada evaluación se tendrán en consideración y quedan guardadas para la valoración final. En principio, una evaluación se recuperará no teniendo ninguna nota negativa en la siguiente evaluación. La calificación en la evaluación recuperada sería la conseguida en el siguiente trimestre.	En el caso de no superar únicamente una evaluación (cualquiera de las tres), el profesor hará una valoración global del alumno a lo largo de todo el curso, y se obtendrá la nota final por este apartado hallando la media aritmética de las notas de las tres evaluaciones. Se podrán realizar trabajos teórico-prácticos voluntarios, actividades complementarias por parte del alumnado para aprobar esta parte, si el profesor lo estima conveniente. Los porcentajes de los criterios de calificación de cada apartado siguen siendo los mencionados en la evaluación ordinaria. 2. Prueba final, dicha prueba se realizará en Junio. En ella se examinarán los alumnos de los apartados suspensos (teoría y práctica física) no superados por evaluaciones. Se realizará una prueba teórica escrita final y una prueba práctica sobre los bloques de contenidos no superados. Los porcentajes de cada apartado (teórico, práctica física y hábitos e higiene) serán los mismos (30%, 50% y 20% respectivamente). Las pruebas teóricas y prácticas tendrán las mismas características que durante el curso académico normal (ver criterios de calificación). D) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS ABSENTISTAS Si un alumno ha			

	faltado a clase más del 30% de las sesiones anuales durante un solo trimestre y se incorpora de nuevo de manera normal para el resto del curso, se aplicarán las siguientes actuaciones: - Los criterios de calificación serán los mismos que para el resto de alumnos. - Tendrán que realizar todos los trabajos, fichas y pruebas teóricas que se hayan programado hasta la fecha. - Realización de todas las pruebas prácticas que les faltara por hacer. - Tendrán que dirigir una sesión práctica para sus compañeros sobre un contenido que decida el profesor. Si el alumno fuese exento de la parte práctica, se regiría por los mismos criterios de calificación para alumnado exento de práctica y con los mismos parámetros anteriormente expuestos.			

E) PLANES DE REFUERZO EN EDUCACIÓN FÍSICA Plan Específico Personalizado para los alumnos que repiten curso: A los alumnos repetidores se les proporciona: -Información sobre los saberes básicos que se van a trabajar en cada trimestre tanto a nivel práctico como teórico. -Información acerca de los trabajos teórico-prácticos que se demandarán durante el curso. -Información sobre las pruebas prácticas que se realizarán durante el curso. -Información sobre los criterios de calificación de la asignatura. -Se realizará un seguimiento diario individualizado sobre su participación en clase, respeto de normas de funcionamiento en las clases prácticas, aseo e higiene personal, respeto a los compañeros, cuidado del material. -Información sobre lo que supone participar en actividades complementarias propuestas por el departamento (Strava, competiciones en los recreos, actividades voluntarias, competiciones intercentros).	-Enfatizaremos en las carencias demostradas en el curso anterior para intentar resolverlas mediante progresiones más detalladas, actividades más adaptadas a sus capacidades, empleando diferentes metodologías y estilos de enseñanza. La recogida de datos se hace en el cuadro siguiente: Nombre: Curso: 1ª EVAL 2ª EVAL 3ª EVAL ITEMS Sí NO EP SÍ NO EP SÍ NO EP Realiza adecuadamente trabajos teóricos solicitados. Realiza adecuadamente exámenes teóricos solicitados. Realiza adecuadamente las pruebas prácticas solicitadas. Participa activamente en las actividades prácticas diarias. Participa adecuadamente en las actividades prácticas complementarias (Strava, actividades voluntarias, recreos). Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material. Medidas de Refuerzo Educativo a los alumnos con calificación negativa en la 1ª y 2ª evaluación: -Información individualizada sobre las actividades de recuperación prácticas y teóricas y seguimiento para superar la evaluación suspensa, a través de la plataforma			

	Classroom. - Seguimiento diario en clase sobre su participación en las actividades prácticas. - Participación en actividades físico-deportivas del departamento. Nombre: Curso: 2ª EVAL 3ª EVAL ITEMS Sí NO EP SÍ NO EP Realiza trabajos teóricos no superados. Participa activamente en las actividades prácticas diarias. Realiza adecuadamente las actividades prácticas de recuperación (Strava, actividades voluntarias). Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material.			

Estrategias e instrumentos para la evaluacion del proceso de enseñanza y la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
DEPARTAMENTO DIDÁCTICO: EVALUACIÓN: COORDINACIÓN DOCENTE Nº de reuniones de departamento mantenidas Principales acuerdos pedagógicos adoptados AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE ¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa? Diferencias producidas entre los diferentes grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas CONSECUCIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Grado de consecución por los alumnos en los distintos grupos de los mismos cursos de la etapa Análisis de las diferencias advertidas RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE Datos cuantitativos por grupos Diferencias producidas entre los distintos grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas PLANES DE MEJORA, EN SU CASO				

Medidas previstas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la mejora de expression oral y escrita

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
La Educación Física es una materia eminentemente práctica, pero podemos contribuir al hábito de la lectura y a la capacidad de expresarse oral y escrito de diversas formas que se detallan a continuación: Los saberes básicos teóricos de la asignatura se trabajan mediante los apuntes elaborados por el profesor, fichas y trabajos de aplicación que contribuyen al hábito de lectura. Se les proporciona artículos de revistas relacionados con esta área y se fomenta la búsqueda de información sobre saberes de la Educación Física. Las pruebas escritas se programan normalmente mediante preguntas cortas para que los alumnos se tengan que expresar por escrito. Igualmente, realizan trabajos teóricos en los que tienen que explicar de forma escrita ejercicios, actividades, juegos, etc...	Los alumnos participan activamente en la realización de actividades de clase, por ejemplo, dirigen los calentamientos, proponen y exponen juegos, actividades y ejercicios sobre diferentes contenidos, explican ejercicios para realizar la vuelta a la calma (estiramiento), todos estos aspectos mejoran la capacidad de expresión oral, de mostrarse delante de los compañeros y les realza la autoestima.

Programación

Materia: EFI2EA - Educación Física	Curso: 2º	ETAPA: Educación Secundaria Obligatoria

Plan General Anual

UNIDAD UF1: CALENTAMIENTO Y TEST	Fecha inicio prev.: 11/09/2023	Fecha fin prev.: 06/10/2023	Sesiones prev.: 8

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.2 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

0.3 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

0.4 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía. Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1.Establecer y organizar secuencias sencillas de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, a partir de una valoración del nivel inicial y respetando la propia realidad e identidad corporal.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba de práctica motriz:33% • Prueba escrita:33% • Trabajos:34%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.2.Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba de práctica motriz:50% • Prueba escrita:50%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.3.Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:33% • Prueba escrita:33% • Trabajos:34%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM

UNIDAD UF2: CONDICIÓN FÍSICA	Fecha inicio prev.: 09/09/2023	Fecha fin prev.: 17/11/2023	Sesiones prev.: 12

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

0.2 - Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

0.3 - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.2 - La higiene corporal como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.

0.3 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

0.5 - Actuaciones básicas ante accidentes durante la práctica de actividades físicas. Soporte vital básico (SVB).

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.3 - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

0.6 - Actitud crítica ante elementos del entorno que supongan obstáculos a la accesibilidad universal y la movilidad activa, autónoma, saludable y segura.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.3.Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:33% • Prueba escrita:33% • Trabajos:34%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante accidentes derivados de la práctica de actividad física, aplicando medidas básicas de primeros auxilios.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba escrita:50% • Trabajos:50%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.5.Analizar y valorar la incidencia que ciertas prácticas y comportamientos tienen en nuestra salud y en la convivencia, valorando su impacto y evitando activamente su reproducción.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba escrita:100%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
UNIDAD UF3: FÚTBOL SALA		**Fecha inicio prev.: 20/11/2023**	**Fecha fin prev.: 22/12/2023**	**Sesiones prev.: 10**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.2 - Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.
0.1 - Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales.
0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.
0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.
0.5 - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo.
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
0.1 - Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.
0.2 - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
0.3 - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.
0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
E - Manifestaciones de la cultura motriz.
0.3 - Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).
0.4 - Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.6.Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	**Eval. Ordinaria:** • Trabajos:100%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba de práctica motriz:50%	0,588	• CE • CPSAA

3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba de práctica motriz:50%	0,588	• CC • CCL • CPSAA
UNIDAD UF4: ALIMENTACIÓN SALUDABLE		**Fecha inicio prev.: 08/01/2024**	**Fecha fin prev.: 19/01/2024**	**Sesiones prev.: 4**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

0.2 - Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

0.3 - Salud mental: aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices. La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal. Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas. Trastornos alimenticios asociados a la práctica de la actividad física y deporte.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.2.Comenzar a incorporar con progresiva autonomía procesos de activación corporal, dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba de práctica motriz:50% • Prueba escrita:50%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.3.Adoptar de manera responsable y con progresiva autonomía medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:33% • Prueba escrita:33% • Trabajos:34%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.6.Explorar diferentes recursos y aplicaciones digitales reconociendo su potencial, así como sus riesgos para su uso en el ámbito de la actividad física y el deporte.	**Eval. Ordinaria:** • Trabajos:100%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
UNIDAD UF5: BALONMANO		**Fecha inicio prev.: 22/01/2024**	**Fecha fin prev.: 16/02/2024**	**Sesiones prev.: 8**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.2 - Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

0.5 - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

0.3 - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.3 - Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

0.4 - Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.2.Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba de práctica motriz:50%	0,588	• CE • CPSAA

3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba de práctica motriz:50%	0,588	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices para alcanzar el logro individual y grupal, participando en la toma de decisiones y asumiendo distintos roles asignados y responsabilidades.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba de práctica motriz:50%	0,588	• CC • CCL • CPSAA

UNIDAD UF6: VOLEIBOL	**Fecha inicio prev.: 19/02/2024**	**Fecha fin prev.: 22/03/2024**	**Sesiones prev.: 10**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.2 - Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

0.5 - Creatividad motriz: resolución de retos y situaciones-problema de forma original, en grupo.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

0.3 - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.3 - Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

0.4 - Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, haciendo frente a las demandas de resolución de problemas en situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con progresiva autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba de práctica motriz:50%	0,588	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.3.Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivosexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:100%	0,588	• CC • CCL • CPSAA

UNIDAD UF7: ORIENTACIÓN	**Fecha inicio prev.: 05/04/2024**	**Fecha fin prev.: 26/04/2024**	**Sesiones prev.: 6**

Saberes básicos

F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

0.1 - Normas de uso: respeto a las normas viales en sus desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.

0.3 - Nuevos espacios y prácticas deportivas. Utilización de espacios urbanos y naturales desde la motricidad (parkour, skate u otras manifestaciones similares).

0.4 - Diseño de actividades físicas en el medio natural y urbano.

0.5 - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano: medidas de seguridad en actividades de los distintos entornos y posibles consecuencias graves en los mismos.

0.6 - Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	#.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir y siendo conscientes de su huella ecológica.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba de práctica motriz:100%	0,588	• CC • CE • STEM
	#.5.2.Practicar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba de práctica motriz:100%	0,588	• CC • CE • STEM

UNIDAD UF8: BÁDMINTON	**Fecha inicio prev.: 29/04/2023**	**Fecha fin prev.: 31/05/2024**	**Sesiones prev.: 10**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.2 - Salud social: análisis crítico de los estereotipos corporales, de género y competencia motriz, así como de los comportamientos violentos e incitación al odio en el deporte.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión de las situaciones de competición en base a criterios de lógica, respeto al rival y motivación.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución, de interacción con un móvil y en deportes individuales.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.3 - Deporte y perspectiva de género: análisis crítico. Igualdad de género en las profesiones asociadas al deporte (comentaristas, periodistas, deportistas, técnicos y técnicas, etc.).

0.4 - Influencia del deporte en la cultura actual: impacto social, aspectos positivos y negativos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.2.Interpretar y actuar correctamente en contextos motrices variados, aplicando principios básicos de toma de decisiones en situaciones lúdicas, juegos modificados y actividades deportivas a partir de la anticipación, adecuándose a las demandas motrices, a la actuación del compañero o la compañera y de la persona oponente (si la hubiera) y a la lógica interna en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y los resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba de práctica motriz:50%	0,588	• CE • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.2.Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.	**Eval. Ordinaria:** • Escala de observación:50% • Prueba escrita:50%	0,588	• CC • CCEC

UNIDAD UF9: EXPRESIÓN CORPORAL	**Fecha inicio prev.: 03/06/2024**	**Fecha fin prev.: 19/06/2024**	**Sesiones prev.: 6**

Saberes básicos

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión emocional: estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.1 - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Las danzas como manifestación de la interculturalidad.

0.2 - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas de interpretación.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Trabajos:100%	0,588	• CE • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artísticoexpresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.	**Eval. Ordinaria:** • Prueba de práctica motriz:100%	0,588	• CC • CCEC
	#.4.3.Participar activamente en la creación y representación de composiciones de expresión corporal individuales o colectivas con y sin base musical, utilizando intencionadamente y con progresiva autonomía el cuerpo como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas.	**Eval. Ordinaria:** • Dramatizaciones:100%	0,588	• CC • CCEC

Revisión de la Programación

Otros elementos de la programación

Decisiones metodológicas y didácticas. Situaciones de aprendizaje

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Consideramos la Educación Física como disciplina escolar que da importancia tanto al proceso como a los resultados. Contemplamos una materia que se desarrolla mediante un proceso rico en experiencias y vivencias formativas, pero un proceso en el que se valore el esfuerzo necesario para conseguir los aprendizajes. La programación de los saberes básicos se ha realizado teniendo presente el objetivo de que nuestros alumnos obtengan un aprendizaje significativo y funcional. Al principio de curso, se utilizarán los procedimientos que se consideren más adecuados para detectar el nivel de partida de los alumnos/as, así como sus experiencias previas e intereses en los saberes que se van a trabajar. Se tratará de individualizar la enseñanza en la medida de lo posible, dando respuesta a la diversidad de los alumnos y alumnas en cuanto a capacidades, habilidades, motivaciones, intereses, estilos de aprendizaje, etc.	Para ello adaptaremos la dificultad e intensidad de las tareas que proponemos, al nivel de capacidad y habilidad detectado en la evaluación inicial. Utilizaremos estilos, técnicas, estrategias, variadas, con el fin de adaptar la metodología a las características de los alumnos y a sus diferentes formas de aprender, teniendo en cuenta también los que son más idóneos y eficaces en el contenido que se está enseñando. Cuando sea factible, se dará opción a los alumnos para que puedan elegir las actividades o los ejercicios que más les interesen o que se adecuen mejor a su nivel de capacidad. Propugnamos un tipo de enseñanza activa y participativa, implicando al alumno en su propio proceso de aprendizaje, dotándole de una autonomía creciente y progresiva y favoreciendo al mismo tiempo que aprenda a asumir sus responsabilidades en el aprendizaje, en el trabajo de clase, en la convivencia y las relaciones con los demás. Difícilmente se conseguirá la participación de los alumnos si no saben lo que se espera de ellos, por lo que nos parece indispensable que se les proporcione la información pertinente sobre todos los aspectos del			

proceso de enseñanza-aprendizaje que deben conocer: objetivos que se persiguen, saberes básicos que se van a desarrollar, utilidad de los aprendizajes, criterios de evaluación y calificación, trabajos que deben presentar, normas de comportamiento, etc. Nuestra meta es que los alumnos no solo realicen actividad física, sino que aprendan a hacer ejercicio físico, logrando los beneficios que conlleva y evitando los riesgos y perjuicios que puede ocasionar una práctica inadecuada. Para lograrlo, tenemos que ir dotándolos de una autonomía creciente, dándoles ocasiones para que puedan ir tomando decisiones en la planificación, organización, elección y realización de actividades, en la medida en que tengan la capacidad y responsabilidad para poder hacerlo. La competición en la clase de E.F. es consustancial en algunos de los saberes básicos, como puede ser el de deportes, y además resulta un elemento muy atrayente y motivador para el alumno. Nuestra posición ante el binomio cooperación-competición es que siempre que se haga un tratamiento didáctico correcto, no son en modo alguno excluyentes. El individuo en la

	sociedad actual, se enfrenta constantemente a situaciones en las cuales la cooperación y la competición coexisten y se entremezclan. Por tanto, es necesario que aprenda a afrontar estas situaciones de una manera adecuada, desde la base de unos principios de convivencia y respeto a los demás. No debe confundirse un planteamiento competitivo de la clase en el que se persigue que cada participante obtenga resultados que sí son beneficiosos para él. Se llevará a cabo una metodología preferentemente activa ,con trabajo práctico por parte de los alumnos, ,La parte teórica se trabajará con fichas y trabajos de los alumnos, así como, con exposiciones de partes prácticas e investigaciones de la parte de teoría, así como, exámenes teóricos y prácticos.			

Medidas de atención a la diversidad

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Con estas medidas el centro y los distintos departamentos pretendemos dar respuesta a las necesidades educativas que tienen los alumnos y alumnas, asegurando de esta manera la igualdad de oportunidades. Además de las posibilidades que ofrece el centro en cuanto a opcionalidad de áreas y diversificación curricular desde nuestra área atendemos a la diversidad con las siguientes actuaciones: -Evaluación inicial: Al principio del curso realizamos una prueba inicial a todos los alumnos y alumnas para ver el nivel con el que empiezan y poder adaptar y ajustar los objetivos planteados. -Actividades diferenciadas: Hemos tenido en cuenta el interés de alumnos y alumnas por los deportes que se practican en la localidad a la hora de programar las de nuestro departamento, con lo que conseguimos un mayor interés por la asignatura.	Debido a la práctica deportiva generalizada en la localidad tenemos niveles de ejecución muy diferentes. Estos distintos niveles se ponen de manifiesto en las pruebas iniciales y nos permiten revisar objetivos y agrupar a los alumnos y alumnas de manera homogénea, para así llevar cada uno y cada una su propio ritmo de trabajo en base a su nivel. Desde la educación física estamos en inmejorable situación para que cada alumno/a trabaje a su ritmo o dentro de un grupo homogéneo. Aplicaremos distintos métodos de enseñanza, dependiendo del carácter de las actividades, puesto que según el tipo de actividad a realizar será más apropiado un método u otro. En esta etapa uno de los objetivos es conseguir por parte de los alumnos/as mayor autonomía. Pero debido a los diferentes niveles de ejecución detectados en las pruebas iniciales utilizaremos distintas técnicas de enseñanza. Cuando el alumno/a necesite asimilar movimientos complejos y específicos utilizaremos la Instrucción directa. En cambio cuando queremos que el alumno/a descubra soluciones motrices utilizaremos la			

	enseñanza mediante la búsqueda. Igualmente dentro de una misma sesión y según los distintos grupos utilizaremos distintos estilos de enseñanza La actuación ante alumnos más capaces se aplicará en dos aspectos: ¿ A nivel práctico, se realizarán actividades en función del nivel de los alumnos, como se ha indicado en el apartado anterior. La enseñanza en nuestra área se ajusta a la capacidad del alumnado. ¿ A nivel teórico, se ampliará la información sobre los bloques conceptuales que se imparten en esta materia. Realización de trabajos complementarios, preparación de sesiones prácticas para el resto de los compañeros, elaboración y puesta en práctica de actividades que proponga dicho alumnado, etc¿ Se llevarán a cabo adaptaciones en la parte teórica, dejando más tiempo para los alumnos TDH, así como facilitando la interacción en el caso de un alumno TEA.			

Materiales y recursos didácticos

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES

Cuando hablamos de recursos didácticos en la enseñanza nos referimos a todos aquellos apoyos pedagógicos que el docente utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje buscando el desarrollo óptimo de los contenidos a impartir, buscan facilitar al alumnado el acceso a la información, la adquisición de habilidades, destrezas y estrategias, incluso la formación de actitudes y valores. Los alumnos dispondrán de temas teóricos elaborados por el profesor y que se presentarán a través de la Plataforma digital Classroom. El Departamento cuenta con: - Gimnasio. - Pistas polideportivas (2). - Un equipo de música. - Un ordenador fijo. - Diversos CDs que contienen soportes musicales apropiados para danzas; para la realización de movimientos diversos con acompañamiento musical y para actividades de relajación, o para pruebas de condición física.	Recursos instrumentales: a) Gran material: - plintos de cajones (1) - bancos suecos (15) - colchonetas pequeñas de caída (2) - aislantes (40) - trampolín (2) - potro - juegos de palos de voleibol (3). b) Pequeño material manipulable: - compresor de inflar balones (1) - balones de baloncesto (22) - balones de voleibol (20) - balones de fútbol-sala (20) - balones de balonmano (20) - balones de rugby (10) ¿ balones de gomaespuma (12) ¿ balones de plástico (10) - aros (15, diferentes tamaños) - cuerdas cortas para salto (30) - cuerdas gruesas (4) - discos voladores (15) - raquetas de bádminton (10). - volantes de bádminton (20) - redes de bádminton (4) - sticks para floorball (30) - bolas para floorball (15) - balones medicinales (3) - pivotes de señalización (29) - bandas elásticas (30) - mancuernas (de diversos pesos 12) - palas de madera (30) - bate de beisbol (4) - pelotas de béisbol goma (8) ¿ testigos de atletismo (5) ¿ juegos de petanca (4) ¿ petos (25).

Relación de actividades complementarias y extraescolares para el curso escolar

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre		
Actividades deportivas promovidas por el Ayuntamiento de Molina u otras entidades deportivas	✔	✔	✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Programa Deporte Escolar	✔	✔		Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Encuentros deportivos por la Igualdad			✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Actividades en la naturaleza: Sierra Espuña		✔		Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	

Concreción de los elementos transversales

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

En el tratamiento de los temas transversales tendremos en cuenta las peculiares características de nuestra materia que brinda un marco especial para trabajar estos aspectos. La mejora de la comprensión lectora y la expresión oral y escrita, la hemos comentado en las medidas de mejora de la aplicación Anota. La comunicación audiovisual y las TIC se trabajarán de diversas maneras: utilizaremos la plataforma Classroom para enviar y recibir apuntes, trabajos, comentarios, preguntas, vídeos explicativos, fotos, etc.. Usaremos diferentes aplicaciones relacionadas con la actividad física para trabajar saberes básicos de nuestra área (Strava, Endomondo, Winner, etc..).	La educación emocional y valores, la educación para la paz y el fomento de la creatividad y del espíritu científico se tratarán, sobre todo, cuando trabajemos actividades físico-deportivas y artístico-expresivas al respetar las normas de juegos y deportes, el respeto a los compañeros y contrarios, saber trabajar en grupo, autoevaluarse y coevaluarse, expresar sus sentimientos y sensaciones. El consumo responsable y desarrollo sostenible se tratará construyendo materiales deportivos con elementos reciclables (bolas de juegos malabares, bolos, paletas de mano, etc..). Por último, nuestra materia trata de forma especial, la educación para la salud. Se trabajará en proyectos, en relación con otras asignaturas, para desarrollar saberes básicos que se realizan en el medio natural (orientación, curvas de nivel, uso de la brújula, etc...)			

Estrategias e instrumentos para la evaluación del aprendizaje del alumnado

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Para obtener información sobre los alumnos y alumnas que deseamos evaluar vamos a utilizar los procedimientos e instrumentos derivados de los tipos vistos anteriormente: - Evaluación subjetiva. - Procedimientos de observación. - Evaluación objetiva. - Procedimientos de experimentación o rendimiento. La observación la vamos a utilizar fundamentalmente para recoger información de aquellos factores relacionados con el aprendizaje que no pueden ser medidos por otros instrumentos, completando los resultados obtenidos mediante los instrumentos objetivos de medición. Los instrumentos que vamos a aplicar para los procesos de observación son: Registros anecdóticos y escalas de clasificación. Los instrumentos a utilizar para evaluar los procesos de experimentación o rendimiento son: Exámenes (orales o escritos), trabajos de aplicación, entrevistas, pruebas de ejecución y tests.	El programa de evaluación se resume en los tres puntos siguientes: 1. Determinación de los objetivos que se van a evaluar (criterios de evaluación). 2. Selección y administración de las pruebas de evaluación para comprobar, medir y apreciar el desarrollo, la adaptación y el rendimiento en relación con los objetivos educativos. 3. Análisis e interpretación de los resultados.			

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN A) EVALUACIÓN ORDINARIA Distinguiremos los siguientes ámbitos de actuación: 1. ÁMBITO DE PRÁCTICA FÍSICA: 50% DE LA CALIFICACIÓN. Se refiere a los aspectos de condición física, habilidades motrices, habilidades específicas, juegos, expresión corporal y actividades en el medio natural. El apartado de condición física, está compuesto por 6 pruebas, que medirán las capacidades de los alumnos en las diferentes cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Las habilidades motrices se calificarán mediante pruebas que se confeccionarán en cada evaluación y estarán compuestas por los ejercicios o actividades del saber básico trabajado en dicha evaluación. Las pruebas se calificarán sobre 5 puntos. No obstante, se tendrán en consideración las notas de observación de clase del profesor de tipo práctico.	Si un alumno presenta, en este apartado, un número de tres o más positivos se le podrá subir la calificación en medio punto. Si en una misma evaluación se realizan varias pruebas prácticas se hallará la media aritmética de todas ellas. Es obligatorio realizar todas las pruebas prácticas. 2. ÁMBITO TEÓRICO: 30% DE LA CALIFICACIÓN Consistirá en un examen oral o escrito para verificar si los alumnos han comprendido y adquirido los diferentes conceptos teóricos o saberes básicos. Estos conceptos teóricos se refieren a aspectos como las cualidades físicas, deportes, higiene y salud, alimentación, hábitos básicos de la actividad física, beneficios de la actividad física, etc...La calificación máxima será de 3 puntos. Los trabajos teóricos y fichas también formarán parte de la nota de conceptos y serán valorados sobre tres puntos. De ambos apartados (examen, trabajos y fichas) se calculará la media aritmética. Es obligatorio entregar todos los trabajos y fichas. Se tendrá en cuenta el contenido, la presentación, limpieza y organización de los trabajos. 3. ÁMBITO DE HÁBITOS E HIGIENE: 20% DE LA CALIFICACIÓN			

	Este apartado supone una evaluación de aspectos referidos a trabajo diario en clase, hábitos, valores y respeto de las normas durante las actividades. Aquí, el profesor recogerá notas del desarrollo de las clases cuando algún alumno o alumna demuestren con sus acciones su rendimiento en cuanto a aceptación de normas, ayudas, colaboraciones, respeto a los compañeros y profesor, interés, esfuerzo, participación, faltas de vestuario, aseo, etc. La calificación de este apartado es de 2 puntos. Si un alumno acumula cuatro anotaciones negativas equivaldrá a cero puntos en hábitos e higiene. (NOTA: Ver tabla de Anotaciones Conductuales).			

TABLA DE ANOTACIONES CONDUCTUALES 1. PRÁCTICAS FÍSICAS Conductas tipo Símbolo Participar en clase activamente +P Tarea o ejercicio bien ejecutado +E Ofrecerse voluntario +V Los casos contrarios se reflejarían con un negativo en cada uno de los ítems. 2. HÁBITOS E HIGIENE Conductas tipo Símbolo Llegar tarde a clase (2 veces) = -T Enfermedad sin justificar -E De comportamiento: Molestar mientras explica el profesor C1 No enterarse de la actividad a realizar. C2 Realizar actividad diferente a la propuesta. C3 Faltar respeto a un compañero o al profesor C4 Pelearse de broma en clase C5 Irse de clase C6 Cuidado del material: Símbolo Patada a un balón inadecuado. CM1 Utilizar inadecuadamente el material CM2 Perder el material CM3 No recoger el material al finalizar la sesión CM4 Equipamiento: No traer ropa deportiva Rp No asearse y cambiarse de camiseta As	NOTA: La participación en actividades complementarias y extraescolares organizadas por el departamento, actividades de profundización, etc..., podrán incrementar la calificación hasta en un punto, así como, mantener determinados hábitos de higiene corporal tras la realización de práctica física. EXENCIONES DE LOS SABERES BÁSICOS DE PRÁCTICA FÍSICA. Los alumnos/as que por algún tipo de imposibilidad médica no puedan realizar el ámbito práctico de los saberes básicos, deberán igualmente asistir a las clases. NO EXISTEN LOS EXENTOS. La exención total o parcial de la parte práctica la determinará el Departamento, previo estudio de los informes médicos presentados. Recordamos que se valoran otros aspectos aparte de los contenidos prácticos. Distinguiremos distintos tipos de exenciones: 1. Exención total (todo el curso escolar), en este caso, los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (80%), en este apartado el alumno/a tendrá que realizar las mismas pruebas teóricas y trabajos que los demás compañeros. Además, tendrá que presentar el cuaderno de ejercicios debidamente cumplimentado (describir todas			

las sesiones prácticas de clase, junto con los saberes básicos y competencias que se trabajan). Por último, deberá preparar y dirigir una sesión de trabajo sobre algún saber básico que se desarrolle en cada trimestre y que podrá elegir el propio alumno. Todas las pruebas, trabajos y fichas se calificarán sobre ocho puntos. - Ámbito de hábitos e higiene (20%), se regirá por los mismos criterios que el resto del alumnado (véase tabla de anotaciones conductuales). No obstante, se tendrá muy en cuenta la implicación del alumno en las actividades de clase, el ofrecerse voluntario para proponer actividades, su participación, su asistencia continuada, etc... 2. Exención temporal (máximo de un trimestre), en este caso, se regirá por los mismos criterios que en el apartado anterior en dicho trimestre. Si el alumno está de baja durante menos de un trimestre tendrá que realizar adicionalmente los siguientes trabajos teórico-prácticos: copiar las actividades realizadas en todas las sesiones prácticas en las que esté de baja, entregando dicho trabajo que será puntuado sobre tres puntos. Si la baja es de más de un mes, a parte del trabajo anterior, el

	alumno tendrá que realizar y dirigir una sesión práctica sobre un saber básico de los que se impartan en ese trimestre. Dicho trabajo se valorará sobre tres puntos. En todos los trabajos se valorará la organización de los mismos, claridad del contenido e idoneidad de las actividades programadas. En el caso de que la baja sea de menos de un trimestre los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (30% de la nota), se incluye en este apartado todos los trabajos antes indicados más los que se solicitan a los alumnos sin baja médica. - Ámbito de práctica física (50% de la nota), en este apartado se realizarían las pruebas prácticas pertinentes y con las mismas premisas que para el resto de los alumnos. - Ámbito de hábitos e higiene (20% de la nota), se valorará los mismos aspectos que en los criterios de calificación para el resto de los alumnos/as.			

B) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS EN EVALUACIÓN ORDINARIA Habrá dos formas de recuperar esta materia: 1. Por evaluaciones, para el siguiente trimestre se tendrá que recuperar la parte que no haya sido superada por cada alumno: - Teórica (prueba oral o escrita, entrega de trabajos, fichas, etc..). - Práctica física (prueba práctica sobre los saberes básicos no superados). - Hábitos e higiene: Se realizará un seguimiento del alumno por evaluación. Si el alumno/a ha mostrado una actitud negativa en dos trimestres, tendrá que realizar la prueba final de junio (ver ese apartado). Las calificaciones de cada evaluación se tendrán en consideración y quedan guardadas para la valoración final. En principio, una evaluación se recuperará no teniendo ninguna nota negativa en la siguiente evaluación. La calificación en la evaluación recuperada sería la conseguida en el siguiente trimestre.	En el caso de no superar únicamente una evaluación (cualquiera de las tres), el profesor hará una valoración global del alumno a lo largo de todo el curso, y se obtendrá la nota final por este apartado hallando la media aritmética de las notas de las tres evaluaciones. Se podrán realizar trabajos teórico-prácticos voluntarios, actividades complementarias por parte del alumnado para aprobar esta parte, si el profesor lo estima conveniente. Los porcentajes de los criterios de calificación de cada apartado siguen siendo los mencionados en la evaluación ordinaria. 2. Prueba final, dicha prueba se realizará en Junio. En ella se examinarán los alumnos de los apartados suspensos (teoría y práctica física) no superados por evaluaciones. Se realizará una prueba teórica escrita final y una prueba práctica sobre los bloques de contenidos no superados. Los porcentajes de cada apartado (teórico, práctica física y hábitos e higiene) serán los mismos (30%, 50% y 20% respectivamente). Las pruebas teóricas y prácticas tendrán las mismas características que durante el curso académico normal (ver criterios de calificación). D) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS ABSENTISTAS Si un alumno ha			

	faltado a clase más del 30% de las sesiones anuales durante un solo trimestre y se incorpora de nuevo de manera normal para el resto del curso, se aplicarán las siguientes actuaciones: - Los criterios de calificación serán los mismos que para el resto de alumnos. - Tendrán que realizar todos los trabajos, fichas y pruebas teóricas que se hayan programado hasta la fecha. - Realización de todas las pruebas prácticas que les faltara por hacer. - Tendrán que dirigir una sesión práctica para sus compañeros sobre un contenido que decida el profesor. Si el alumno fuese exento de la parte práctica, se regiría por los mismos criterios de calificación para alumnado exento de práctica y con los mismos parámetros anteriormente expuestos.			

E) PLANES DE REFUERZO EN EDUCACIÓN FÍSICA Plan Específico Personalizado para los alumnos que repiten curso: A los alumnos repetidores se les proporciona: -Información sobre los saberes básicos que se van a trabajar en cada trimestre tanto a nivel práctico como teórico. -Información acerca de los trabajos teórico-prácticos que se demandarán durante el curso. -Información sobre las pruebas prácticas que se realizarán durante el curso. -Información sobre los criterios de calificación de la asignatura. -Se realizará un seguimiento diario individualizado sobre su participación en clase, respeto de normas de funcionamiento en las clases prácticas, aseo e higiene personal, respeto a los compañeros, cuidado del material. -Información sobre lo que supone participar en actividades complementarias propuestas por el departamento (Strava, competiciones en los recreos, actividades voluntarias, competiciones intercentros).	-Enfatizaremos en las carencias demostradas en el curso anterior para intentar resolverlas mediante progresiones más detalladas, actividades más adaptadas a sus capacidades, empleando diferentes metodologías y estilos de enseñanza. La recogida de datos se hace en el cuadro siguiente: Nombre: Curso: 1ª EVAL 2ª EVAL 3ª EVAL ITEMS Sí NO EP SÍ NO EP SÍ NO EP Realiza adecuadamente trabajos teóricos solicitados. Realiza adecuadamente exámenes teóricos solicitados. Realiza adecuadamente las pruebas prácticas solicitadas. Participa activamente en las actividades prácticas diarias. Participa adecuadamente en las actividades prácticas complementarias (Strava, actividades voluntarias, recreos). Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material. Medidas de Refuerzo Educativo a los alumnos con calificación negativa en la 1ª y 2ª evaluación: -Información individualizada sobre las actividades de recuperación prácticas y teóricas y seguimiento para superar la evaluación suspensa, a través de la plataforma			

	Classroom. - Seguimiento diario en clase sobre su participación en las actividades prácticas. - Participación en actividades físico-deportivas del departamento. Nombre: Curso: 2ª EVAL 3ª EVAL ITEMS Sí NO EP SÍ NO EP Realiza trabajos teóricos no superados. Participa activamente en las actividades prácticas diarias. Realiza adecuadamente las actividades prácticas de recuperación (Strava, actividades voluntarias). Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material.			

Estrategias e instrumentos para la evaluacion del proceso de enseñanza y la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
DEPARTAMENTO DIDÁCTICO: EVALUACIÓN: COORDINACIÓN DOCENTE Nº de reuniones de departamento mantenidas Principales acuerdos pedagógicos adoptados AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE ¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa? Diferencias producidas entre los diferentes grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas CONSECUCIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Grado de consecución por los alumnos en los distintos grupos de los mismos cursos de la etapa Análisis de las diferencias advertidas RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE Datos cuantitativos por grupos Diferencias producidas entre los distintos grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas PLANES DE MEJORA, EN SU CASO				

Medidas previstas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la mejora de expression oral y escrita

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
La Educación Física es una materia eminentemente práctica, pero podemos contribuir al hábito de la lectura y a la capacidad de expresarse oral y escrito de diversas formas que se detallan a continuación: Los saberes básicos teóricos de la asignatura se trabajan mediante los apuntes elaborados por el profesor, fichas y trabajos de aplicación que contribuyen al hábito de lectura. Se les proporciona artículos de revistas relacionados con esta área y se fomenta la búsqueda de información sobre saberes de la Educación Física. Las pruebas escritas se programan normalmente mediante preguntas cortas para que los alumnos se tengan que expresar por escrito. Igualmente, realizan trabajos teóricos en los que tienen que explicar de forma escrita ejercicios, actividades, juegos, etc...	Los alumnos participan activamente en la realización de actividades de clase, por ejemplo, dirigen los calentamientos, proponen y exponen juegos, actividades y ejercicios sobre diferentes contenidos, explican ejercicios para realizar la vuelta a la calma (estiramiento), todos estos aspectos mejoran la capacidad de expresión oral, de mostrarse delante de los compañeros y les realza la autoestima.

IES EDUARDO LINARES LUMERAS	Curso Escolar: 2023/24

Programación

Materia: EFI3EA - Educación Física	Curso: 3º	ETAPA: Educación Secundaria Obligatoria

Plan General Anual

UNIDAD UF1: Condición Física y Salud	Fecha inicio prev.: 11/09/2023	Fecha fin prev.: 10/11/2023	Sesiones prev.: 18

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

0.3 - Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

0.2 - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.

0.3 - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

0.4 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

0.5 - Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.3 - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.2.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:100%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.3.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.4.Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:50% • Pruebas Prácticas:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.5.Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM

UNIDAD UF2: Nutrición	**Fecha inicio prev.: 13/11/2023**	**Fecha fin prev.: 24/11/2023**	**Sesiones prev.: 4**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.2 - Salud social: Suplementación deportiva. Riesgos y condicionantes éticos.

0.3 - Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.4.Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:50% • Pruebas Prácticas:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:100%	0,667	• CC • CCEC

UNIDAD UF3: Deportes Alternativos: Béisbol y Floorball	**Fecha inicio prev.: 27/11/2023**	**Fecha fin prev.: 22/12/2023**	**Sesiones prev.: 8**

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
	#.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:50% • Pruebas Prácticas:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
UNIDAD UF4: Baloncesto		**Fecha inicio prev.: 08/01/2024**	**Fecha fin prev.: 09/02/2024**	**Sesiones prev.: 10**

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.

0.6 - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.
0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
E - Manifestaciones de la cultura motriz.
0.1 - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes regionales y nacionales como seña de identidad cultural.
0.4 - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
	#.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:50% • Pruebas Prácticas:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:100%	0,667	• CC • CCL • CPSAA

UNIDAD UF5: Respiración/Relajación	Fecha inicio prev.: 12/02/2024	Fecha fin prev.: 01/03/2024	Sesiones prev.: 6

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos. Educación postural: técnicas básicas de descarga postural. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el control de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

0.3 - Salud mental: tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.2 - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.

0.3 - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

0.4 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

0.5 - Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.2.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:100%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM

UNIDAD UF6: Actividades en la Naturaleza	Fecha inicio prev.: 04/03/2024	Fecha fin prev.: 22/03/2024	Sesiones prev.: 6

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.3 - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

0.4 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

0.5 - Actuaciones ante accidentes. Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
0.1 - Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible.
0.2 - La práctica de bicicleta como medio de transporte habitual.
0.3 - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico- deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
0.4 - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
0.5 - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.5.Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,667	• CCL • CD • CPSAA • STEM
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CC • CCEC
	#.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:100%	0,667	• CC • CCEC

5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	#.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CC • CE • STEM
	#.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,667	• CC • CE • STEM
UNIDAD UF7: Juegos Cooperativos y Tradicionales		**Fecha inicio prev.: 05/04/2024**	**Fecha fin prev.: 19/04/2024**	**Sesiones prev.: 4**

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

0.6 - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.1 - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes regionales y nacionales como seña de identidad cultural.

0.4 - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
	#.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:50% • Pruebas Prácticas:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:100%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CC • CCEC
UNIDAD UF8: Expresión Corporal		**Fecha inicio prev.: 22/04/2024**	**Fecha fin prev.: 17/05/2024**	**Sesiones prev.: 8**

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros y compañeras de realización. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.2 - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal.

0.3 - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter artístico-expresivo.

0.4 - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA

3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:50% • Pruebas Prácticas:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:100%	0,667	• CC • CCL • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.3.Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CC • CCEC
UNIDAD UF9: Fútbol Sala		**Fecha inicio prev.: 20/05/2024**	**Fecha fin prev.: 19/06/2024**	**Sesiones prev.: 9**

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.2 - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.

0.3 - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales básicos en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones básicas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico- deportivas: identificación y corrección de errores comunes.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.4 - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
	#.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100%	0,667	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	**Eval. Ordinaria:** • Cuadernos del profesor:50% • Pruebas Prácticas:50%	0,667	• CC • CCL • CPSAA

Revisión de la Programación

Otros elementos de la programación

Decisiones metodológicas y didácticas. Situaciones de aprendizaje

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Consideramos la Educación Física como disciplina escolar que da importancia tanto al proceso como a los resultados. Contemplamos una materia que se desarrolla mediante un proceso rico en experiencias y vivencias formativas, pero un proceso en el que se valore el esfuerzo necesario para conseguir los aprendizajes. La programación de los saberes básicos se ha realizado teniendo presente el objetivo de que nuestros alumnos obtengan un aprendizaje significativo y funcional. Al principio de curso, se utilizarán los procedimientos que se consideren más adecuados para detectar el nivel de partida de los alumnos/as, así como sus experiencias previas e intereses en los saberes que se van a trabajar. Se tratará de individualizar la enseñanza en la medida de lo posible, dando respuesta a la diversidad de los alumnos y alumnas en cuanto a capacidades, habilidades, motivaciones, intereses, estilos de aprendizaje, etc.	Para ello adaptaremos la dificultad e intensidad de las tareas que proponemos, al nivel de capacidad y habilidad detectado en la evaluación inicial. Utilizaremos estilos, técnicas, estrategias, variadas, con el fin de adaptar la metodología a las características de los alumnos y a sus diferentes formas de aprender, teniendo en cuenta también los que son más idóneos y eficaces en el contenido que se está enseñando. Cuando sea factible, se dará opción a los alumnos para que puedan elegir las actividades o los ejercicios que más les interesen o que se adecuen mejor a su nivel de capacidad. Propugnamos un tipo de enseñanza activa y participativa, implicando al alumno en su propio proceso de aprendizaje, dotándole de una autonomía creciente y progresiva y favoreciendo al mismo tiempo que aprenda a asumir sus responsabilidades en el aprendizaje, en el trabajo de clase, en la convivencia y las relaciones con los demás. Difícilmente se conseguirá la participación de los alumnos si no saben lo que se espera de ellos, por lo que nos parece indispensable que se les proporcione la información pertinente sobre todos los aspectos del			

proceso de enseñanza-aprendizaje que deben conocer: objetivos que se persiguen, saberes básicos que se van a desarrollar, utilidad de los aprendizajes, criterios de evaluación y calificación, trabajos que deben presentar, normas de comportamiento, etc. Nuestra meta es que los alumnos no solo realicen actividad física, sino que aprendan a hacer ejercicio físico, logrando los beneficios que conlleva y evitando los riesgos y perjuicios que puede ocasionar una práctica inadecuada. Para lograrlo, tenemos que ir dotándolos de una autonomía creciente, dándoles ocasiones para que puedan ir tomando decisiones en la planificación, organización, elección y realización de actividades, en la medida en que tengan la capacidad y responsabilidad para poder hacerlo. La competición en la clase de E.F. es consustancial en algunos de los saberes básicos, como puede ser el de deportes, y además resulta un elemento muy atrayente y motivador para el alumno. Nuestra posición ante el binomio cooperación-competición es que siempre que se haga un tratamiento didáctico correcto, no son en modo alguno excluyentes. El individuo en la

	sociedad actual, se enfrenta constantemente a situaciones en las cuales la cooperación y la competición coexisten y se entremezclan. Por tanto, es necesario que aprenda a afrontar estas situaciones de una manera adecuada, desde la base de unos principios de convivencia y respeto a los demás. No debe confundirse un planteamiento competitivo de la clase en el que se persigue que cada participante obtenga resultados que sí son beneficiosos para él. Se llevará a cabo una metodología preferentemente activa ,con trabajo práctico por parte de los alumnos, ,La parte teórica se trabajará con fichas y trabajos de los alumnos, así como, con exposiciones de partes prácticas e investigaciones de la parte de teoría, así como, exámenes teóricos y prácticos.			

Medidas de atención a la diversidad

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Con estas medidas el centro y los distintos departamentos pretendemos dar respuesta a las necesidades educativas que tienen los alumnos y alumnas, asegurando de esta manera la igualdad de oportunidades. Además de las posibilidades que ofrece el centro en cuanto a opcionalidad de áreas y diversificación curricular desde nuestra área atendemos a la diversidad con las siguientes actuaciones: -Evaluación inicial: Al principio del curso realizamos una prueba inicial a todos los alumnos y alumnas para ver el nivel con el que empiezan y poder adaptar y ajustar los objetivos planteados. -Actividades diferenciadas: Hemos tenido en cuenta el interés de alumnos y alumnas por los deportes que se practican en la localidad a la hora de programar las de nuestro departamento, con lo que conseguimos un mayor interés por la asignatura.	Debido a la práctica deportiva generalizada en la localidad tenemos niveles de ejecución muy diferentes. Estos distintos niveles se ponen de manifiesto en las pruebas iniciales y nos permiten revisar objetivos y agrupar a los alumnos y alumnas de manera homogénea, para así llevar cada uno y cada una su propio ritmo de trabajo en base a su nivel. Desde la educación física estamos en inmejorable situación para que cada alumno/a trabaje a su ritmo o dentro de un grupo homogéneo. Aplicaremos distintos métodos de enseñanza, dependiendo del carácter de las actividades, puesto que según el tipo de actividad a realizar será más apropiado un método u otro. En esta etapa uno de los objetivos es conseguir por parte de los alumnos/as mayor autonomía. Pero debido a los diferentes niveles de ejecución detectados en las pruebas iniciales utilizaremos distintas técnicas de enseñanza. Cuando el alumno/a necesite asimilar movimientos complejos y específicos utilizaremos la Instrucción directa. En cambio cuando queremos que el alumno/a descubra soluciones motrices utilizaremos la			

	enseñanza mediante la búsqueda. Igualmente dentro de una misma sesión y según los distintos grupos utilizaremos distintos estilos de enseñanza La actuación ante alumnos más capaces se aplicará en dos aspectos: ¿ A nivel práctico, se realizarán actividades en función del nivel de los alumnos, como se ha indicado en el apartado anterior. La enseñanza en nuestra área se ajusta a la capacidad del alumnado. ¿ A nivel teórico, se ampliará la información sobre los bloques conceptuales que se imparten en esta materia. Realización de trabajos complementarios, preparación de sesiones prácticas para el resto de los compañeros, elaboración y puesta en práctica de actividades que proponga dicho alumnado, etc¿ Se llevarán a cabo adaptaciones en la parte teórica, dejando más tiempo para los alumnos TDH, así como facilitando la interacción en el caso de un alumno TEA.			

Materiales y recursos didácticos

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES

Cuando hablamos de recursos didácticos en la enseñanza nos referimos a todos aquellos apoyos pedagógicos que el docente utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje buscando el desarrollo óptimo de los contenidos a impartir, buscan facilitar al alumnado el acceso a la información, la adquisición de habilidades, destrezas y estrategias, incluso la formación de actitudes y valores. Los alumnos dispondrán de temas teóricos elaborados por el profesor y que se presentarán a través de la Plataforma digital Classroom. El Departamento cuenta con: - Gimnasio. - Pistas polideportivas (2). - Un equipo de música. - Un ordenador fijo. - Diversos CDs que contienen soportes musicales apropiados para danzas; para la realización de movimientos diversos con acompañamiento musical y para actividades de relajación, o para pruebas de condición física.	Recursos instrumentales: a) Gran material: - plintos de cajones (1) - bancos suecos (15) - colchonetas pequeñas de caída (2) - aislantes (40) - trampolín (2) - potro - juegos de palos de voleibol (3). b) Pequeño material manipulable: - compresor de inflar balones (1) - balones de baloncesto (22) - balones de voleibol (20) - balones de fútbol-sala (20) - balones de balonmano (20) - balones de rugby (10) ¿ balones de gomaespuma (12) ¿ balones de plástico (10) - aros (15, diferentes tamaños) - cuerdas cortas para salto (30) - cuerdas gruesas (4) - discos voladores (15) - raquetas de bádminton (10). - volantes de bádminton (20) - redes de bádminton (4) - sticks para floorball (30) - bolas para floorball (15) - balones medicinales (3) - pivotes de señalización (29) - bandas elásticas (30) - mancuernas (de diversos pesos 12) - palas de madera (30) - bate de beisbol (4) - pelotas de béisbol goma (8) ¿ testigos de atletismo (5) ¿ juegos de petanca (4) ¿ petos (25).

Relación de actividades complementarias y extraescolares para el curso escolar

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre		
Programa Deporte Escolar	✔	✔		Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Actividades deportivas promovidas por el Ayuntamiento de Molina u otras entidades deportivas	✔	✔	✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Patinaje sobre hielo (Murcia)		✔		Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Encuentros deportivos por la igualdad (Abarán)			✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	

Concreción de los elementos transversales

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

En el tratamiento de los temas transversales tendremos en cuenta las peculiares características de nuestra materia que brinda un marco especial para trabajar estos aspectos. La mejora de la comprensión lectora y la expresión oral y escrita, la hemos comentado en las medidas de mejora de la aplicación Anota. La comunicación audiovisual y las TIC se trabajarán de diversas maneras: utilizaremos la plataforma Classroom para enviar y recibir apuntes, trabajos, comentarios, preguntas, vídeos explicativos, fotos, etc.. Usaremos diferentes aplicaciones relacionadas con la actividad física para trabajar saberes básicos de nuestra área (Strava, Endomondo, Winner, etc..).	La educación emocional y valores, la educación para la paz y el fomento de la creatividad y del espíritu científico se tratarán, sobre todo, cuando trabajemos actividades físico-deportivas y artístico-expresivas al respetar las normas de juegos y deportes, el respeto a los compañeros y contrarios, saber trabajar en grupo, autoevaluarse y coevaluarse, expresar sus sentimientos y sensaciones. El consumo responsable y desarrollo sostenible se tratará construyendo materiales deportivos con elementos reciclables (bolas de juegos malabares, bolos, paletas de mano, etc..). Por último, nuestra materia trata de forma especial, la educación para la salud. Se trabajará en proyectos, en relación con otras asignaturas, para desarrollar saberes básicos que se realizan en el medio natural (orientación, curvas de nivel, uso de la brújula, etc...)			

Estrategias e instrumentos para la evaluación del aprendizaje del alumnado

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Para obtener información sobre los alumnos y alumnas que deseamos evaluar vamos a utilizar los procedimientos e instrumentos derivados de los tipos vistos anteriormente: - Evaluación subjetiva. - Procedimientos de observación. - Evaluación objetiva. - Procedimientos de experimentación o rendimiento. La observación la vamos a utilizar fundamentalmente para recoger información de aquellos factores relacionados con el aprendizaje que no pueden ser medidos por otros instrumentos, completando los resultados obtenidos mediante los instrumentos objetivos de medición. Los instrumentos que vamos a aplicar para los procesos de observación son: Registros anecdóticos y escalas de clasificación. Los instrumentos a utilizar para evaluar los procesos de experimentación o rendimiento son: Exámenes (orales o escritos), trabajos de aplicación, entrevistas, pruebas de ejecución y tests.	El programa de evaluación se resume en los tres puntos siguientes: 1. Determinación de los objetivos que se van a evaluar (criterios de evaluación). 2. Selección y administración de las pruebas de evaluación para comprobar, medir y apreciar el desarrollo, la adaptación y el rendimiento en relación con los objetivos educativos. 3. Análisis e interpretación de los resultados. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN (Ver anexo).			

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN A) EVALUACIÓN ORDINARIA Distinguiremos los siguientes ámbitos de actuación: 1. ÁMBITO DE PRÁCTICA FÍSICA: 50% DE LA CALIFICACIÓN. Se refiere a los aspectos de condición física, habilidades motrices, habilidades específicas, juegos, expresión corporal y actividades en el medio natural. El apartado de condición física, está compuesto por 6 pruebas, que medirán las capacidades de los alumnos en las diferentes cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Las habilidades motrices se calificarán mediante pruebas que se confeccionarán en cada evaluación y estarán compuestas por los ejercicios o actividades del saber básico trabajado en dicha evaluación. Las pruebas se calificarán sobre 5 puntos. No obstante, se tendrán en consideración las notas de observación de clase del profesor de tipo práctico.	Si un alumno presenta, en este apartado, un número de tres o más positivos se le podrá subir la calificación en medio punto. Si en una misma evaluación se realizan varias pruebas prácticas se hallará la media aritmética de todas ellas. Es obligatorio realizar todas las pruebas prácticas. 2. ÁMBITO TEÓRICO: 30% DE LA CALIFICACIÓN Consistirá en un examen oral o escrito para verificar si los alumnos han comprendido y adquirido los diferentes conceptos teóricos o saberes básicos. Estos conceptos teóricos se refieren a aspectos como las cualidades físicas, deportes, higiene y salud, alimentación, hábitos básicos de la actividad física, beneficios de la actividad física, etc...La calificación máxima será de 3 puntos. Los trabajos teóricos y fichas también formarán parte de la nota de conceptos y serán valorados sobre tres puntos. De ambos apartados (examen, trabajos y fichas) se calculará la media aritmética. Es obligatorio entregar todos los trabajos y fichas. Se tendrá en cuenta el contenido, la presentación, limpieza y organización de los trabajos. 3. ÁMBITO DE HÁBITOS E HIGIENE: 20% DE LA CALIFICACIÓN			

	Este apartado supone una evaluación de aspectos referidos a trabajo diario en clase, hábitos, valores y respeto de las normas durante las actividades. Aquí, el profesor recogerá notas del desarrollo de las clases cuando algún alumno o alumna demuestren con sus acciones su rendimiento en cuanto a aceptación de normas, ayudas, colaboraciones, respeto a los compañeros y profesor, interés, esfuerzo, participación, faltas de vestuario, aseo, etc. La calificación de este apartado es de 2 puntos. Si un alumno acumula cuatro anotaciones negativas equivaldrá a cero puntos en hábitos e higiene. (NOTA: Ver tabla de Anotaciones Conductuales).			

TABLA DE ANOTACIONES CONDUCTUALES 1. PRÁCTICAS FÍSICAS Conductas tipo Símbolo Participar en clase activamente +P Tarea o ejercicio bien ejecutado +E Ofrecerse voluntario +V Los casos contrarios se reflejarían con un negativo en cada uno de los ítems. 2. HÁBITOS E HIGIENE Conductas tipo Símbolo Llegar tarde a clase (2 veces) = -T Enfermedad sin justificar -E De comportamiento: Molestar mientras explica el profesor C1 No enterarse de la actividad a realizar. C2 Realizar actividad diferente a la propuesta. C3 Faltar respeto a un compañero o al profesor C4 Pelearse de broma en clase C5 Irse de clase C6 Cuidado del material: Símbolo Patada a un balón inadecuado. CM1 Utilizar inadecuadamente el material CM2 Perder el material CM3 No recoger el material al finalizar la sesión CM4 Equipamiento: No traer ropa deportiva Rp No asearse y cambiarse de camiseta As	NOTA: La participación en actividades complementarias y extraescolares organizadas por el departamento, actividades de profundización, etc..., podrán incrementar la calificación hasta en un punto, así como, mantener determinados hábitos de higiene corporal tras la realización de práctica física. EXENCIONES DE LOS SABERES BÁSICOS DE PRÁCTICA FÍSICA. Los alumnos/as que por algún tipo de imposibilidad médica no puedan realizar el ámbito práctico de los saberes básicos, deberán igualmente asistir a las clases. NO EXISTEN LOS EXENTOS. La exención total o parcial de la parte práctica la determinará el Departamento, previo estudio de los informes médicos presentados. Recordamos que se valoran otros aspectos aparte de los contenidos prácticos. Distinguiremos distintos tipos de exenciones: 1. Exención total (todo el curso escolar), en este caso, los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (80%), en este apartado el alumno/a tendrá que realizar las mismas pruebas teóricas y trabajos que los demás compañeros. Además, tendrá que presentar el cuaderno de ejercicios debidamente cumplimentado (describir todas			

las sesiones prácticas de clase, junto con los saberes básicos y competencias que se trabajan). Por último, deberá preparar y dirigir una sesión de trabajo sobre algún saber básico que se desarrolle en cada trimestre y que podrá elegir el propio alumno. Todas las pruebas, trabajos y fichas se calificarán sobre ocho puntos. - Ámbito de hábitos e higiene (20%), se regirá por los mismos criterios que el resto del alumnado (véase tabla de anotaciones conductuales). No obstante, se tendrá muy en cuenta la implicación del alumno en las actividades de clase, el ofrecerse voluntario para proponer actividades, su participación, su asistencia continuada, etc... 2. Exención temporal (máximo de un trimestre), en este caso, se regirá por los mismos criterios que en el apartado anterior en dicho trimestre. Si el alumno está de baja durante menos de un trimestre tendrá que realizar adicionalmente los siguientes trabajos teórico-prácticos: copiar las actividades realizadas en todas las sesiones prácticas en las que esté de baja, entregando dicho trabajo que será puntuado sobre tres puntos. Si la baja es de más de un mes, a parte del trabajo anterior, el

	alumno tendrá que realizar y dirigir una sesión práctica sobre un saber básico de los que se impartan en ese trimestre. Dicho trabajo se valorará sobre tres puntos. En todos los trabajos se valorará la organización de los mismos, claridad del contenido e idoneidad de las actividades programadas. En el caso de que la baja sea de menos de un trimestre los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (30% de la nota), se incluye en este apartado todos los trabajos antes indicados más los que se solicitan a los alumnos sin baja médica. - Ámbito de práctica física (50% de la nota), en este apartado se realizarían las pruebas prácticas pertinentes y con las mismas premisas que para el resto de los alumnos. - Ámbito de hábitos e higiene (20% de la nota), se valorará los mismos aspectos que en los criterios de calificación para el resto de los alumnos/as.			

B) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS EN EVALUACIÓN ORDINARIA Habrá dos formas de recuperar esta materia: 1. Por evaluaciones, para el siguiente trimestre se tendrá que recuperar la parte que no haya sido superada por cada alumno: - Teórica (prueba oral o escrita, entrega de trabajos, fichas, etc..). - Práctica física (prueba práctica sobre los saberes básicos no superados). - Hábitos e higiene: Se realizará un seguimiento del alumno por evaluación. Si el alumno/a ha mostrado una actitud negativa en dos trimestres, tendrá que realizar la prueba final de junio (ver ese apartado). Las calificaciones de cada evaluación se tendrán en consideración y quedan guardadas para la valoración final. En principio, una evaluación se recuperará no teniendo ninguna nota negativa en la siguiente evaluación. La calificación en la evaluación recuperada sería la conseguida en el siguiente trimestre.	En el caso de no superar únicamente una evaluación (cualquiera de las tres), el profesor hará una valoración global del alumno a lo largo de todo el curso, y se obtendrá la nota final por este apartado hallando la media aritmética de las notas de las tres evaluaciones. Se podrán realizar trabajos teórico-prácticos voluntarios, actividades complementarias por parte del alumnado para aprobar esta parte, si el profesor lo estima conveniente. Los porcentajes de los criterios de calificación de cada apartado siguen siendo los mencionados en la evaluación ordinaria. 2. Prueba final, dicha prueba se realizará en Junio. En ella se examinarán los alumnos de los apartados suspensos (teoría y práctica física) no superados por evaluaciones. Se realizará una prueba teórica escrita final y una prueba práctica sobre los bloques de contenidos no superados. Los porcentajes de cada apartado (teórico, práctica física y hábitos e higiene) serán los mismos (30%, 50% y 20% respectivamente). Las pruebas teóricas y prácticas tendrán las mismas características que durante el curso académico normal (ver criterios de calificación). D) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS ABSENTISTAS Si un alumno ha			

	faltado a clase más del 30% de las sesiones anuales durante un solo trimestre y se incorpora de nuevo de manera normal para el resto del curso, se aplicarán las siguientes actuaciones: - Los criterios de calificación serán los mismos que para el resto de alumnos. - Tendrán que realizar todos los trabajos, fichas y pruebas teóricas que se hayan programado hasta la fecha. - Realización de todas las pruebas prácticas que les faltara por hacer. - Tendrán que dirigir una sesión práctica para sus compañeros sobre un contenido que decida el profesor. Si el alumno fuese exento de la parte práctica, se regiría por los mismos criterios de calificación para alumnado exento de práctica y con los mismos parámetros anteriormente expuestos.			

E) PLANES DE REFUERZO EN EDUCACIÓN FÍSICA Plan Específico Personalizado para los alumnos que repiten curso: A los alumnos repetidores se les proporciona: -Información sobre los saberes básicos que se van a trabajar en cada trimestre tanto a nivel práctico como teórico. -Información acerca de los trabajos teórico-prácticos que se demandarán durante el curso. -Información sobre las pruebas prácticas que se realizarán durante el curso. -Información sobre los criterios de calificación de la asignatura. -Se realizará un seguimiento diario individualizado sobre su participación en clase, respeto de normas de funcionamiento en las clases prácticas, aseo e higiene personal, respeto a los compañeros, cuidado del material. -Información sobre lo que supone participar en actividades complementarias propuestas por el departamento (Strava, competiciones en los recreos, actividades voluntarias, competiciones intercentros).	-Enfatizaremos en las carencias demostradas en el curso anterior para intentar resolverlas mediante progresiones más detalladas, actividades más adaptadas a sus capacidades, empleando diferentes metodologías y estilos de enseñanza. La recogida de datos se hace en el cuadro siguiente: Nombre: Curso: 1ª EVAL 2ª EVAL 3ª EVAL ITEMS Sí NO EP SÍ NO EP SÍ NO EP Realiza adecuadamente trabajos teóricos solicitados. Realiza adecuadamente exámenes teóricos solicitados. Realiza adecuadamente las pruebas prácticas solicitadas. Participa activamente en las actividades prácticas diarias. Participa adecuadamente en las actividades prácticas complementarias (Strava, actividades voluntarias, recreos). Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material. Medidas de Refuerzo Educativo a los alumnos con calificación negativa en la 1ª y 2ª evaluación: -Información individualizada sobre las actividades de recuperación prácticas y teóricas y seguimiento para superar la evaluación suspensa, a través de la plataforma			

	Classroom. - Seguimiento diario en clase sobre su participación en las actividades prácticas. - Participación en actividades físico-deportivas del departamento. Nombre: Curso: 2ª EVAL 3ª EVAL ITEMS Sí NO EP SÍ NO EP Realiza trabajos teóricos no superados. Participa activamente en las actividades prácticas diarias. Realiza adecuadamente las actividades prácticas de recuperación (Strava, actividades voluntarias). Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material.			

Estrategias e instrumentos para la evaluacion del proceso de enseñanza y la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
DEPARTAMENTO DIDÁCTICO: EVALUACIÓN: COORDINACIÓN DOCENTE Nº de reuniones de departamento mantenidas Principales acuerdos pedagógicos adoptados AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE ¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa? Diferencias producidas entre los diferentes grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas CONSECUCIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Grado de consecución por los alumnos en los distintos grupos de los mismos cursos de la etapa Análisis de las diferencias advertidas RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE Datos cuantitativos por grupos Diferencias producidas entre los distintos grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas PLANES DE MEJORA, EN SU CASO				

Medidas previstas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la mejora de expression oral y escrita

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
La Educación Física es una materia eminentemente práctica, pero podemos contribuir al hábito de la lectura y a la capacidad de expresarse oral y escrito de diversas formas que se detallan a continuación: Los saberes básicos teóricos de la asignatura se trabajan mediante los apuntes elaborados por el profesor, fichas y trabajos de aplicación que contribuyen al hábito de lectura. Se les proporciona artículos de revistas relacionados con esta área y se fomenta la búsqueda de información sobre saberes de la Educación Física. Las pruebas escritas se programan normalmente mediante preguntas cortas para que los alumnos se tengan que expresar por escrito. Igualmente, realizan trabajos teóricos en los que tienen que explicar de forma escrita ejercicios, actividades, juegos, etc...	Los alumnos participan activamente en la realización de actividades de clase, por ejemplo, dirigen los calentamientos, proponen y exponen juegos, actividades y ejercicios sobre diferentes contenidos, explican ejercicios para realizar la vuelta a la calma (estiramiento), todos estos aspectos mejoran la capacidad de expresión oral, de mostrarse delante de los compañeros y les realza la autoestima.

Programación

Materia: EFI4EA - Educación Física	Curso: 4º	ETAPA: Educación Secundaria Obligatoria

Plan General Anual

UNIDAD UF1: Condición Física y Plan de Entrenamiento	Fecha inicio prev.: 11/09/2023	Fecha fin prev.: 01/11/2023	Sesiones prev.: 15

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica). Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

0.3 - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.

0.2 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.3 - Capacidades condicionales: planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.1.Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,590	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM

UNIDAD UF2: Nutrición y Suplementación	Fecha inicio prev.: 01/11/2023	Fecha fin prev.: 17/11/2023	Sesiones prev.: 5

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica). Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.

0.2 - Salud social: dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.2.Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.5.Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:100%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.6.Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:50% • Pruebas teóricas:50%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM

UNIDAD UF3: Primeros Auxilios y lesiones	Fecha inicio prev.: 08/01/2024	Fecha fin prev.: 24/01/2024	Sesiones prev.: 5

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.3 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del de los demás. Medidas colectivas de seguridad.

0.4 - Actuaciones ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar).

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.3.Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
	#.1.4.Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas teóricas:100%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM

UNIDAD UF4: Footbaskill	Fecha inicio prev.: 24/01/2024	Fecha fin prev.: 23/02/2024	Sesiones prev.: 9

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.2 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.3 - Capacidades condicionales: planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,588	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,590	• CE • CPSAA

3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,590	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:50% • Pruebas prácticas:50%	0,588	• CC • CCL • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:50% • Pruebas prácticas:50%	0,588	• CC • CCEC
	#.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:100%	0,588	• CC • CCEC
UNIDAD UF5: Deportes Alternativos		**Fecha inicio prev.: 26/02/2024**	**Fecha fin prev.: 22/03/2024**	**Sesiones prev.: 8**

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
E - Manifestaciones de la cultura motriz.
0.1 - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes del mundo como seña de identidad cultural.
0.3 - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:50% • Pruebas teóricas:50%	0,588	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,590	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.2.Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:50% • Pruebas prácticas:50%	0,588	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:100%	0,588	• CC • CCL • CPSAA

4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:50% • Pruebas prácticas:50%	0,588	• CC • CCEC
UNIDAD UF6: Badminton		**Fecha inicio prev.: 05/04/2024**	**Fecha fin prev.: 03/05/2024**	**Sesiones prev.: 8**

Saberes básicos

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,588	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,590	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,590	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:100%	0,588	• CC • CCL • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:50% • Pruebas prácticas:50%	0,588	• CC • CCEC
UNIDAD UF7: Orientación		**Fecha inicio prev.: 06/05/2024**	**Fecha fin prev.: 17/05/2024**	**Sesiones prev.: 4**

Saberes básicos

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.3 - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.

F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.
0.1 - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares).
0.2 - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual.
0.3 - Análisis y gestión del riesgo propio y de los demás en las prácticas físico-deportivas en el medio natural y urbano. Medidas colectivas de seguridad.
0.4 - Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano.
0.5 - Cuidado del entorno, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en entornos naturales y urbanos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,588	• CE • CPSAA
5.Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.	#.5.1.Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica, y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,588	• CC • CE • STEM
	#.5.2.Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas teóricas:100%	0,588	• CC • CE • STEM
UNIDAD UF8: Expresión Corporal		**Fecha inicio prev.: 20/05/2024**	**Fecha fin prev.: 19/06/2024**	**Sesiones prev.: 9**

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.
0.2 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.
0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.
0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.
0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.
0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.
E - Manifestaciones de la cultura motriz.
0.2 - Práctica de actividades rítmico-musicales: organización de espectáculos y eventos artístico-expresivos.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.	#.1.6.Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:50% • Pruebas teóricas:50%	0,588	• CCL • CD • CPSAA • STEM
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.3.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:100%	0,588	• CC • CCL • CPSAA

4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.2.Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:100%	0,588	• CC • CCEC
	#.4.3.Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,588	• CC • CCEC
UNIDAD UF9: Elige tu deporte favorito		**Fecha inicio prev.: 20/11/2023**	**Fecha fin prev.: 22/12/2023**	**Sesiones prev.: 10**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Creación de una identidad corporal definida y consolidada alejada de estereotipos sexistas.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.2 - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones óptimas previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales para resolverla adecuadamente.

0.3 - Capacidades condicionales: planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.

0.4 - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

0.3 - Respeto a las reglas: juego limpio en los distintos niveles de deporte y actividad física.

0.4 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
2.Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.2.Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,588	• CE • CPSAA
	#.2.3.Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,590	• CE • CPSAA
3.Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.	#.3.1.Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas prácticas:100%	0,590	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:100%	0,588	• CC • CCL • CPSAA
4.Practicar, analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.	#.4.1.Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del profesor:50% • Pruebas prácticas:50%	0,588	• CC • CCEC

Revisión de la Programación

Otros elementos de la programación

Decisiones metodológicas y didácticas. Situaciones de aprendizaje

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Consideramos la Educación Física como disciplina escolar que da importancia tanto al proceso como a los resultados. Contemplamos una materia que se desarrolla mediante un proceso rico en experiencias y vivencias formativas, pero un proceso en el que se valore el esfuerzo necesario para conseguir los aprendizajes. La programación de los saberes básicos se ha realizado teniendo presente el objetivo de que nuestros alumnos obtengan un aprendizaje significativo y funcional. Al principio de curso, se utilizarán los procedimientos que se consideren más adecuados para detectar el nivel de partida de los alumnos/as, así como sus experiencias previas e intereses en los saberes que se van a trabajar. Se tratará de individualizar la enseñanza en la medida de lo posible, dando respuesta a la diversidad de los alumnos y alumnas en cuanto a capacidades, habilidades, motivaciones, intereses, estilos de aprendizaje, etc.	Para ello adaptaremos la dificultad e intensidad de las tareas que proponemos, al nivel de capacidad y habilidad detectado en la evaluación inicial. Utilizaremos estilos, técnicas, estrategias, variadas, con el fin de adaptar la metodología a las características de los alumnos y a sus diferentes formas de aprender, teniendo en cuenta también los que son más idóneos y eficaces en el contenido que se está enseñando. Cuando sea factible, se dará opción a los alumnos para que puedan elegir las actividades o los ejercicios que más les interesen o que se adecuen mejor a su nivel de capacidad. Propugnamos un tipo de enseñanza activa y participativa, implicando al alumno en su propio proceso de aprendizaje, dotándole de una autonomía creciente y progresiva y favoreciendo al mismo tiempo que aprenda a asumir sus responsabilidades en el aprendizaje, en el trabajo de clase, en la convivencia y las relaciones con los demás. Difícilmente se conseguirá la participación de los alumnos si no saben lo que se espera de ellos, por lo que nos parece indispensable que se les proporcione la información pertinente sobre todos los aspectos del			

proceso de enseñanza-aprendizaje que deben conocer: objetivos que se persiguen, saberes básicos que se van a desarrollar, utilidad de los aprendizajes, criterios de evaluación y calificación, trabajos que deben presentar, normas de comportamiento, etc. Nuestra meta es que los alumnos no solo realicen actividad física, sino que aprendan a hacer ejercicio físico, logrando los beneficios que conlleva y evitando los riesgos y perjuicios que puede ocasionar una práctica inadecuada. Para lograrlo, tenemos que ir dotándolos de una autonomía creciente, dándoles ocasiones para que puedan ir tomando decisiones en la planificación, organización, elección y realización de actividades, en la medida en que tengan la capacidad y responsabilidad para poder hacerlo. La competición en la clase de E.F. es consustancial en algunos de los saberes básicos, como puede ser el de deportes, y además resulta un elemento muy atrayente y motivador para el alumno. Nuestra posición ante el binomio cooperación-competición es que siempre que se haga un tratamiento didáctico correcto, no son en modo alguno excluyentes. El individuo en la

	sociedad actual, se enfrenta constantemente a situaciones en las cuales la cooperación y la competición coexisten y se entremezclan. Por tanto, es necesario que aprenda a afrontar estas situaciones de una manera adecuada, desde la base de unos principios de convivencia y respeto a los demás. No debe confundirse un planteamiento competitivo de la clase en el que se persigue que cada participante obtenga resultados que sí son beneficiosos para él. Se llevará a cabo una metodología preferentemente activa ,con trabajo práctico por parte de los alumnos, ,La parte teórica se trabajará con fichas y trabajos de los alumnos, así como, con exposiciones de partes prácticas e investigaciones de la parte de teoría, así como, exámenes teóricos y prácticos.			

Medidas de atención a la diversidad

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Con estas medidas el centro y los distintos departamentos pretendemos dar respuesta a las necesidades educativas que tienen los alumnos y alumnas, asegurando de esta manera la igualdad de oportunidades. Además de las posibilidades que ofrece el centro en cuanto a opcionalidad de áreas y diversificación curricular desde nuestra área atendemos a la diversidad con las siguientes actuaciones: -Evaluación inicial: Al principio del curso realizamos una prueba inicial a todos los alumnos y alumnas para ver el nivel con el que empiezan y poder adaptar y ajustar los objetivos planteados. -Actividades diferenciadas: Hemos tenido en cuenta el interés de alumnos y alumnas por los deportes que se practican en la localidad a la hora de programar las de nuestro departamento, con lo que conseguimos un mayor interés por la asignatura.	Debido a la práctica deportiva generalizada en la localidad tenemos niveles de ejecución muy diferentes. Estos distintos niveles se ponen de manifiesto en las pruebas iniciales y nos permiten revisar objetivos y agrupar a los alumnos y alumnas de manera homogénea, para así llevar cada uno y cada una su propio ritmo de trabajo en base a su nivel. Desde la educación física estamos en inmejorable situación para que cada alumno/a trabaje a su ritmo o dentro de un grupo homogéneo. Aplicaremos distintos métodos de enseñanza, dependiendo del carácter de las actividades, puesto que según el tipo de actividad a realizar será más apropiado un método u otro. En esta etapa uno de los objetivos es conseguir por parte de los alumnos/as mayor autonomía. Pero debido a los diferentes niveles de ejecución detectados en las pruebas iniciales utilizaremos distintas técnicas de enseñanza. Cuando el alumno/a necesite asimilar movimientos complejos y específicos utilizaremos la Instrucción directa. En cambio cuando queremos que el alumno/a descubra soluciones motrices utilizaremos la			

	enseñanza mediante la búsqueda. Igualmente dentro de una misma sesión y según los distintos grupos utilizaremos distintos estilos de enseñanza La actuación ante alumnos más capaces se aplicará en dos aspectos: ¿ A nivel práctico, se realizarán actividades en función del nivel de los alumnos, como se ha indicado en el apartado anterior. La enseñanza en nuestra área se ajusta a la capacidad del alumnado. ¿ A nivel teórico, se ampliará la información sobre los bloques conceptuales que se imparten en esta materia. Realización de trabajos complementarios, preparación de sesiones prácticas para el resto de los compañeros, elaboración y puesta en práctica de actividades que proponga dicho alumnado, etc¿ Se llevarán a cabo adaptaciones en la parte teórica, dejando más tiempo para los alumnos TDH, así como facilitando la interacción en el caso de un alumno TEA.			

Materiales y recursos didácticos

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES

Cuando hablamos de recursos didácticos en la enseñanza nos referimos a todos aquellos apoyos pedagógicos que el docente utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje buscando el desarrollo óptimo de los contenidos a impartir, buscan facilitar al alumnado el acceso a la información, la adquisición de habilidades, destrezas y estrategias, incluso la formación de actitudes y valores. Los alumnos dispondrán de temas teóricos elaborados por el profesor y que se presentarán a través de la Plataforma digital Classroom. El Departamento cuenta con: - Gimnasio. - Pistas polideportivas (2). - Un equipo de música. - Un ordenador fijo. - Diversos CDs que contienen soportes musicales apropiados para danzas; para la realización de movimientos diversos con acompañamiento musical y para actividades de relajación, o para pruebas de condición física.	Recursos instrumentales: a) Gran material: - plintos de cajones (1) - bancos suecos (15) - colchonetas pequeñas de caída (2) - aislantes (40) - trampolín (2) - potro - juegos de palos de voleibol (3). b) Pequeño material manipulable: - compresor de inflar balones (1) - balones de baloncesto (22) - balones de voleibol (20) - balones de fútbol-sala (20) - balones de balonmano (20) - balones de rugby (10) ¿ balones de gomaespuma (12) ¿ balones de plástico (10) - aros (15, diferentes tamaños) - cuerdas cortas para salto (30) - cuerdas gruesas (4) - discos voladores (15) - raquetas de bádminton (10). - volantes de bádminton (20) - redes de bádminton (4) - sticks para floorball (30) - bolas para floorball (15) - balones medicinales (3) - pivotes de señalización (29) - bandas elásticas (30) - mancuernas (de diversos pesos 12) - palas de madera (30) - bate de beisbol (4) - pelotas de béisbol goma (8) ¿ testigos de atletismo (5) ¿ juegos de petanca (4) ¿ petos (25).

Relación de actividades complementarias y extraescolares para el curso escolar

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre		
Programa Deporte Escolar	✔	✔		Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Actividades físico-deportivas propuestas por el Ayuntamiento o entidades deportivas públicas o privadas	✔	✔		Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Encuentros deportivos por la igualdad (Abarán o Bullas)			✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Competiciones deportivas en los recreos	✔	✔	✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Actividades en la Naturaleza (Sierra Espuña)		✔		Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	

Concreción de los elementos transversales

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

En el tratamiento de los temas transversales tendremos en cuenta las peculiares características de nuestra materia que brinda un marco especial para trabajar estos aspectos. La mejora de la comprensión lectora y la expresión oral y escrita, la hemos comentado en las medidas de mejora de la aplicación Anota. La comunicación audiovisual y las TIC se trabajarán de diversas maneras: utilizaremos la plataforma Classroom para enviar y recibir apuntes, trabajos, comentarios, preguntas, vídeos explicativos, fotos, etc.. Usaremos diferentes aplicaciones relacionadas con la actividad física para trabajar saberes básicos de nuestra área (Strava, Endomondo, Winner, etc..).	La educación emocional y valores, la educación para la paz y el fomento de la creatividad y del espíritu científico se tratarán, sobre todo, cuando trabajemos actividades físico-deportivas y artístico-expresivas al respetar las normas de juegos y deportes, el respeto a los compañeros y contrarios, saber trabajar en grupo, autoevaluarse y coevaluarse, expresar sus sentimientos y sensaciones. El consumo responsable y desarrollo sostenible se tratará construyendo materiales deportivos con elementos reciclables (bolas de juegos malabares, bolos, paletas de mano, etc..). Por último, nuestra materia trata de forma especial, la educación para la salud. Se trabajará en proyectos, en relación con otras asignaturas, para desarrollar saberes básicos que se realizan en el medio natural (orientación, curvas de nivel, uso de la brújula, etc...)			

Estrategias e instrumentos para la evaluación del aprendizaje del alumnado

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Para obtener información sobre los alumnos y alumnas que deseamos evaluar vamos a utilizar los procedimientos e instrumentos derivados de los tipos vistos anteriormente: - Evaluación subjetiva. - Procedimientos de observación. - Evaluación objetiva. - Procedimientos de experimentación o rendimiento. La observación la vamos a utilizar fundamentalmente para recoger información de aquellos factores relacionados con el aprendizaje que no pueden ser medidos por otros instrumentos, completando los resultados obtenidos mediante los instrumentos objetivos de medición. Los instrumentos que vamos a aplicar para los procesos de observación son: Registros anecdóticos y escalas de clasificación. Los instrumentos a utilizar para evaluar los procesos de experimentación o rendimiento son: Exámenes (orales o escritos), trabajos de aplicación, entrevistas, pruebas de ejecución y tests.	El programa de evaluación se resume en los tres puntos siguientes: 1. Determinación de los objetivos que se van a evaluar (criterios de evaluación). 2. Selección y administración de las pruebas de evaluación para comprobar, medir y apreciar el desarrollo, la adaptación y el rendimiento en relación con los objetivos educativos. 3. Análisis e interpretación de los resultados.			

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN A) EVALUACIÓN ORDINARIA Distinguiremos los siguientes ámbitos de actuación: 1. ÁMBITO DE PRÁCTICA FÍSICA: 50% DE LA CALIFICACIÓN. Se refiere a los aspectos de condición física, habilidades motrices, habilidades específicas, juegos, expresión corporal y actividades en el medio natural. El apartado de condición física, está compuesto por 6 pruebas, que medirán las capacidades de los alumnos en las diferentes cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Las habilidades motrices se calificarán mediante pruebas que se confeccionarán en cada evaluación y estarán compuestas por los ejercicios o actividades del saber básico trabajado en dicha evaluación. Las pruebas se calificarán sobre 5 puntos. No obstante, se tendrán en consideración las notas de observación de clase del profesor de tipo práctico.	Si un alumno presenta, en este apartado, un número de tres o más positivos se le podrá subir la calificación en medio punto. Si en una misma evaluación se realizan varias pruebas prácticas se hallará la media aritmética de todas ellas. Es obligatorio realizar todas las pruebas prácticas. 2. ÁMBITO TEÓRICO: 30% DE LA CALIFICACIÓN Consistirá en un examen oral o escrito para verificar si los alumnos han comprendido y adquirido los diferentes conceptos teóricos o saberes básicos. Estos conceptos teóricos se refieren a aspectos como las cualidades físicas, deportes, higiene y salud, alimentación, hábitos básicos de la actividad física, beneficios de la actividad física, etc...La calificación máxima será de 3 puntos. Los trabajos teóricos y fichas también formarán parte de la nota de conceptos y serán valorados sobre tres puntos. De ambos apartados (examen, trabajos y fichas) se calculará la media aritmética. Es obligatorio entregar todos los trabajos y fichas. Se tendrá en cuenta el contenido, la presentación, limpieza y organización de los trabajos. 3. ÁMBITO DE HÁBITOS E HIGIENE: 20% DE LA CALIFICACIÓN			

	Este apartado supone una evaluación de aspectos referidos a trabajo diario en clase, hábitos, valores y respeto de las normas durante las actividades. Aquí, el profesor recogerá notas del desarrollo de las clases cuando algún alumno o alumna demuestren con sus acciones su rendimiento en cuanto a aceptación de normas, ayudas, colaboraciones, respeto a los compañeros y profesor, interés, esfuerzo, participación, faltas de vestuario, aseo, etc. La calificación de este apartado es de 2 puntos. Si un alumno acumula cuatro anotaciones negativas equivaldrá a cero puntos en hábitos e higiene. (NOTA: Ver tabla de Anotaciones Conductuales).			

TABLA DE ANOTACIONES CONDUCTUALES 1. PRÁCTICAS FÍSICAS Conductas tipo Símbolo Participar en clase activamente +P Tarea o ejercicio bien ejecutado +E Ofrecerse voluntario +V Los casos contrarios se reflejarían con un negativo en cada uno de los ítems. 2. HÁBITOS E HIGIENE Conductas tipo Símbolo Llegar tarde a clase (2 veces) = -T Enfermedad sin justificar -E De comportamiento: Molestar mientras explica el profesor C1 No enterarse de la actividad a realizar. C2 Realizar actividad diferente a la propuesta. C3 Faltar respeto a un compañero o al profesor C4 Pelearse de broma en clase C5 Irse de clase C6 Cuidado del material: Símbolo Patada a un balón inadecuado. CM1 Utilizar inadecuadamente el material CM2 Perder el material CM3 No recoger el material al finalizar la sesión CM4 Equipamiento: No traer ropa deportiva Rp No asearse y cambiarse de camiseta As	NOTA: La participación en actividades complementarias y extraescolares organizadas por el departamento, actividades de profundización, etc..., podrán incrementar la calificación hasta en un punto, así como, mantener determinados hábitos de higiene corporal tras la realización de práctica física. EXENCIONES DE LOS SABERES BÁSICOS DE PRÁCTICA FÍSICA. Los alumnos/as que por algún tipo de imposibilidad médica no puedan realizar el ámbito práctico de los saberes básicos, deberán igualmente asistir a las clases. NO EXISTEN LOS EXENTOS. La exención total o parcial de la parte práctica la determinará el Departamento, previo estudio de los informes médicos presentados. Recordamos que se valoran otros aspectos aparte de los contenidos prácticos. Distinguiremos distintos tipos de exenciones: 1. Exención total (todo el curso escolar), en este caso, los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (80%), en este apartado el alumno/a tendrá que realizar las mismas pruebas teóricas y trabajos que los demás compañeros. Además, tendrá que presentar el cuaderno de ejercicios debidamente cumplimentado (describir todas			

las sesiones prácticas de clase, junto con los saberes básicos y competencias que se trabajan). Por último, deberá preparar y dirigir una sesión de trabajo sobre algún saber básico que se desarrolle en cada trimestre y que podrá elegir el propio alumno. Todas las pruebas, trabajos y fichas se calificarán sobre ocho puntos. - Ámbito de hábitos e higiene (20%), se regirá por los mismos criterios que el resto del alumnado (véase tabla de anotaciones conductuales). No obstante, se tendrá muy en cuenta la implicación del alumno en las actividades de clase, el ofrecerse voluntario para proponer actividades, su participación, su asistencia continuada, etc... 2. Exención temporal (máximo de un trimestre), en este caso, se regirá por los mismos criterios que en el apartado anterior en dicho trimestre. Si el alumno está de baja durante menos de un trimestre tendrá que realizar adicionalmente los siguientes trabajos teórico-prácticos: copiar las actividades realizadas en todas las sesiones prácticas en las que esté de baja, entregando dicho trabajo que será puntuado sobre tres puntos. Si la baja es de más de un mes, a parte del trabajo anterior, el

	alumno tendrá que realizar y dirigir una sesión práctica sobre un saber básico de los que se impartan en ese trimestre. Dicho trabajo se valorará sobre tres puntos. En todos los trabajos se valorará la organización de los mismos, claridad del contenido e idoneidad de las actividades programadas. En el caso de que la baja sea de menos de un trimestre los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (30% de la nota), se incluye en este apartado todos los trabajos antes indicados más los que se solicitan a los alumnos sin baja médica. - Ámbito de práctica física (50% de la nota), en este apartado se realizarían las pruebas prácticas pertinentes y con las mismas premisas que para el resto de los alumnos. - Ámbito de hábitos e higiene (20% de la nota), se valorará los mismos aspectos que en los criterios de calificación para el resto de los alumnos/as.			

B) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS EN EVALUACIÓN ORDINARIA Habrá dos formas de recuperar esta materia: 1. Por evaluaciones, para el siguiente trimestre se tendrá que recuperar la parte que no haya sido superada por cada alumno: - Teórica (prueba oral o escrita, entrega de trabajos, fichas, etc..). - Práctica física (prueba práctica sobre los saberes básicos no superados). - Hábitos e higiene: Se realizará un seguimiento del alumno por evaluación. Si el alumno/a ha mostrado una actitud negativa en dos trimestres, tendrá que realizar la prueba final de junio (ver ese apartado). Las calificaciones de cada evaluación se tendrán en consideración y quedan guardadas para la valoración final. En principio, una evaluación se recuperará no teniendo ninguna nota negativa en la siguiente evaluación. La calificación en la evaluación recuperada sería la conseguida en el siguiente trimestre.	En el caso de no superar únicamente una evaluación (cualquiera de las tres), el profesor hará una valoración global del alumno a lo largo de todo el curso, y se obtendrá la nota final por este apartado hallando la media aritmética de las notas de las tres evaluaciones. Se podrán realizar trabajos teórico-prácticos voluntarios, actividades complementarias por parte del alumnado para aprobar esta parte, si el profesor lo estima conveniente. Los porcentajes de los criterios de calificación de cada apartado siguen siendo los mencionados en la evaluación ordinaria. 2. Prueba final, dicha prueba se realizará en Junio. En ella se examinarán los alumnos de los apartados suspensos (teoría y práctica física) no superados por evaluaciones. Se realizará una prueba teórica escrita final y una prueba práctica sobre los bloques de contenidos no superados. Los porcentajes de cada apartado (teórico, práctica física y hábitos e higiene) serán los mismos (30%, 50% y 20% respectivamente). Las pruebas teóricas y prácticas tendrán las mismas características que durante el curso académico normal (ver criterios de calificación). D) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS ABSENTISTAS Si un alumno ha			

	faltado a clase más del 30% de las sesiones anuales durante un solo trimestre y se incorpora de nuevo de manera normal para el resto del curso, se aplicarán las siguientes actuaciones: - Los criterios de calificación serán los mismos que para el resto de alumnos. - Tendrán que realizar todos los trabajos, fichas y pruebas teóricas que se hayan programado hasta la fecha. - Realización de todas las pruebas prácticas que les faltara por hacer. - Tendrán que dirigir una sesión práctica para sus compañeros sobre un contenido que decida el profesor. Si el alumno fuese exento de la parte práctica, se regiría por los mismos criterios de calificación para alumnado exento de práctica y con los mismos parámetros anteriormente expuestos.			

E) PLANES DE REFUERZO EN EDUCACIÓN FÍSICA Plan Específico Personalizado para los alumnos que repiten curso: A los alumnos repetidores se les proporciona: -Información sobre los saberes básicos que se van a trabajar en cada trimestre tanto a nivel práctico como teórico. -Información acerca de los trabajos teórico-prácticos que se demandarán durante el curso. -Información sobre las pruebas prácticas que se realizarán durante el curso. -Información sobre los criterios de calificación de la asignatura. -Se realizará un seguimiento diario individualizado sobre su participación en clase, respeto de normas de funcionamiento en las clases prácticas, aseo e higiene personal, respeto a los compañeros, cuidado del material. -Información sobre lo que supone participar en actividades complementarias propuestas por el departamento (Strava, competiciones en los recreos, actividades voluntarias, competiciones intercentros).	-Enfatizaremos en las carencias demostradas en el curso anterior para intentar resolverlas mediante progresiones más detalladas, actividades más adaptadas a sus capacidades, empleando diferentes metodologías y estilos de enseñanza. La recogida de datos se hace en el cuadro siguiente: Nombre: Curso: 1ª EVAL 2ª EVAL 3ª EVAL ITEMS Sí NO EP SÍ NO EP SÍ NO EP Realiza adecuadamente trabajos teóricos solicitados. Realiza adecuadamente exámenes teóricos solicitados. Realiza adecuadamente las pruebas prácticas solicitadas. Participa activamente en las actividades prácticas diarias. Participa adecuadamente en las actividades prácticas complementarias (Strava, actividades voluntarias, recreos). Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material. Medidas de Refuerzo Educativo a los alumnos con calificación negativa en la 1ª y 2ª evaluación: -Información individualizada sobre las actividades de recuperación prácticas y teóricas y seguimiento para superar la evaluación suspensa, a través de la plataforma			

	Classroom. - Seguimiento diario en clase sobre su participación en las actividades prácticas. - Participación en actividades físico-deportivas del departamento. Nombre: Curso: 2ª EVAL 3ª EVAL ITEMS Sí NO EP SÍ NO EP Realiza trabajos teóricos no superados. Participa activamente en las actividades prácticas diarias. Realiza adecuadamente las actividades prácticas de recuperación (Strava, actividades voluntarias). Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material.			

Estrategias e instrumentos para la evaluacion del proceso de enseñanza y la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
DEPARTAMENTO DIDÁCTICO: EVALUACIÓN: COORDINACIÓN DOCENTE Nº de reuniones de departamento mantenidas Principales acuerdos pedagógicos adoptados AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE ¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa? Diferencias producidas entre los diferentes grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas CONSECUCIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Grado de consecución por los alumnos en los distintos grupos de los mismos cursos de la etapa Análisis de las diferencias advertidas RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE Datos cuantitativos por grupos Diferencias producidas entre los distintos grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas PLANES DE MEJORA, EN SU CASO				

Medidas previstas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la mejora de expression oral y escrita

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
La Educación Física es una materia eminentemente práctica, pero podemos contribuir al hábito de la lectura y a la capacidad de expresarse oral y escrito de diversas formas que se detallan a continuación: Los saberes básicos teóricos de la asignatura se trabajan mediante los apuntes elaborados por el profesor, fichas y trabajos de aplicación que contribuyen al hábito de lectura. Se les proporciona artículos de revistas relacionados con esta área y se fomenta la búsqueda de información sobre saberes de la Educación Física. Las pruebas escritas se programan normalmente mediante preguntas cortas para que los alumnos se tengan que expresar por escrito. Igualmente, realizan trabajos teóricos en los que tienen que explicar de forma escrita ejercicios, actividades, juegos, etc...	Los alumnos participan activamente en la realización de actividades de clase, por ejemplo, dirigen los calentamientos, proponen y exponen juegos, actividades y ejercicios sobre diferentes contenidos, explican ejercicios para realizar la vuelta a la calma (estiramiento), todos estos aspectos mejoran la capacidad de expresión oral, de mostrarse delante de los compañeros y les realza la autoestima.

IES EDUARDO LINARES LUMERAS	Curso Escolar: 2023/24

Programación

Materia: EFI1BA - Educación Física	Curso: 1º	ETAPA: Bachillerato de Ciencias y Tecnología

Plan General Anual

UNIDAD UF1: Plan de entrenamiento, Condición Física y Salud	Fecha inicio prev.: 11/09/2023	Fecha fin prev.: 01/12/2023	Sesiones prev.: 24

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.1 - Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas y/o saludables según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del tronco (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.

0.2 - Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.

0.3 - Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).

0.2 - Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.

0.3 - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.3 - Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia y flexibilidad. Sistemas de entrenamiento.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

	#.1.1.Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.1.Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
1.Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	#.1.2.Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.2.Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.5.Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.5.Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
UNIDAD UF2: Nutrición, Suplementación y Salud		**Fecha inicio prev.: 04/12/2023**	**Fecha fin prev.: 22/12/2023**	**Sesiones prev.: 6**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.4 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

0.5 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	#.1.2.Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.2.Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural y relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.4.Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:100% **Eval. Extraordinaria:**	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.4.Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:100% **Eval. Extraordinaria:**	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM

UNIDAD UF3: Primeros Auxilios y Prevención de Lesiones	**Fecha inicio prev.: 08/01/2024**	**Fecha fin prev.: 17/01/2024**	**Sesiones prev.: 3**

Saberes básicos

A - Vida activa y saludable.

0.3 - Salud mental: técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.4 - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y del de los demás: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.

0.5 - Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín).

0.6 - Protocolos ante alertas escolares.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	#.1.3.Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.3.Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM

UNIDAD UF4: Juegos adaptados, Alternativos y Populares	Fecha inicio prev.: 17/01/2024	Fecha fin prev.: 09/02/2024	Sesiones prev.: 7

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).

0.3 - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico- deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

0.4 - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. Ejemplos de deportistas: trayectorias profesionales, hitos y valores.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
0.3 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
0.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
0.5 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).
E - Manifestaciones de la cultura motriz.
0.1 - Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
0.4 - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

2.Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.3.Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.3.Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA

3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
UNIDAD UF5: Deportes trabajados en la ESO I		**Fecha inicio prev.: 12/02/2024**	**Fecha fin prev.: 22/03/2024**	**Sesiones prev.: 12**

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).

0.3 - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico- deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

0.4 - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. Ejemplos de deportistas: trayectorias profesionales, hitos y valores.

0.2 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.

0.3 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.

0.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.

0.5 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).

E - Manifestaciones de la cultura motriz.

0.1 - Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.				
0.4 - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.				
Competencias específicas	**Criterios de evaluación**	**Instrumentos**	**Valor máx. criterio de calificación**	**Competencias**

2.Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.3.Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.3.Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA

3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA

	#.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
5.Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.	#.5.1.Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CE • CPSAA • STEM
	#.5.1.Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CE • CPSAA • STEM

UNIDAD UF6: Actividades en la Naturaleza	**Fecha inicio prev.: 05/04/2024**	**Fecha fin prev.: 17/04/2024**	**Sesiones prev.: 3**

Saberes básicos

F - Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

0.1 - Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.

0.2 - Análisis de las posibilidades del entorno natural y urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.

0.3 - Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares).

0.4 - Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.

0.5 - Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.

0.6 - Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

4.Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.	#.4.1.Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:100% **Eval. Extraordinaria:**	0,333	• CC • CCEC • CPSAA • STEM
	#.4.1.Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:100% **Eval. Extraordinaria:**	0,333	• CC • CCEC • CPSAA • STEM
5.Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.	#.5.1.Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CE • CPSAA • STEM
	#.5.1.Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CE • CPSAA • STEM
	#.5.2.Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CE • CPSAA • STEM
	#.5.2.Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CE • CPSAA • STEM
UNIDAD UF7: Expresión Corporal		**Fecha inicio prev.: 17/04/2024**	**Fecha fin prev.: 10/05/2024**	**Sesiones prev.: 7**

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.3 - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).
C - Resolución de problemas en situaciones motrices.
0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.
D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
0.2 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
0.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
0.5 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).
E - Manifestaciones de la cultura motriz.
0.2 - Técnicas específicas de expresión corporal.
0.3 - Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad estética o artístico- expresiva.
0.5 - Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico- deportivos. Presencia en medios de comunicación.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias
1.Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	#.1.4.Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:100% **Eval. Extraordinaria:**	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.4.Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:100% **Eval. Extraordinaria:**	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.5.Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM
	#.1.5.Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CD • CE • CPSAA • STEM

3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	#.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA

4.Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.	#.4.1.Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:100% **Eval. Extraordinaria:**	0,333	• CC • CCEC • CPSAA • STEM
	#.4.1.Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:100% **Eval. Extraordinaria:**	0,333	• CC • CCEC • CPSAA • STEM
	#.4.2.Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CCEC • CPSAA • STEM
	#.4.2.Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CCEC • CPSAA • STEM
UNIDAD UF8: Deportes trabajados en la ESO II		**Fecha inicio prev.: 13/05/2024**	**Fecha fin prev.: 19/06/2024**	**Sesiones prev.: 11**

Saberes básicos

B - Organización y gestión de la actividad física.

0.1 - Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).

0.3 - Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).

C - Resolución de problemas en situaciones motrices.

0.1 - Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico- deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

0.2 - Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica.

0.4 - Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

0.5 - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.

D - Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

0.1 - Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas. Ejemplos de deportistas: trayectorias profesionales, hitos y valores.
0.2 - Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.
0.3 - Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.
0.4 - Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.
0.5 - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por razón de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, sexistas y LGTBIfóbicas).
E - Manifestaciones de la cultura motriz.
0.1 - Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
0.4 - Ejemplos de buenas prácticas profesionales en el deporte.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de calificación	Competencias

2.Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.1.Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.2.Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.3.Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA
	#.2.3.Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CE • CPSAA

3.Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.1.Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Teóricas:100% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.2.Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
	#.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA

	#.3.3.Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno del Profesor:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Teóricas:100%	0,333	• CC • CCL • CPSAA
5.Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.	#.5.1.Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CE • CPSAA • STEM
	#.5.1.Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, interactuando con el entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.	**Eval. Ordinaria:** • Pruebas Prácticas:50% • Pruebas Teóricas:50% **Eval. Extraordinaria:** • Pruebas Prácticas:60% • Pruebas Teóricas:40%	0,333	• CC • CE • CPSAA • STEM

Revisión de la Programación

Otros elementos de la programación

Decisiones metodológicas y didácticas. Situaciones de aprendizaje

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Consideramos la Educación Física como disciplina escolar que da importancia tanto al proceso como a los resultados. Contemplamos una materia que se desarrolla mediante un proceso rico en experiencias y vivencias formativas, pero un proceso en el que se valore el esfuerzo necesario para conseguir los aprendizajes. La programación de los saberes básicos se ha realizado teniendo presente el objetivo de que nuestros alumnos obtengan un aprendizaje significativo y funcional. Al principio de curso, se utilizarán los procedimientos que se consideren más adecuados para detectar el nivel de partida de los alumnos/as, así como sus experiencias previas e intereses en los saberes que se van a trabajar. Se tratará de individualizar la enseñanza en la medida de lo posible, dando respuesta a la diversidad de los alumnos y alumnas en cuanto a capacidades, habilidades, motivaciones, intereses, estilos de aprendizaje, etc.	Para ello adaptaremos la dificultad e intensidad de las tareas que proponemos, al nivel de capacidad y habilidad detectado en la evaluación inicial. Utilizaremos estilos, técnicas, estrategias, variadas, con el fin de adaptar la metodología a las características de los alumnos y a sus diferentes formas de aprender, teniendo en cuenta también los que son más idóneos y eficaces en el contenido que se está enseñando. Cuando sea factible, se dará opción a los alumnos para que puedan elegir las actividades o los ejercicios que más les interesen o que se adecuen mejor a su nivel de capacidad. Propugnamos un tipo de enseñanza activa y participativa, implicando al alumno en su propio proceso de aprendizaje, dotándole de una autonomía creciente y progresiva y favoreciendo al mismo tiempo que aprenda a asumir sus responsabilidades en el aprendizaje, en el trabajo de clase, en la convivencia y las relaciones con los demás. Difícilmente se conseguirá la participación de los alumnos si no saben lo que se espera de ellos, por lo que nos parece indispensable que se les proporcione la información pertinente sobre todos los aspectos del			

proceso de enseñanza-aprendizaje que deben conocer: objetivos que se persiguen, saberes básicos que se van a desarrollar, utilidad de los aprendizajes, criterios de evaluación y calificación, trabajos que deben presentar, normas de comportamiento, etc. Nuestra meta es que los alumnos no solo realicen actividad física, sino que aprendan a hacer ejercicio físico, logrando los beneficios que conlleva y evitando los riesgos y perjuicios que puede ocasionar una práctica inadecuada. Para lograrlo, tenemos que ir dotándolos de una autonomía creciente, dándoles ocasiones para que puedan ir tomando decisiones en la planificación, organización, elección y realización de actividades, en la medida en que tengan la capacidad y responsabilidad para poder hacerlo. La competición en la clase de E.F. es consustancial en algunos de los saberes básicos, como puede ser el de deportes, y además resulta un elemento muy atrayente y motivador para el alumno. Nuestra posición ante el binomio cooperación-competición es que siempre que se haga un tratamiento didáctico correcto, no son en modo alguno excluyentes. El individuo en la

	sociedad actual, se enfrenta constantemente a situaciones en las cuales la cooperación y la competición coexisten y se entremezclan. Por tanto, es necesario que aprenda a afrontar estas situaciones de una manera adecuada, desde la base de unos principios de convivencia y respeto a los demás. No debe confundirse un planteamiento competitivo de la clase en el que se persigue que cada participante obtenga resultados que sí son beneficiosos para él. Se llevará a cabo una metodología preferentemente activa ,con trabajo práctico por parte de los alumnos, ,La parte teórica se trabajará con fichas y trabajos de los alumnos, así como, con exposiciones de partes prácticas e investigaciones de la parte de teoría, así como, exámenes teóricos y prácticos.			

Medidas de atención a la diversidad

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Con estas medidas el centro y los distintos departamentos pretendemos dar respuesta a las necesidades educativas que tienen los alumnos y alumnas, asegurando de esta manera la igualdad de oportunidades. Además de las posibilidades que ofrece el centro en cuanto a opcionalidad de áreas y diversificación curricular desde nuestra área atendemos a la diversidad con las siguientes actuaciones: -Evaluación inicial: Al principio del curso realizamos una prueba inicial a todos los alumnos y alumnas para ver el nivel con el que empiezan y poder adaptar y ajustar los objetivos planteados. -Actividades diferenciadas: Hemos tenido en cuenta el interés de alumnos y alumnas por los deportes que se practican en la localidad a la hora de programar las de nuestro departamento, con lo que conseguimos un mayor interés por la asignatura.	Debido a la práctica deportiva generalizada en la localidad tenemos niveles de ejecución muy diferentes. Estos distintos niveles se ponen de manifiesto en las pruebas iniciales y nos permiten revisar objetivos y agrupar a los alumnos y alumnas de manera homogénea, para así llevar cada uno y cada una su propio ritmo de trabajo en base a su nivel. Desde la educación física estamos en inmejorable situación para que cada alumno/a trabaje a su ritmo o dentro de un grupo homogéneo. Aplicaremos distintos métodos de enseñanza, dependiendo del carácter de las actividades, puesto que según el tipo de actividad a realizar será más apropiado un método u otro. En esta etapa uno de los objetivos es conseguir por parte de los alumnos/as mayor autonomía. Pero debido a los diferentes niveles de ejecución detectados en las pruebas iniciales utilizaremos distintas técnicas de enseñanza. Cuando el alumno/a necesite asimilar movimientos complejos y específicos utilizaremos la Instrucción directa. En cambio cuando queremos que el alumno/a descubra soluciones motrices utilizaremos la			

	enseñanza mediante la búsqueda. Igualmente dentro de una misma sesión y según los distintos grupos utilizaremos distintos estilos de enseñanza La actuación ante alumnos más capaces se aplicará en dos aspectos: ¿ A nivel práctico, se realizarán actividades en función del nivel de los alumnos, como se ha indicado en el apartado anterior. La enseñanza en nuestra área se ajusta a la capacidad del alumnado. ¿ A nivel teórico, se ampliará la información sobre los bloques conceptuales que se imparten en esta materia. Realización de trabajos complementarios, preparación de sesiones prácticas para el resto de los compañeros, elaboración y puesta en práctica de actividades que proponga dicho alumnado, etc¿ Se llevarán a cabo adaptaciones en la parte teórica, dejando más tiempo para los alumnos TDH, así como facilitando la interacción en el caso de un alumno TEA.			

Materiales y recursos didácticos

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES

Cuando hablamos de recursos didácticos en la enseñanza nos referimos a todos aquellos apoyos pedagógicos que el docente utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje buscando el desarrollo óptimo de los contenidos a impartir, buscan facilitar al alumnado el acceso a la información, la adquisición de habilidades, destrezas y estrategias, incluso la formación de actitudes y valores. Los alumnos dispondrán de temas teóricos elaborados por el profesor y que se presentarán a través de la Plataforma digital Classroom. El Departamento cuenta con: - Gimnasio. - Pistas polideportivas (2). - Un equipo de música. - Un ordenador fijo. - Diversos CDs que contienen soportes musicales apropiados para danzas; para la realización de movimientos diversos con acompañamiento musical y para actividades de relajación, o para pruebas de condición física.	Recursos instrumentales: a) Gran material: - plintos de cajones (1) - bancos suecos (15) - colchonetas pequeñas de caída (2) - aislantes (40) - trampolín (2) - potro - juegos de palos de voleibol (3). b) Pequeño material manipulable: - compresor de inflar balones (1) - balones de baloncesto (22) - balones de voleibol (20) - balones de fútbol-sala (20) - balones de balonmano (20) - balones de rugby (10) ¿ balones de gomaespuma (12) ¿ balones de plástico (10) - aros (15, diferentes tamaños) - cuerdas cortas para salto (30) - cuerdas gruesas (4) - discos voladores (15) - raquetas de bádminton (10). - volantes de bádminton (20) - redes de bádminton (4) - sticks para floorball (30) - bolas para floorball (15) - balones medicinales (3) - pivotes de señalización (29) - bandas elásticas (30) - mancuernas (de diversos pesos 12) - palas de madera (30) - bate de beisbol (4) - pelotas de béisbol goma (8) ¿ testigos de atletismo (5) ¿ juegos de petanca (4) ¿ petos (25).

Relación de actividades complementarias y extraescolares para el curso escolar

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre		
Programa Deporte Escolar	✔	✔		Justo Ortega	
Actividades deportivas promovidas por el Ayuntamiento de Molina u otras entidades deportivas	✔	✔	✔	Justo Ortega y Susana Andreu	
Actividades Náuticas en el Puerto de Mazarrón			✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	
Competiciones deportivas en los recreos	✔	✔	✔	Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora	

Concreción de los elementos transversales

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

En el tratamiento de los temas transversales tendremos en cuenta las peculiares características de nuestra materia que brinda un marco especial para trabajar estos aspectos. La mejora de la comprensión lectora y la expresión oral y escrita, la hemos comentado en las medidas de mejora de la aplicación Anota. La comunicación audiovisual y las TIC se trabajarán de diversas maneras: utilizaremos la plataforma Classroom para enviar y recibir apuntes, trabajos, comentarios, preguntas, vídeos explicativos, fotos, etc.. Usaremos diferentes aplicaciones relacionadas con la actividad física para trabajar saberes básicos de nuestra área (Strava, Endomondo, Winner, etc..).	La educación emocional y valores, la educación para la paz y el fomento de la creatividad y del espíritu científico se tratarán, sobre todo, cuando trabajemos actividades físico-deportivas y artístico-expresivas al respetar las normas de juegos y deportes, el respeto a los compañeros y contrarios, saber trabajar en grupo, autoevaluarse y coevaluarse, expresar sus sentimientos y sensaciones. El consumo responsable y desarrollo sostenible se tratará construyendo materiales deportivos con elementos reciclables (bolas de juegos malabares, bolos, paletas de mano, etc..). Por último, nuestra materia trata de forma especial, la educación para la salud. Se trabajará en proyectos, en relación con otras asignaturas, para desarrollar saberes básicos que se realizan en el medio natural (orientación, curvas de nivel, uso de la brújula, etc...)			

Estrategias e instrumentos para la evaluación del aprendizaje del alumnado

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Para obtener información sobre los alumnos y alumnas que deseamos evaluar vamos a utilizar los procedimientos e instrumentos derivados de los tipos vistos anteriormente: - Evaluación subjetiva. - Procedimientos de observación. - Evaluación objetiva. - Procedimientos de experimentación o rendimiento. La observación la vamos a utilizar fundamentalmente para recoger información de aquellos factores relacionados con el aprendizaje que no pueden ser medidos por otros instrumentos, completando los resultados obtenidos mediante los instrumentos objetivos de medición. Los instrumentos que vamos a aplicar para los procesos de observación son: Registros anecdóticos y escalas de clasificación. Los instrumentos a utilizar para evaluar los procesos de experimentación o rendimiento son: Exámenes (orales o escritos), trabajos de aplicación, entrevistas, pruebas de ejecución y tests.	El programa de evaluación se resume en los tres puntos siguientes: 1. Determinación de los objetivos que se van a evaluar (criterios de evaluación). 2. Selección y administración de las pruebas de evaluación para comprobar, medir y apreciar el desarrollo, la adaptación y el rendimiento en relación con los objetivos educativos. 3. Análisis e interpretación de los resultados.			

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN A) EVALUACIÓN ORDINARIA Distinguiremos los siguientes ámbitos de actuación: 1. ÁMBITO DE PRÁCTICA FÍSICA: 50% DE LA CALIFICACIÓN. Se refiere a los aspectos de condición física, habilidades motrices, habilidades específicas, juegos, expresión corporal y actividades en el medio natural. El apartado de condición física, está compuesto por 6 pruebas, que medirán las capacidades de los alumnos en las diferentes cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Las habilidades motrices se calificarán mediante pruebas que se confeccionarán en cada evaluación y estarán compuestas por los ejercicios o actividades del saber básico trabajado en dicha evaluación. Las pruebas se calificarán sobre 5 puntos. No obstante, se tendrán en consideración las notas de observación de clase del profesor de tipo práctico.	Si un alumno presenta, en este apartado, un número de tres o más positivos se le podrá subir la calificación en medio punto. Si en una misma evaluación se realizan varias pruebas prácticas se hallará la media aritmética de todas ellas. Es obligatorio realizar todas las pruebas prácticas. 2. ÁMBITO TEÓRICO: 30% DE LA CALIFICACIÓN Consistirá en un examen oral o escrito para verificar si los alumnos han comprendido y adquirido los diferentes conceptos teóricos o saberes básicos. Estos conceptos teóricos se refieren a aspectos como las cualidades físicas, deportes, higiene y salud, alimentación, hábitos básicos de la actividad física, beneficios de la actividad física, etc...La calificación máxima será de 3 puntos. Los trabajos teóricos y fichas también formarán parte de la nota de conceptos y serán valorados sobre tres puntos. De ambos apartados (examen, trabajos y fichas) se calculará la media aritmética. Es obligatorio entregar todos los trabajos y fichas. Se tendrá en cuenta el contenido, la presentación, limpieza y organización de los trabajos. 3. ÁMBITO DE HÁBITOS E HIGIENE: 20% DE LA CALIFICACIÓN Este apartado supone una evaluación de aspectos referidos a trabajo diario en clase, hábitos, valores y respeto de las normas durante las actividades. Aquí, el profesor recogerá notas del desarrollo de las clases cuando algún alumno o alumna demuestren con sus acciones su rendimiento en cuanto a aceptación			

	de normas, ayudas, colaboraciones, respeto a los compañeros y profesor, interés, esfuerzo, asistencia, faltas de vestuario, aseo, etc. La calificación de este apartado es de 2 puntos. Si un alumno acumula cuatro anotaciones negativas equivaldrá a cero puntos en actitud (apartado no superado). (NOTA: Ver tabla de Anotaciones Conductuales).			

TABLA DE ANOTACIONES CONDUCTUALES 1. PRÁCTICAS FÍSICAS Conductas tipo Símbolo Participar en clase activamente +P Tarea o ejercicio bien ejecutado +E Ofrecerse voluntario +V Los casos contrarios se reflejarían con un negativo en cada uno de los ítems. 2. HÁBITOS E HIGIENE Conductas tipo Símbolo Llegar tarde a clase (2 veces) = -T Enfermedad sin justificar -E De comportamiento: Molestar mientras explica el profesor C1 No enterarse de la actividad a realizar. C2 Realizar actividad diferente a la propuesta. C3 Faltar respeto a un compañero o al profesor C4 Pelearse de broma en clase C5 Irse de clase C6 Cuidado del material: Símbolo Patada a un balón inadecuado. CM1 Utilizar inadecuadamente el material CM2 Perder el material CM3 No recoger el material al finalizar la sesión CM4 Equipamiento: No traer ropa deportiva Rp No asearse y cambiarse de camiseta As	NOTA: La participación en actividades complementarias y extraescolares organizadas por el departamento, actividades de profundización, etc..., podrán incrementar la calificación hasta en un punto, así como, mantener determinados hábitos de higiene corporal tras la realización de práctica física. EXENCIONES DE LOS SABERES BÁSICOS PROCEDIMENTALES Los alumnos/as que por algún tipo de imposibilidad médica no puedan realizar el ámbito práctico de los saberes básicos, deberán igualmente asistir a las clases. NO EXISTEN LOS EXENTOS. La exención total o parcial de la parte práctica la determinará el Departamento, previo estudio de los informes médicos presentados. Recordamos que se valoran otros aspectos aparte de los contenidos prácticos. Distinguiremos distintos tipos de exenciones: 1. Exención total (todo el curso escolar), en este caso, los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (80%), en este apartado el alumno/a tendrá que realizar las mismas pruebas teóricas y trabajos que los demás compañeros. Además, tendrá que presentar el cuaderno de ejercicios debidamente cumplimentado (describir todas las sesiones prácticas de clase, junto con los saberes básicos y competencias que se trabajan). Por último, deberá preparar y dirigir una sesión de trabajo sobre algún saber básico que se desarrolle en cada trimestre y que podrá elegir el propio			

alumno. Todas las pruebas, trabajos y fichas se calificarán sobre ocho puntos. - Ámbito de Hábitos e Higiene (20%), se regirá por los mismos criterios que el resto del alumnado (véase tabla de anotaciones conductuales). No obstante, se tendrá muy en cuenta la implicación del alumno en las actividades de clase, el ofrecerse voluntario para proponer actividades, su participación, su asistencia continuada, etc... 2. Exención temporal (máximo de un trimestre), en este caso, se regirá por los mismos criterios que en el apartado anterior en dicho trimestre. Si el alumno está de baja durante menos de un trimestre tendrá que realizar adicionalmente los siguientes trabajos teórico- prácticos: copiar las actividades realizadas en todas las sesiones prácticas en las que esté de baja, entregando dicho trabajo que será puntuado sobre tres puntos y se superará obteniendo una calificación mínima de un punto y dos décimas. Si la baja es de más de un mes, a parte del trabajo anterior, el alumno tendrá que realizar y dirigir una sesión práctica sobre un saber básico de los que se impartan en ese trimestre. Dicho trabajo se valorará sobre tres puntos y se superará sacando un mínimo de un punto y dos décimas. En todos los trabajos se valorará la organización de los mismos, claridad del contenido e idoneidad de las actividades programadas. En el caso de que la baja sea de menos de un trimestre los criterios de calificación serán los siguientes: - Ámbito teórico (30% de la nota), se incluye en este apartado

	todos los trabajos antes indicados más los que se solicitan a los alumnos sin baja médica. - Ámbito de práctica física (50% de la nota), en este apartado se realizarían las pruebas prácticas pertinentes y con las mismas premisas que para el resto de los alumnos. - Ámbito de hábitos e higiene (20% de la nota), se valorará los mismos aspectos que en los criterios de calificación para el resto de los alumnos/as.			

B) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS EN EVALUACIÓN ORDINARIA Habrá dos formas de recuperar esta materia: 1. Por evaluaciones, para el siguiente trimestre se tendrá que recuperar la parte que no haya sido superada por cada alumno: - Teórica (prueba oral o escrita, entrega de trabajos, fichas, etc..). - Práctica física (prueba práctica sobre los saberes básicos no superados). - Hábitos e higiene: Se realizará un seguimiento del alumno por evaluación. Si el alumno/a ha mostrado una actitud negativa en dos trimestres, tendrá que realizar la prueba final de junio (ver ese apartado). Las calificaciones de cada evaluación se tendrán en consideración y quedan guardadas para la valoración final. En principio, una evaluación se recuperará no teniendo ninguna nota negativa en la siguiente evaluación. La calificación en la evaluación recuperada sería la conseguida en el siguiente trimestre.	En el caso de no superar únicamente una evaluación (cualquiera de las tres), el profesor hará una valoración global del alumno a lo largo de todo el curso, y se obtendrá la nota final por este apartado hallando la media aritmética de las notas de las tres evaluaciones. Se podrán realizar trabajos teórico-prácticos voluntarios, actividades complementarias por parte del alumnado para aprobar esta parte, si el profesor lo estima conveniente. Los porcentajes de los criterios de calificación de cada apartado siguen siendo los mencionados en la evaluación ordinaria. 2. Prueba final, dicha prueba se realizará en Junio. En ella se examinarán los alumnos de los apartados suspensos (teoría y práctica física) no superados por evaluaciones. Se realizará una prueba teórica escrita final y una prueba práctica sobre los bloques de contenidos no superados. Los porcentajes de cada apartado (teórico, práctica física y hábitos e higiene) serán los mismos (30%, 50% y 20% respectivamente). Las pruebas teóricas y prácticas tendrán las mismas características que durante el curso académico normal (ver criterios de calificación). C) EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA (JUNIO) En dicha convocatoria, los alumnos se examinarán de los saberes básicos tanto teóricos como prácticos que no hayan superado en la convocatoria ordinaria. Esto quiere decir que se respetan las calificaciones obtenidas en cada una de las pruebas prácticas, teóricas, trabajos,			

exposiciones, actividades voluntarias, etc.., realizadas durante el curso y con los criterios de calificación y porcentajes que a continuación se detallan: Ámbito teórico (40% de la calificación y Ámbito de práctica física (60% de la calificación). Para aquellos alumnos que hayan dejado de asistir o estén matriculados pero no hayan asistido a clase durante todo el año (imposibilidad de realizar un seguimiento diario del alumno); la convocatoria de junio tendrá, también los siguientes criterios de calificación: ¿ Ámbito teórico (40% de la calificación), se realizará una prueba escrita sobre todos los saberes básicos vistos durante todo el curso. El examen se calificará sobre 4 puntos, y se sumará con el siguiente apartado. ¿ Ámbito de práctica física (60% de la calificación), se realizará una prueba práctica sobre todos los contenidos prácticos desarrollados durante el curso (el profesor elegirá los contenidos en la prueba, según las carencias motrices mostradas por el alumnado suspenso). La prueba se calificará sobre 6 puntos, y se sumará al apartado anterior. NOTA: Los alumnos exentos de la parte práctica se les examinará mediante una prueba escrita sobre todos los saberes básicos vistos durante el curso. Dicha prueba será el 100% de la calificación. D) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE En principio no habrá alumnos con la materia pendiente pero sí pueden existir alumnos que estén

	cursando 2º de Bachillerato y tengan pendiente nuestra asignatura. Los alumnos de 2º de Bachillerato que tengan la materia suspensa de 1º Bachillerato tendrá los siguientes criterios de calificación: ¿ Ámbito teórico (40% de la calificación), se realizará una prueba escrita sobre todos los saberes básicos vistos en primer curso. El examen se calificará sobre 4 puntos, y se hará media con el siguiente apartado. ¿ Ámbito práctica física (60% de la calificación), se realizará una prueba práctica sobre algunos de los saberes básicos que se desarrollan en el primer curso de Bachillerato (el profesor elegirá los contenidos en la prueba, según las carencias motrices mostradas por el alumnado suspenso). La prueba se calificará sobre 6 puntos, y se hará media con el apartado anterior. NOTA: Los alumnos exentos de la parte práctica se les examinará mediante una prueba escrita sobre todos los saberes básicos vistos durante el curso. Dicha prueba será el 100% de la calificación.			
E) RECUPERACIÓN DE ALUMNOS ABSENTISTAS Si un alumno ha faltado a clase más del 30% de las sesiones anuales durante un solo trimestre y se incorpora de nuevo de manera normal para el resto del curso, se aplicarán las siguientes actuaciones: - Los criterios de calificación serán los mismos que para el resto de alumnos. - Tendrán que realizar todos los trabajos, fichas y pruebas teóricas que se hayan programado hasta la fecha. - Realización de todas las pruebas prácticas que les faltara por hacer. - Tendrán que dirigir una sesión práctica para sus compañeros sobre un contenido que decida el profesor. Si el alumno fuese exento de la parte práctica, se regiría por los mismos criterios de calificación para alumnado exento de práctica y con los mismos parámetros anteriormente expuestos.				

Estrategias e instrumentos para la evaluacion del proceso de enseñanza y la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

DEPARTAMENTO DIDÁCTICO: EVALUACIÓN: COORDINACIÓN DOCENTE Nº de reuniones de departamento mantenidas Principales acuerdos pedagógicos adoptados AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE ¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa? Diferencias producidas entre los diferentes grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas CONSECUCIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Grado de consecución por los alumnos en los distintos grupos de los mismos cursos de la etapa Análisis de las diferencias advertidas RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE Datos cuantitativos por grupos Diferencias producidas entre los distintos grupos del mismo curso de la etapa Posibles causas de las diferencias detectadas PLANES DE MEJORA, EN SU CASO				

Medidas previstas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la mejora de expression oral y escrita

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
La Educación Física es una materia eminentemente práctica, pero podemos contribuir al hábito de la lectura y a la capacidad de expresarse oral y escrito de diversas formas que se detallan a continuación: Los saberes básicos teóricos de la asignatura se trabajan mediante los apuntes elaborados por el profesor, fichas y trabajos de aplicación que contribuyen al hábito de lectura. Se les proporciona artículos de revistas relacionados con esta área y se fomenta la búsqueda de información sobre saberes de la Educación Física. Las pruebas escritas se programan normalmente mediante preguntas cortas para que los alumnos se tengan que expresar por escrito. Igualmente, realizan trabajos teóricos en los que tienen que explicar de forma escrita ejercicios, actividades, juegos, etc...	Los alumnos participan activamente en la realización de actividades de clase, por ejemplo, dirigen los calentamientos, proponen y exponen juegos, actividades y ejercicios sobre diferentes contenidos, explican ejercicios para realizar la vuelta a la calma (estiramiento), todos estos aspectos mejoran la capacidad de expresión oral, de mostrarse delante de los compañeros y les realza la autoestima.

PROGRAMACIÓN DOCENTE FP. BÁSICA PELUQUERÍA 1º CURSO

CURSO 2023/24

DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA

Profesores:

Nadia Arroyo
David Otalora
Justo Ortega Acosta: Jefe del Departamento

GUIÓN DE LA PROGRAMACIÓN

1. INTRODUCCIÓN
2. CONTENIDOS Y TEMPORALIZACIÓN.
3. EVALUACIÓN:
   a) Criterios de evaluación.
   b) Criterios de calificación.
   c) Planes de mejora.
4. METODOLOGÍA
5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
6. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.
7. MATERIALES.
8. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE
9. PLAN PARA ESTIMULAR EL HÁBITO DE LA LECTURA.

1. INTRODUCCIÓN

La presente programación se contextualiza en función del alumnado, del centro y del entorno. El fin principal es la educación y formación del alumnado, manteniendo una constante conexión entre el contenido a trabajar y a estructura mental del alumnado, traducido todo esto en la atención a sus conocimientos previos, su nivel de desarrollo y sus estrategias de aprendizaje.

El aprendizaje significativo requiere también de una actitud favorable del discente, procurándole las destrezas necesarias para realizar una comprensión holística, antes que la simple memorización conceptual. Es muy importante asegurarnos que los alumnos y alumnas encuentren sentido y aplicación a lo que hacen y por qué acerca y a través del conocimiento de la materia, ya sea en sus aspectos conceptuales, actitudinales o procedimentales.

Por tanto, se espera concienciar al discente de la importancia de la prevención de la salud corporal y la armonía psíquica, de la utilización correcta del tiempo de ocio en función de sus preferencias hacia la actividad física.

El trabajo de programación pretende ser un medio eficaz para facilitar la integración social y fomentar el desarrollo de la cooperación, la igualdad, la tolerancia y el trabajo en equipo, así como responsabilizarles en el desarrollo de sus capacidades personales y mantener una actitud crítica y positiva en su vida posterior.

Se respetará la progresión de los aprendizajes, dándoles un enfoque significativo, lo que quiere decir que los contenidos tendrán una lógica coherente.

2. CONTENIDOS Y TEMPORALIZACIÓN.

PRIMER TRIMESTRE

SABERES BÁSICOS

A. EL CUERPO HUMANO Y LA SALUD

U. D. 1. ME DIVIERTO TRABAJANDO MI CONDICION FISICA DE FORMA SALUDABLE. HIGIENE POSTURAL Y ALIMENTACIÓN

- Se formarán las bases de una condición física saludable adecuada a su nivel y necesaria para el buen desempeño de su competencia motriz. Se utilizarán formas jugadas, ejercicios individuales, por parejas y grupos, y juegos y deportes modificados.
- Fomentaremos la práctica del calentamiento como prevención de lesiones.
- Tasa mínima de actividad física diaria y semanal.
- Nociones básicas sobre la alimentación
- Se tratarán nociones básicas sobre higiene postural.
- Al final de la unidad se aplicará una batería de test motores que servirá para valorar la condición física de los alumnos.
- Concepto, fases, objetivos y efectos del calentamiento.
- Ejercicios de aplicación al calentamiento general: activación, movilidad articular, elongación muscular, tonicidad y juegos de desplazamiento.
- Pautas a seguir para la confección del calentamiento general: orden de realización y forma de realizarlo.
- Valoración del calentamiento general como medio de prevención de lesiones en cualquier actividad física.
- Recopilación de un catálogo de ejercicios y juegos de aplicación al calentamiento general.
- Discriminación y valoración de hábitos y conductas positivas de las negativas (sedentarismo, drogodependencia…).

- Concepto de C.F. y capacidades físicas.
- Identificación de las capacidades físicas relacionadas con la salud (resistencia aeróbica y flexibilidad).
- Beneficios y riesgos de la práctica de actividad física.
- Ejercicios de fuerza general y velocidad: (reacción, gestual y desplazamiento).
- Ejercicios enfocados a la mejora de la higiene postural.
- Concienciación de la necesidad de adoptar hábitos y estilos de vida saludables.
- Aplicación de una batería de test motores iniciales de C.F.
- Responsabilidad en el cumplimiento de las normas de higiene corporal y de convivencia.

TEMPORALIZACIÓN: Total 14 sesiones. (14/09/2023 AL 22/12/2023).

SEGUNDO TRIMESTRE

SABERES BÁSICOS

B. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS INDIVIDUALES EN MEDIO ESTABLE

UNIDAD DIDACTICA 2: "MEJORO MI COORDINACIÓN: JUEGOS MALABARES"

- Pretendemos que el alumno/a desarrolle la capacidad óculo-manual, así como, las cualidades perceptivas en el espacio y en el tiempo.
- Que el alumno/a adquiera la habilidad de enlazar el movimiento básico con tres elementos.
- Favorecer prácticas deportivas que se puedan desarrollar a cualquier edad con una mínima preparación física.
- Fomentar el desarrollo de la creatividad a través de montajes que impliquen distintos gestos técnicos.

- Conocer la progresión básica para dominar el enlace con tres elementos.
- Técnicas básicas para el manejo de los elementos.
- Actividades con 1, 2 y 3 elementos.
- Actividades con combinaciones individuales.
- Actividades con combinaciones por parejas.
- Actividades con combinaciones en grupo.
- Disposición hacia la práctica habitual de actividades lúdicas no comunes.
- Respeto hacia la capacidad individual.
- Actitudes de cooperación en las situaciones de práctica.
- Ejercicios en progresión para el aprendizaje de los juegos de coordinación con tres elementos.

TEMPORALIZACIÓN: Cinco sesiones. (Del 8/01/2024 al 9/02/2024)

C. ACTIVIDADES DE ADVERSARIO, DEPORTES DE PALA Y RAQUETAS

U.D. 3: JUEGOS Y DEPORTES DE RAQUETA Y OTROS IMPLEMENTOS. BADMINTON: JUEGO INDIVIDUAL.

- Pretendemos la consolidación de la coordinación viso-motriz y el uso de diversos implementos para la práctica de juegos y deportes de adversario.
- Experimentaremos con materiales diversos, tanto convencionales como confeccionados por el propio alumno.
- Vivenciaremos con materiales reciclados convertidos en medios útiles para practicar juegos y deportes de adversario. Se fomentará el variar de compañero de juego para mejor valorar las diferencias de distintos adversarios.
- Conocer los diferentes tipos de materiales a utilizar en los deportes de raqueta.
- Elaborar las gobas como material no convencional para la práctica lúdica.

- Practicar ejercicios de coordinación con diferentes implementos y móviles convencionales y alternativos.
- Participar activamente en actividades cooperativas y competitivas para el aprendizaje de los deportes modificados de adversario.
- Apreciar lo interesante de poder transformar materiales de desecho en medios eficaces para el juego, así como su implicación en el mantenimiento y conservación del medio ambiente.
- Fomentar los intercambios entre compañeros para apreciar distintas formas y estrategias de juego.
- Conocimiento de los diferentes tipos de materiales a utilizar en los deportes de raqueta y sus características.
- Familiarización con diferentes implementos (gobas y palas) y móviles convencionales (pelotas y bolas), y alternativos (Bolas de papel de aluminio, botellas de plástico de diferentes tamaños, etc.).
- Adquisición de los aspectos técnico-tácticos que permitan un buen desarrollo del juego (Agarre de implemento, etc.).
- Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de fundamentos técnicos y tácticos de los deportes de adversario.
- Participación activa en las diferentes actividades propuestas.
- Respeto a las normas, material y compañero.
- Utilización de los juegos recreativos como posibilidad de práctica activa en el tiempo libre.
- Concienciación del uso de material reciclado por el propio alumno y su implicación en el mantenimiento y conservación del medio ambiente.
- Competición con distintos adversarios.

INICIACION AL BADMINTON

En este curso, el alumnado tendrá un primer contacto con el bádminton como deporte, aunque en niveles muy básicos. Es el momento de distinguir las diferencias técnicas de este deporte de adversario con cualquier otro que utilice

un móvil (pelota) con otros implementos (raqueta).

- Identificar las diferentes técnicas del Bádminton con respecto a la de otros deportes de raqueta.
- Conocer las distintas técnicas de golpeo y su uso adecuado en función del juego.
- Estructurar un correcto dominio espacio-temporal.
- Diferenciar las distintas estrategias de juego.
- Aplicar los golpeos, las trayectorias, los desplazamientos y las estrategias de ataque y defensa.
- Descubrir recursos propios que mejoren la percepción y la toma de decisiones.
- Aplicar los fundamentos básicos en el juego real.
- Respetar el derecho de los adversarios.
- Mejorar la condición física general a través de este deporte.
- Presa de raqueta (toma de golpe derecho, toma de revés y toma a la red con el índice)
- Espacios del campo, colocación y desplazamientos.
- Posición básica del golpe de lob en ataque.
- Posición básica del saque.
- Posiciones de espera.
- El servicio de lob.
- Posición básica del golpe de lob.
- Juego real en individuales.
- Arbitraje de individuales.
- Participación en todas las actividades mostrando constancia e interés.
- Autonomía y confianza en las propias habilidades aplicadas a situaciones nuevas.
- Conocimiento y respeto por las reglas del juego.

TEMPORALIZACION: Total 6 sesiones. (Del 12/02/2024 al 22/03/2024)

TERCER TRIMESTRE

SABERES BÁSICOS

D. ACTIVIDADES FÍSICO-DPEORTIVAS EN MEDIO NO ESTABLE

U.D. 4: "APRENDO A ORIENTARME".

El medio natural es un ambiente muy propicio para las actividades de ocio. Haremos hincapié en la importancia de la necesidad de colaborar en la conservación del medio natural.

Pretendemos que conozcan las distintas actividades que se pueden llevar a la práctica en el medio natural: realizando senderismo, rastreo, actividades de orientación, etc.

- Conocer y clasificar las actividades físico-deportiva-recreativas en el medio natural, en función del entorno que escojamos para su práctica.
- Conocer e identificar los símbolos convencionales que se utilizan para la señalización de senderos.
- Identificar los espacios próximos para realizar actividades en la naturaleza y posibilidades de práctica que ofrecen.
- Practicar actividades de orientación con planos en el entorno del centro.
- Conocer y utilizar las técnicas básicas de orientación en el espacio escolar.
- Valorar las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural.
- Nociones básicas sobre senderismo y señales de rastreo.
- Nociones básicas sobre orientación en el entorno próximo.
- Normas básicas de seguridad y conservación del medio natural.
- Salida al entorno próximo siguiendo una ruta trazada y realizar una batida de limpieza del entorno escolar y del propio centro.
- Practica de un circuito de orientación en la Rambla de San Roque, (Al lado del instituto)
- Identificación de los elementos del plano y su orientación espacial.

- Recorrido de orientación utilizando los espacios naturales del propio centro escolar.
- Aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural.

TEMPORALIZACIÓN: Total 3 sesiones. (Del 5/04/2024 al 26/04/2024)

E. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS DE COLABORACIÓN-OPOSICIÓN.

U D 5: EL DEPORTE: FÚTBOL-SALA

El aprendizaje del Fútbol-Sala se basará en la resolución de situaciones problema donde el alumnado deba decidir, elegir el elemento técnico y la utilización del medio táctico colectivo más adecuado a cada situación.

Durante la sesión, la corrección de las ejecuciones y comportamientos permitirá mejorar el autoconocimiento del alumnado y aumentará su motivación hacia la práctica. Trabajaremos:

- Las fases del juego en los deportes colectivos: organización del ataque y de la defensa.
- Participación activa en las actividades y juegos y en el deporte colectivo escogido.
- Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva, como condición indispensable para la consecución de un objetivo común.
- Práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del futbol sala.
- Planificación y organización de campeonatos en los que se utilicen sistemas de puntuación que potencien las actitudes, los valores y el respeto de las normas.
- Valoración de los juegos y deportes como actividades físicas de ocio y tiempo libre.
- Aceptación de las normas sociales y democráticas que rigen en un trabajo en equipo.

TEMPORALIZACION: Total 7 sesiones. (Del 29/04/2024 al 19/06/2024)

3. EVALUACIÓN:

A) CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

La materia de Educación Físico-Deportiva contribuye al desarrollo de la competencia específica 4, que enuncia:

4. Analizar los efectos de determinadas acciones cotidianas o del entorno profesional sobre la salud, el medio natural y social, basándose en fundamentos científicos, para valorar la importancia de los hábitos que mejoran la salud individual y colectiva, evitan o minimizan los impactos medioambientales negativos y son compatibles con un desarrollo sostenible.

La actividad humana ha producido importantes alteraciones en el entorno con un ritmo de avance sin precedentes en la historia de la Tierra. Algunas de estas alteraciones, como el aumento de la temperatura media terrestre, la acumulación de residuos plásticos o la disminución de la disponibilidad de agua potable, podrían poner en grave peligro algunas actividades humanas esenciales, entre las que destaca la producción de alimentos.

Asimismo, se han instalado en las sociedades más desarrolladas ciertos hábitos perjudiciales como la dieta rica en grasas y azúcares, el sedentarismo, el uso de drogas o la adicción a las nuevas tecnologías. Esto ha dado lugar a un aumento de la frecuencia de algunas patologías que constituyen importantes problemas de la sociedad actual.

Sin embargo, determinadas acciones y hábitos saludables y sostenibles (como alimentación sana, ejercicio físico o consumo responsable) pueden contribuir a la preservación y mejora de la salud individual y colectiva y a frenar las tendencias medioambientales negativas anteriormente descritas. Por ello, es imprescindible para el pleno desarrollo e integración profesional y personal del alumnado como ciudadano que conozca y aplique los fundamentos científicos que justifican un estilo de vida saludable y sostenible.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM5, CD4, CPSAA2, CC4.

Competencia específica 4: Criterios de evaluación:

4.1 Evaluar los efectos de determinadas acciones individuales sobre el organismo y el medio natural, proponiendo hábitos saludables y sostenibles basados en los conocimientos adquiridos y la información disponible.

4.2 Relacionar con fundamentos científicos la preservación de la biodiversidad, la conservación del medio ambiente y la protección de los seres vivos del entorno con el desarrollo sostenible y la calidad de vida.

Para obtener información sobre los alumnos y alumnas que deseamos evaluar vamos a utilizar los procedimientos e instrumentos derivados de los tipos vistos anteriormente:

- Evaluación subjetiva.
- Procedimientos de observación.
- Evaluación objetiva.
- Procedimientos de experimentación o rendimiento.

La observación la vamos a utilizar fundamentalmente para recoger información de aquellos factores relacionados con el aprendizaje que no pueden ser medidos por otros instrumentos, completando los resultados obtenidos mediante los instrumentos objetivos de medición.

Los instrumentos que vamos a aplicar para los procesos de observación son: Hojas y escalas de observación. Los instrumentos a utilizar para evaluar los procesos de experimentación o rendimiento son: Pruebas escritas, trabajos de aplicación, dramatizaciones, pruebas de ejecución motriz y tests físicos.

El programa de evaluación se resume en los tres puntos siguientes:

1. Determinación de los saberes básicos que se van a evaluar (criterios de evaluación).
2. Selección y administración de las pruebas de evaluación para comprobar, medir y apreciar el desarrollo, la adaptación y el rendimiento en relación con los criterios de evaluación.
3. Análisis e interpretación de los resultados.

Asimismo, la evaluación tratará de atender tanto al alumnado como también al profesorado y al mismo proceso de la acción didáctica.

B) CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Distinguiremos los siguientes ámbitos de actuación relacionados con la competencia específica 4 y los saberes básicos:

EVALUACIÓN ORDINARIA

1. ÁMBITO DE PRÁCTICA FÍSICA: 60% DE LA CALIFICACIÓN.

Se refiere a los aspectos de condición física, habilidades motrices, habilidades específicas, juegos y actividades en el medio natural. El apartado de condición física, está compuesto por 6 pruebas, que medirán las capacidades de los alumnos en las diferentes cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Las habilidades motrices se calificarán mediante pruebas que se confeccionarán en cada evaluación y estarán compuestas por los ejercicios o actividades del deporte o saber básico trabajado en dicha evaluación. Las pruebas se calificarán sobre 6 puntos.

No obstante, se tendrán en consideración las notas de observación de clase del profesor de tipo práctico. Si un alumno presenta, en este apartado, un número de tres o más positivos se le podrá subir la calificación en medio punto. Si en una misma evaluación se realizan varias pruebas prácticas se hallará la media aritmética de todas ellas. Es obligatorio realizar todas las pruebas prácticas.

2. ÁMBITO TEÓRICO: 20% DE LA CALIFICACIÓN.

Consistirá en un examen oral o escrito para verificar si alumnos y alumnas han comprendido y adquirido los diferentes conceptos teóricos o saberes básicos.

Estos conceptos teóricos se refieren a aspectos como las cualidades físicas, deportes, higiene y salud, alimentación, hábitos básicos de la actividad física, beneficios de la actividad física, etc... La calificación máxima será de dos puntos. Los trabajos teóricos y fichas también formarán parte de la nota de conceptos y serán valorados sobre dos puntos. De ambos apartados (examen, trabajos y fichas) se calculará la media aritmética.

Es obligatorio entregar todos los trabajos y fichas. Se tendrá en cuenta la presentación, limpieza y organización de los trabajos, así como, la ortografía y expresión escrita empleada.

3. ÁMBITO DE HÁBITOS E HIGIENE: 20% DE LA CALIFICACIÓN.

Este apartado supone una evaluación de aspectos referidos a actitudes, valores y normas.

Aquí, el profesor recogerá notas del desarrollo de las clases cuando algún alumno o alumna demuestren con sus acciones su actitud en cuanto a aceptación de normas, ayudas, colaboraciones, respeto a los compañeros y profesor, interés, esfuerzo, asistencia, faltas de vestuario, aseo, etc.

La calificación de este apartado es de 2 puntos.

Si un alumno acumula cuatro anotaciones negativas equivaldrá a cero puntos en actitud (apartado no superado). (NOTA: Ver tabla de Anotaciones Conductuales).

TABLA DE ANOTACIONES CONDUCTUALES

CONDUCTAS TIPO

Símbolo

- Llegar tarde a clase..... (2 veces) = -T
- Enfermedad sin justificar…… -E

De comportamiento:

- Molestar mientras explica el profesor..... –C1
- No enterarse de la actividad a realizar……. –C2
- Realizar una actividad diferente a la propuesta…….. –C3
- Faltar el respeto a un compañero o al profesor…….. –C4
- “Pelearse de broma” en clase..... –C5
- Irse de clase..... –C6

Cuidado del material:

- Patada a un balón inadecuado..... –CM1
- Utilizar inadecuadamente el material..... –CM2
- Perder el material..... –CM3
- No recoger el material al finalizar la sesión…… –CM4

Equipamiento:

- No traer la ropa deportiva..... –Rp
- No asearse ni cambiarse de camiseta..... –As

RECUPERACIÓN DE ALUMNOS EN EVALUACIÓN ORDINARIA

Habrá dos formas de recuperar esta materia:

1. Por evaluaciones, para el siguiente trimestre se tendrá que recuperar la parte que no haya sido superada por cada alumno:

- Teoría (prueba oral o escrita, entrega de trabajos, fichas, etc).
- Práctica física (prueba práctica sobre los contenidos no superados).
-Hábitos e higiene: Se realizará un seguimiento del alumno por evaluación. Si el alumno/a ha mostrado una actitud negativa en dos trimestres, tendrá que realizar la prueba final de junio (ver ese apartado). Las calificaciones de cada evaluación se tendrán en consideración y quedan guardadas para la valoración final. En principio, una evaluación se recuperará no teniendo ninguna nota negativa en la siguiente evaluación. La calificación en la evaluación recuperada sería la conseguida en el siguiente trimestre.

En el caso de no superar únicamente una evaluación (cualquiera de las tres), el profesor hará una valoración global del alumno a lo largo de todo el curso, y se obtendrá la nota final por este apartado hallando la media aritmética de las notas de las tres evaluaciones.

Se podrán realizar trabajos teórico-prácticos voluntarios, actividades complementarias por parte del alumnado para aprobar esta parte, si el profesor lo estima conveniente. Los porcentajes de los criterios de calificación de cada apartado siguen siendo los mencionados en la evaluación ordinaria.

2. Prueba final, dicha prueba se realizará a principios de junio. En ella se examinarán los alumnos de los apartados suspensos (teoría y práctica física) no superados por evaluaciones. Se realizará una prueba teórica escrita final y una prueba práctica sobre los saberes básicos y competencias específicas no superadas. Los porcentajes de cada apartado (teórico, práctica física y hábitos e higiene) serán los mismos (20%, 60% y 20% respectivamente).

Las pruebas teóricas y prácticas tendrán las mismas características que durante el curso académico normal (ver criterios de calificación).

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA (JUNIO)

En dicha convocatoria, los alumnos se examinarán de los saberes básicos tanto teóricos como prácticos que no hayan superado en la convocatoria ordinaria. Esto quiere decir que se respetan las calificaciones obtenidas en cada una de las pruebas prácticas, teóricas, trabajos, exposiciones, actividades voluntarias, etc.., realizadas durante el curso y con los criterios de calificación y porcentajes que a continuación se detallan: Ámbito teórico (40% de la calificación y Ámbito de práctica física (60% de la calificación).

Para aquellos alumnos que hayan dejado de asistir o estén matriculados pero no hayan asistido a clase durante todo el año (imposibilidad de realizar un seguimiento diario del alumno); la convocatoria de junio tendrá, también los siguientes criterios de calificación:

- Ámbito teórico (40% de la calificación), se realizará una prueba escrita sobre todos los saberes básicos vistos durante todo el curso. El examen se calificará sobre 4 puntos, y se sumará con el siguiente apartado.
- Ámbito de práctica física (60% de la calificación), se realizará una prueba práctica sobre todos los contenidos prácticos desarrollados durante el curso (el profesor elegirá los contenidos en la prueba, según las carencias motrices mostradas por el alumnado suspenso). La prueba se calificará sobre 6 puntos, y se sumará al apartado anterior.

NOTA: Los alumnos exentos de la parte práctica se les examinará mediante una prueba escrita sobre todos los saberes básicos vistos durante el curso. Dicha prueba será el 100% de la calificación.

EXENCIONES DE LOS SABERES BÁSICOS PROCEDIMENTALES

Los alumnos/as que por algún tipo de imposibilidad médica no puedan realizar el ámbito práctico de los saberes básicos, deberán igualmente asistir a las clases. NO EXISTEN LOS EXENTOS. La exención total o parcial de la parte práctica la determinará el Departamento, previo estudio de los informes médicos presentados. Recordamos que se valoran otros aspectos aparte de los contenidos prácticos.

Distinguiremos distintos tipos de exenciones:

1. Exención total (todo el curso escolar), en este caso, los criterios de calificación serán los siguientes:

- Ámbito teórico (80%), en este apartado el alumno/a tendrá que realizar las mismas pruebas teóricas y trabajos que los demás compañeros. Además, tendrá que presentar el cuaderno de ejercicios debidamente cumplimentado (describir todas las sesiones prácticas de clase, junto con los saberes básicos y competencias que se trabajan). Por último, deberá preparar y dirigir una sesión de trabajo sobre algún saber básico que se desarrolle en cada trimestre y que podrá elegir el propio alumno.

Todas las pruebas, trabajos y fichas se calificarán sobre ocho puntos.

- Ámbito de hábitos e higiene (20%), se regirá por los mismos criterios que el resto del alumnado (véase tabla de anotaciones conductuales). No obstante, se tendrá muy en cuenta la implicación del alumno en las actividades de clase, el ofrecerse voluntario paraproponer actividades, su participación, su asistencia continuada, etc...

2. Exención temporal (máximo de un trimestre), en este caso, se regirá por los mismos criterios que en el apartado anterior en dicho trimestre. Si el alumno está de baja durante menos de un trimestre tendrá que realizar adicionalmente los siguientes trabajos teórico-prácticos: copiar las actividades realizadas en todas las sesiones prácticas en las que esté de baja, entregando dicho trabajo que será puntuado sobre dos puntos. Si la baja es de más de un mes, a parte del trabajo anterior, el alumno tendrá que realizar y dirigir una sesión práctica sobre un saber básico de los que se impartan en ese trimestre. Dicho trabajo se valorará sobre dos. En todos los trabajos se valorará la organización de los mismos, claridad del contenido e idoneidad de las actividades programadas. En el caso de que la baja sea de menos de un trimestre los criterios de calificación serán los siguientes:

- Ámbito teórico (20% de la nota), se incluye en este apartado todos los trabajos antes indicados más los que se solicitan a los alumnos sin baja médica.
- Ámbito de práctica física (60% de la nota), en este apartado se

realizarían las pruebas prácticas pertinentes y con las mismas premisas que para el resto de los alumnos.

- Ámbito de hábitos e higiene (20% de la nota), se valorará los mismos aspectos que en los criterios de calificación para el resto de los alumnos/as.

RECUPERACIÓN DE ALUMNOS ABSENTISTAS

Si un alumno ha faltado a clase más del 30% de las sesiones anuales durante un solo trimestre y se incorpora de nuevo de manera normal para el resto del curso, se aplicarán las siguientes actuaciones:

- Los criterios de calificación serán los mismos que para el resto de alumnos.
- Tendrán que realizar todos los trabajos, fichas y pruebas teóricas que se hayan programado hasta la fecha.
- Realización de todas las pruebas prácticas que les faltara por hacer.
- Tendrán que dirigir una sesión práctica para sus compañeros sobre un contenido que decida el profesor.

Si el alumno fuese exento de la parte práctica, se regiría por los mismos criterios de calificación para alumnado exento de práctica y con los mismos parámetros anteriormente expuestos.

C) PLANES DE REFUERZO EN EDUCACIÓN FÍSICA.

Plan Específico Personalizado para los alumnos que repiten curso:

A los alumnos repetidores se les proporciona:

- Información sobre los saberes básicos que se van a trabajar en cada trimestre tanto a nivel práctico como teórico.
- Información acerca de los trabajos teórico-prácticos que se demandarán durante el curso.
- Información sobre las pruebas prácticas que se realizarán durante el curso.
- Información sobre los criterios de calificación de la asignatura.
- Se realizará un seguimiento diario individualizado sobre su participación en clase, respeto de normas de funcionamiento en las clases prácticas, aseo e higiene personal, respeto a los compañeros, cuidado del material.

- Información sobre lo que supone participar en actividades complementarias propuestas por el departamento (Strava, competiciones en los recreos, actividades voluntarias, competiciones intercentros).
- Enfatizaremos en las carencias demostradas en el curso anterior para intentar resolverlas mediante progresiones más detalladas, actividades más adaptadas a sus capacidades, empleando diferentes metodologías y estilos de enseñanza. La recogida de datos se resume así:

Nombre:							Curso:		
	1ª EVAL			2ª EVAL			3ª EVAL		
ITEMS	Sí	NO	EP	SÍ	NO	EP	SÍ	NO	EP
Realiza adecuadamente trabajos teóricos solicitados.									
Realiza adecuadamente exámenes teóricos solicitados.									
Realiza adecuadamente las pruebas prácticas solicitadas.									
Participa activamente en las actividades prácticas diarias.									
Participa adecuadamente en las actividades prácticas complementarias (Strava, actividades voluntarias, recreos).									
Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material.									

<u>Medidas de Refuerzo Educativo a los alumnos con calificación negativa en la 1ª y 2ª evaluación:</u>

- Información individualizada sobre las actividades de recuperación prácticas y teóricas y seguimiento para superar la evaluación suspensa, a través de la plataforma Classroom.
- Seguimiento diario en clase sobre su participación en las actividades prácticas.
- Participación en actividades físico-deportivas del departamento.

Nombre:				Curso:		
	2ª EVAL			3ª EVAL		
ITEMS	Sí	NO	EP	SÍ	NO	EP
Realiza trabajos teóricos no superados.						
Participa activamente en las actividades prácticas diarias.						
Realiza adecuadamente las actividades prácticas de recuperación (Strava, actividades voluntarias).						
Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material.						

4. METODOLOGÍA

Consideramos la Educación Física como disciplina escolar que da importancia tanto al proceso como a los resultados. Contemplamos una materia que se desarrolla mediante un proceso rico en experiencias y vivencias

formativas, pero un proceso en el que se valore el esfuerzo necesario para conseguir los aprendizajes.

La programación de los saberes básicos se ha realizado teniendo presente el objetivo de que nuestros alumnos obtengan un aprendizaje significativo y funcional. Al principio de curso, se utilizarán los procedimientos que se consideren más adecuados para detectar el nivel de partida de los alumnos/as, así como sus experiencias previas e intereses en los saberes que se van a trabajar.

Se tratará de individualizar la enseñanza en la medida de lo posible, dando respuesta a la diversidad de los alumnos y alumnas en cuanto a capacidades, habilidades, motivaciones, intereses, estilos de aprendizaje, etc. Para ello adaptaremos la dificultad e intensidad de las tareas que proponemos, al nivel de capacidad y habilidad detectado en la evaluación inicial. Utilizaremos estilos, técnicas, estrategias, variadas, con el fin de adaptar la metodología a las características de los alumnos y a sus diferentes formas de aprender, teniendo en cuenta también los que son más idóneos y eficaces en el contenido que se está enseñando. Cuando sea factible, se dará opción a los alumnos para que puedan elegir las actividades o los ejercicios que más les interesen o que se adecuen mejor a su nivel de capacidad. Propugnamos un tipo de enseñanza activa y participativa, implicando al alumno en su propio proceso de aprendizaje, dotándole de una autonomía creciente y progresiva y favoreciendo al mismo tiempo que aprenda a asumir sus responsabilidades en el aprendizaje, en el trabajo de clase, en la convivencia y las relaciones con los demás.

Difícilmente se conseguirá la participación de los alumnos si no saben lo que se espera de ellos, por lo que nos parece indispensable que se les proporcione la información pertinente sobre todos los aspectos del proceso de enseñanza-aprendizaje que deben conocer: objetivos que se persiguen, saberes básicos que se van a desarrollar, utilidad de los aprendizajes, criterios de evaluación y calificación, trabajos que deben presentar, normas de comportamiento, etc.

Nuestra meta es que los alumnos no solo realicen actividad física, sino que aprendan a hacer ejercicio físico, logrando los beneficios que conlleva y evitando los riesgos y perjuicios que puede ocasionar una práctica inadecuada. Para lograrlo, tenemos que ir dotándolos de una autonomía creciente, dándoles

ocasiones para que puedan ir tomando decisiones en la planificación, organización, elección y realización de actividades, en la medida en que tengan la capacidad y responsabilidad para poder hacerlo.

La competición en la clase de E.F. es consustancial en algunos de los saberes básicos, como puede ser el de deportes, y además resulta un elemento muy atrayente y motivador para el alumno. Nuestra posición ante el binomio cooperación-competición es que siempre que se haga un tratamiento didáctico correcto, no son en modo alguno excluyentes. El individuo en la sociedad actual, se enfrenta constantemente a situaciones en las cuales la cooperación y la competición coexisten y se entremezclan. Por tanto, es necesario que aprenda a afrontar estas situaciones de una manera adecuada, desde la base de unos principios de convivencia y respeto a los demás. No debe confundirse un planteamiento competitivo de la clase en el que se persigue que cada participante obtenga resultados que sí son beneficiosos para él.

5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

Con estas medidas pretendemos dar respuesta a las necesidades educativas que tienen los alumnos y alumnas, asegurando de esta manera la igualdad de oportunidades.

Desde nuestra área atendemos a la diversidad con las siguientes actuaciones:

-Evaluación inicial:

Al principio del curso realizamos actividades para comprobar, en todos los alumnos y alumnas, el nivel con el que empiezan y poder adaptar y ajustar los objetivos planteados.

-Actividades diferenciadas:

Hemos tenido en cuenta el interés de alumnos y alumnas por las actividades físico-deportivas que se practican en la localidad a la hora de programar las de nuestro departamento, con lo que conseguimos un mayor interés por la asignatura.

Debido a la práctica deportiva generalizada en la localidad tenemos niveles de ejecución muy diferentes. Estos distintos niveles se ponen de manifiesto en las pruebas iniciales y nos permiten revisar objetivos y agrupar a los alumnos y alumnas de manera homogénea, para así llevar cada uno y cada una su propio

ritmo de trabajo en base a su nivel. Desde la Educación Física estamos en inmejorable situación para que cada alumno/a trabaje a su ritmo o dentro de un grupo homogéneo.

En los circuitos están de nuevo juntos en grupos homogéneos y en los deportes se establecen niveles de enseñanza donde cada grupo tiene un nivel de ejecución distinto y trata de pasar al superior consiguiendo los objetivos. Los más avanzados pueden seguir desarrollando la actividad o realizar una labor de coeducación ayudando a los grupos más retrasados.

Todo esto es posible gracias al ambiente y al clima que creamos desde principio de curso favoreciendo la autonomía y el trabajo en grupo.

-Metodología diferenciada:

Aplicaremos distintos métodos de enseñanza, dependiendo del carácter de las actividades, puesto que según el tipo de actividad a realizar será más apropiado un método u otro.

Cuando el alumno/a necesite asimilar movimientos complejos y específicos utilizaremos la Instrucción directa. En cambio, cuando queremos que el alumno/a descubra soluciones motrices utilizaremos la enseñanza mediante la búsqueda. Igualmente, dentro de una misma sesión y según los distintos grupos utilizaremos distintos estilos de enseñanza que podrán ser según la tarea:

- Mando directo.
- Asignación tareas.
- Enseñanza recíproca.
- Programa individual y dentro de la enseñanza mediante la búsqueda:
    - Descubrimiento guiado.
    - Resolución de problemas.
- Libre exploración.

La actuación ante alumnos más capaces se aplicará en dos aspectos:

- A nivel práctico, se realizarán actividades en función del nivel de los alumnos, como se ha indicado en el apartado anterior. La enseñanza en nuestra área se ajusta a la capacidad del alumnado.

- A nivel teórico, se ampliará la información sobre los saberes básicos que se imparten en esta materia. Realización de trabajos

complementarios, preparación de sesiones prácticas para el resto de los compañeros, elaboración y puesta en práctica de actividades que proponga dicho alumnado, etc…

Se llevarán a cabo adaptaciones en la parte teórica, dejando más tiempo para los alumnos TDAH, disléxicos, etc.., así como facilitando la interacción en el caso de un alumno TEA.

6. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.

Se realizarán las siguientes actividades:

- Cross Programa Deporte Escolar, se realizará durante el primer y segundo trimestre. Se celebrará en Molina de Segura y Puerto Lumbreras.
- Actividades físico-deportivas propuestas por el Ayuntamiento, Federaciones deportivas o clubes deportivos, se realizarán durante todo el curso.
- Competiciones deportivas en los recreos, se realizarán durante todo el curso.

Los profesores responsables de estas actividades serán Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora.

7. MATERIALES.

Cuando hablamos de recursos didácticos en la enseñanza nos referimos a todos aquellos apoyos pedagógicos que el docente utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje buscando el desarrollo óptimo de los contenidos a impartir, buscan facilitar al alumnado el acceso a la información, la adquisición de habilidades, destrezas y estrategias, incluso la formación de actitudes y valores.

Los alumnos dispondrán de temas teóricos elaborados por el profesor y que se presentarán a través de la Plataforma digital Classroom.

El Departamento cuenta con:

- Gimnasio.
- Pistas polideportivas (2).
- Un equipo de música.

- Un ordenador fijo.
- Diversos CDs que contienen soportes musicales apropiados para danzas; para la realización de movimientos diversos con acompañamiento musical y para actividades de relajación, o para pruebas de condición física.

Recursos instrumentales:

a) Gran material: - plintos de cajones (1) - bancos suecos (15) - colchonetas pequeñas de caída (2) - aislantes (40) - trampolín (2) - potro - juegos de palos de voleibol (3).

b) Pequeño material manipulable: - compresor de inflar balones (1) - balones de baloncesto (22) - balones de voleibol (20) - balones de fútbol-sala (20) - balones de balonmano (20) - balones de rugby (10) – balones de gomaespuma (12) – balones de plástico (10) - aros (15, diferentes tamaños) - cuerdas cortas para salto (30) - cuerdas gruesas (4) - discos voladores (15) - raquetas de bádminton (10). - volantes de bádminton (20) - redes de bádminton (4) - sticks para floorball (30) - bolas para floorball (15) - balones medicinales (3) - pivotes de señalización (29) - bandas elásticas (30) - mancuernas (de diversos pesos 12) - palas de madera (30) - bate de beisbol (4) - pelotas de béisbol goma (8) – testigos de atletismo (5) – juegos de petanca (4) – petos (25).

8. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE.

DEPARTAMENTO DIDÁCTICO:		
EVALUACIÓN:		
COORDINACIÓN DOCENTE	Nº de reuniones de departamento mantenidas	
	Principales acuerdos pedagógicos adoptados	
AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE	¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa?	
	Diferencias producidas entre los diferentes grupos del mismo curso de la etapa	
	Posibles causas de las diferencias detectadas	

CONSECUCIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Grado de consecución por los alumnos en los distintos grupos de los mismos cursos de la etapa	
	Análisis de las diferencias advertidas	
RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE	Datos cuantitativos por grupos	
	Diferencias producidas entre los distintos grupos del mismo curso de la etapa	
	Posibles causas de las diferencias detectadas	
PLANES DE MEJORA, EN SU CASO		

Desde el equipo directivo nos ofrecen este cuadro para evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje y la práctica docente.

9. PLAN PARA ESTIMULAR EL HÁBITO DE LA LECTURA.

La Educación Física es una materia eminentemente práctica, pero podemos contribuir al hábito de la lectura y a la capacidad de expresarse oral y escrito de diversas formas que se detallan a continuación:

- Los saberes básicos teóricos de la asignatura se trabajan mediante los apuntes elaborados por el profesor, fichas y trabajos de aplicación que contribuyen al hábito de lectura. Se les proporciona artículos de revistas relacionados con esta área y se fomenta la búsqueda de información sobre saberes de la Educación Física.

- Las pruebas escritas se programan normalmente mediante preguntas cortas para que los alumnos se tengan que expresar por escrito. Igualmente, realizan trabajos teóricos en los que tienen que explicar de forma escrita ejercicios, actividades, juegos, etc..

- Los alumnos participan activamente en la realización de actividades de clase, por ejemplo, dirigen los calentamientos, proponen y exponen juegos, actividades y ejercicios sobre diferentes contenidos, explican ejercicios para realizar la vuelta a la calma, todos estos aspectos

mejoran la capacidad de expresión oral, de mostrarse delante de los compañeros y les realza la autoestima.

PROGRAMACIÓN DOCENTE FP. BÁSICA PELUQUERÍA 2º CURSO

CURSO 2023/24

DEPARTAMENTO EDUCACIÓN FÍSICA

Profesores:

Nadia Arroyo
David Otalora
Justo Ortega Acosta: Jefe del Departamento

GUIÓN DE LA PROGRAMACIÓN

1. INTRODUCCIÓN
2. CONTENIDOS Y TEMPORALIZACIÓN.
3. EVALUACIÓN:
   a) Criterios de evaluación.
   b) Criterios de calificación.
   c) Planes de Mejora.
4. METODOLOGÍA
5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD
6. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.
7. MATERIALES.
8. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE
9. PLAN PARA ESTIMULAR EL HÁBITO DE LA LECTURA.

1. INTRODUCCIÓN

La presente programación se contextualiza en función del alumnado, del centro y del entorno. El fin principal es la educación y formación del alumnado,manteniendo una constante conexión entre el contenido a trabajar y a estructura mental del alumnado, traducido todo esto en la atención a sus conocimientos previos, su nivel de desarrollo y sus estrategias de aprendizaje.

El aprendizaje significativo requiere también de una actitud favorable del discente, procurándole las destrezas necesarias para realizar una comprensión holística, antes que la simple memorización conceptual. Es muy importante asegurarnos que los alumnos y alumnas encuentren sentido y aplicación a lo que hacen y por qué acerca y a través del conocimiento de la materia, ya sea en sus aspectos conceptuales, actitudinales o procedimentales.

Por tanto, se espera concienciar al discente de la importancia de la prevención de la salud corporal y la armonía psíquica, de la utilización correcta del tiempo de ocio en función de sus preferencias hacia la actividad física.

El trabajo programación, pretende ser un medio eficaz para facilitar la integración social y fomentar el desarrollo de la cooperación, la igualdad, la toleranciay el trabajo en equipo, así como responsabilizarles en el desarrollo de sus capacidades personales y mantener una actitud crítica y positiva en su vida posterior.

Se respetará la progresión de los aprendizajes, dándoles un enfoque significativo, lo que quiere decir que los contenidos tendrán una lógica coherente.

2. CONTENIDOS Y TEMPORALIZACIÓN.

PRIMER TRIMESTRE

SABERES BÁSICOS

A. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS INDIVIDUALES EN MEDIO ESTABLE

UNIDAD DIDÁCTICA 1: "BUSCANDO LA FORMA FÍSICA SALUDABLE".

Pretendemos conseguir que el alumnado:

- Vivencie ejercicios de Calentamiento orientados a una actividad deportiva concreta
- Desarrolle armónica y equilibradamente las cualidades físicas básicas: resistencia aeróbica, fuerza-resistencia y flexibilidad atendiendo al proceso evolutivo del alumno.
- Formar conciencia de las propias posibilidades para la realización de actividades físicas y de su progreso por medio del ejercicio físico sistematizado.
- Adquirir y desarrollar hábitos de salud, higiene postural y personal.
- Nociones elementales de la actividad física: La Resistencia, la Fuerza y la Flexibilidad.
- Aspectos básicos sobre alimentación, hidratación e indumentaria para una actividad física saludable.
- Aplicación de sistemas específicos de desarrollo de la Resistencia y la Fuerza.
- Respeto de las normas de higiene, prevención y seguridad en la práctica de la actividad física.
- Vivenciar distintas formas para trabajar la fuerza.
- Juegos de resistencia y de fuerza.

SITUACIONES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

- Ejercicios de calentamiento general y específico.
- Práctica de diferentes actividades físicas para mejorar las capacidades físicas de Resistencia, Fuerza y Flexibilidad.
- Práctica de ejercicios usando diferentes métodos de entrenamiento de la Resistencia: métodos continuos y métodos fraccionados.
- Práctica de ejercicios usando diferentes medios materiales para desarrollar la Fuerza: mancuernas, gomas elásticas, ejercicios de autocarga y por parejas, balones medicinales, multisaltos y multilanzamientos.
- Vivenciar distintos medios para mejorar nuestra Flexibilidad: métodos estáticos y dinámicos.
- Elaboración de un trabajo teórico-práctico sobre la elaboración de una sesión de trabajo de una de las cualidades físicas trabajadas.

E. ACTIVIDADES DEPORTIVAS LÚDICO-RECREATIVAS

UNIDAD DIDACTICA 2: "ACTIVIDADES ALTERNATIVAS: "FLOORBALL, COLPBALL Y FRESBEE"

Pretendemos conseguir que el alumnado:

- Conozca y vivencie estas actividades recreativas.
- Familiarizarse y practicar acciones técnicas propias de estos juegos.
- Realizar nuevas propuestas o variantes de estas actividades.
- Participar en actividades, juegos, campeonatos, organización de los mismos, de forma desinhibida y constructiva, con compañerismo y deportividad.
- Conozca las normas reglamentarias.
- Ajuste de respuestas motrices individuales (acciones técnicas) a la estrategia del grupo: la táctica individual y grupal.
- Práctica de actividades deportivas en competición: colectivas e individuales.
- Colaboración, cooperación y compañerismo.

SITUACIONES DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE:

- Ejercicios de familiarización.
- Juegos con los materiales empleados.
- Actividades de encadenamiento de los elementos técnico-tácticos aprendidos.
- Organización y participación en las competiciones que los mismos alumnos organicen.

TEMPORALIZACIÓN: Total 14 sesiones. (14/09/2023 AL 22/12/2023)

SEGUNDO TRIMESTRE

SABERES BÁSICOS

C. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS DE ADVERSARIO Y DE COLABORACIÓN-OPOSICIÓN

U D 3: "ME ENCANTA LA LIGA ACB: BALONCESTO".

Con esta unidad didáctica el alumno practica un deporte de colaboración-oposición arraigado en la ciudad, con bastantes escuelas deportivas que lo potencian como actividad extraescolar. El alumno debe ser capaz de:

- Aprender y desarrollar los fundamentos técnicos y tácticos básicos de este deporte.
- Interiorizar el reglamento básico.
- Conocer el calentamiento específico previo a una competición de Baloncesto.
- Cooperar y aceptar las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo.
- Fomentar la tolerancia, el disfrute y la deportividad por encima de la búsqueda desmedida de resultados.

SITUACIONES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

- Ejercicios de familiarización con el balón.
- Fundamentos técnicos: tiro, bote, pase, arrancadas y paradas y desplazamientos con y sin balón.

- Fundamentos tácticos: ofensivos y defensivos.
- Reglamento básico.
- Calentamiento general y específico.
- Arbitraje en juego real.

TEMPORALIZACIÓN: Total 8 sesiones (Desde el 8-1-2024 hasta 26-2-2024).

D. ACTIVIDADES EN MEDIO NO ESTABLE

UNIDAD DIDACTICA 4: "DISFRUTO CON LA NATURALEZA: ORIENTACIÓN"

En esta unidad didáctica nos proponemos que los alumnos:

- Conocer un deporte en la naturaleza con unas características diferentes a los comunes,adquiriendo nociones sobre materiales y técnicas básicas.
- Fomentar el interés por las actividades en la naturaleza, eliminando temores e inseguridades en su práctica.
- Adquirir nociones técnicas propias del deporte de orientación.
- Actividades de montaña: las carreras de orientación en la naturaleza.
- Los mapas y la brújula.
- Normas y técnicas básicas de esta actividad deportiva.
- Adaptar el equipamiento deportivo a las características de la actividad a realizar y al escenario de su práctica.
- Respeto de las normas establecidas para la práctica deportiva.
- Valorar el medio natural como un espacio a respetar y conservar, disfrutando del mismo.

SITUACIONES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

- Realización práctica de recorridos en el entorno del Centro.
- Interpretación de planos y mapas.
- Uso de la brújula en diferentes circunstancias.
- Ejercicios de orientación para practicarlos individualmente.

TEMPORALIZACION: Total 3 sesiones. (Del 27/02/2024 al 22/03/2024)

TERCER TRIMESTRE

SABERES BÁSICOS

E. ACTIVIDADES DEPORTIVAS LÚDICO-RECREATIVAS: JUEGOS

UNIDAD DIDÁCTICA 5: "CONOZCO LOS JUEGOS DE MI ENTORNO: "JUEGOS POPULARES Y AUTÓCTONOS".

Mediante esta unidad didáctica pretendemos que el alumnado:

- Contribuir al desarrollo integral y armónico de la persona utilizando los juegos y deportes populares, desinhibiendo a nivel individual y de grupo y desarrollando la creatividad y la imaginación desde la cultura popular.
- Conocer y practicar juegos y deportes populares.
- Conocer otras actividades físicas del entorno inmediato.
- Los deportes populares del entorno.
- Juegos con implemento: palas y raquetas.
- Investigación sobre los deportes populares de la localidad.
- Desarrollo de la práctica deportiva de la petanca.
- Utilización de técnicas propias de la petanca.
- Valorar y apreciar los juegos y deportes populares del entorno y su práctica.

SITUACIONES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

- Juego de Petanca.
- Práctica de juegos autóctonos.
- Investigación de campo sobre juegos autóctonos de nuestra región y puesta en práctica.

TEMPORALIZACION: Total 4 sesiones. (Del 5/04/2024 al 3/05/2024).

F. EL CUERPO HUMANO Y LA SALUD

UNIDAD DIDÁCTICA 6: "PRIMEROS AUXILIOS EN LA ACTIVIDAD FÍSICA"

En esta unidad didáctica nos proponemos que los alumnos:

- Conozcan las medidas preventivas previas a una actividad física de competición.
- Identifiquen situaciones de emergencia en la práctica física.
- Conozcan las lesiones más frecuentes en la práctica física (esguinces, roturas de fibras, luxaciones, fracturas, heridas, insolación, golpe de calor, deshidratación, etc…) y los protocolos de actuación.
- Aspectos básicos de la reanimación cardiopulmonar (RCP), maniobra de Heimlich.

SITUACIONES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

- Exposición de trabajos relativos a los aspectos tratados.
- Actuación ante situaciones reales en clase.

TEMPORALIZACION: Total 3 sesiones. (Del 6/05/2024 al 24/05/2024).

3. EVALUACIÓN:

A) CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La materia de Educación Físico-Deportiva contribuye al desarrollo de la competencia específica 4, que enuncia:

4. Analizar los efectos de determinadas acciones cotidianas o del entorno profesional sobre la salud, el medio natural y social, basándose en fundamentos científicos, para valorar la importancia de los hábitos que mejoran la salud individual y colectiva, evitan o minimizan los impactos medioambientales negativos y son compatibles con un desarrollo sostenible.

La actividad humana ha producido importantes alteraciones en el entorno con un ritmo de avance sin precedentes en la historia de la Tierra. Algunas de estas alteraciones, como el aumento de la temperatura media terrestre, la acumulación de residuos plásticos o la disminución de la disponibilidad de agua potable, podrían poner en grave peligro algunas actividades humanas esenciales, entre las que destaca la producción de alimentos.

Así mismo, se han instalado en las sociedades más desarrolladas ciertos hábitos perjudiciales como la dieta rica en grasas y azúcares, el sedentarismo, el uso de drogas o la adicción a las nuevas tecnologías. Esto ha dado lugar a un aumento de la frecuencia de algunas patologías que constituyen importantes problemas de la sociedad actual.

Sin embargo, determinadas acciones y hábitos saludables y sostenibles (como alimentación sana, ejercicio físico o consumo responsable) pueden contribuir a la preservación y mejora de la salud individual y colectiva y a frenar las tendencias medioambientales negativas anteriormente descritas. Por ello, es imprescindible para el pleno desarrollo e integración profesional y personal del alumnado como ciudadano que conozca y aplique los fundamentos científicos que justifican un estilo de vida saludable y sostenible.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM5, CD4, CPSAA2, CC4.

Competencia específica 4: Criterios de evaluación:

4.1 Evaluar los efectos de determinadas acciones individuales sobre el organismo y el medio natural, proponiendo hábitos saludables y sostenibles basados en los conocimientos adquiridos y la información disponible.

4.2 Relacionar con fundamentos científicos la preservación de la biodiversidad, la conservación del medio ambiente y la protección de los seres vivos del entorno con el desarrollo sostenible y la calidad de vida.

Para obtener información sobre los alumnos y alumnas que deseamos evaluar vamos a utilizar los procedimientos e instrumentos derivados de los tipos vistos anteriormente:

- Evaluación subjetiva.
- Procedimientos de observación.
- Evaluación objetiva.
- Procedimientos de experimentación o rendimiento.

La observación la vamos a utilizar fundamentalmente para recoger información de aquellos factores relacionados con el aprendizaje que no pueden ser medidos por otros instrumentos, completando los resultados obtenidos mediante los instrumentos objetivos de medición.

Los instrumentos que vamos a aplicar para los procesos de observación son: Hojas y escalas de observación. Los instrumentos a utilizar para evaluar los procesos de experimentación o rendimiento son: Pruebas escritas, trabajos de aplicación, dramatizaciones, pruebas de ejecución motriz y tests físicos.

El programa de evaluación se resume en los tres puntos siguientes:

1. Determinación de los saberes básicos que se van a evaluar (criterios de evaluación).
2. Selección y administración de las pruebas de evaluación para comprobar, medir y apreciar el desarrollo, la adaptación y el rendimiento en relación con los criterios de evaluación.
3. Análisis e interpretación de los resultados.

Asimismo, la evaluación tratará de atender tanto al alumnado como también al profesorado y al mismo proceso de la acción didáctica.

B) CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Distinguiremos los siguientes ámbitos de actuación:

<u>EVALUACIÓN ORDINARIA</u>

1. ÁMBITO DE PRÁCTICA FÍSICA: 60% DE LA CALIFICACIÓN.

Se refiere a los aspectos de condición física, habilidades motrices, habilidades específicas, juegos y actividades en el medio natural. El apartado de condición física, está compuesto por 6 pruebas, que medirán las capacidades de los alumnos en las diferentes cualidades físicas: resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Las habilidades motrices se calificarán mediante pruebas que se confeccionarán en cada evaluación y estarán compuestas por los ejercicios o actividades del deporte o saber básico trabajado en dicha evaluación. Las pruebas se calificarán sobre 6 puntos.

No obstante, se tendrán en consideración las notas de observación de clase del profesor de tipo práctico. Si un alumno presenta, en este apartado, un número de tres o más positivos se le podrá subir la calificación en medio punto. Si en una misma evaluación se realizan varias pruebas prácticas se hallará la

media aritmética de todas ellas. Es obligatorio realizar todas las pruebas prácticas.

2. ÁMBITO TEÓRICO: 20% DE LA CALIFICACIÓN.

Consistirá en un examen oral o escrito para verificar si alumnos y alumnas han comprendido y adquirido los diferentes conceptos teóricos o saberes básicos.

Estos conceptos teóricos se refieren a aspectos como las cualidades físicas, deportes, higiene y salud, alimentación, hábitos básicos de la actividad física, beneficios de la actividad física, etc... La calificación máxima será de dos puntos. Los trabajos teóricos y fichas también formarán parte de la nota de conceptos y serán valorados sobre dos puntos. De ambos apartados (examen, trabajos y fichas) se calculará la media aritmética.

Es obligatorio entregar todos los trabajos y fichas. Se tendrá en cuenta la presentación, limpieza y organización de los trabajos, así como, la ortografía y expresión escrita empleada.

3. ÁMBITO DE HÁBITOS E HIGIENE: 20% DE LA CALIFICACIÓN.

Este apartado supone una evaluación de aspectos referidos a hábitos, valores y normas.

Aquí, el profesor recogerá notas del desarrollo de las clases cuando algún alumno o alumna demuestren con sus acciones su actitud en cuanto a aceptación de normas, ayudas, colaboraciones, respeto a los compañeros y profesor, interés, esfuerzo, asistencia, faltas de vestuario, aseo, etc.

La calificación de este apartado es de 2 puntos.

Si un alumno acumula cuatro anotaciones negativas equivaldrá a cero puntos en actitud (apartado no superado). (NOTA: Ver tabla de Anotaciones Conductuales).

<u>TABLA DE ANOTACIONES CONDUCTUALES</u>

<u>CONDUCTAS TIPO</u>

<u>Símbolo</u>

- Llegar tarde a clase..... (2 veces) = -T
- Enfermedad sin justificar…… -E

De comportamiento:

- Molestar mientras explica el profesor..... –C1
- No enterarse de la actividad a realizar……. –C2
- Realizar una actividad diferente a la propuesta…….. –C3
- Faltar el respeto a un compañero o al profesor…….. –C4
- "Pelearse de broma" en clase..... –C5
- Irse de clase..... –C6

Cuidado del material:

- Patada a un balón inadecuado..... –CM1
- Utilizar inadecuadamente el material..... –CM2
- Perder el material..... –CM3
- No recoger el material al finalizar la sesión…… –CM4

Equipamiento:

- No traer la ropa deportiva..... –Rp
- No asearse ni cambiarse de camiseta..... –As

RECUPERACIÓN DE ALUMNOS EN EVALUACIÓN ORDINARIA

Habrá dos formas de recuperar esta materia:

1. Por evaluaciones, para el siguiente trimestre se tendrá que recuperar la parte que no haya sido superada por cada alumno:

- Teórica (prueba oral o escrita, entrega de trabajos, fichas, etc).
- Práctica física (prueba práctica sobre los contenidos no superados).
- Hábitos e higiene: Se realizará un seguimiento del alumno por evaluación. Si el alumno/a ha mostrado una actitud negativa en dos trimestres, tendrá que realizar la prueba final de junio (ver ese apartado). Las calificaciones de cada evaluación se tendrán en consideración y quedan guardadas para la valoración final. En principio, una evaluación se recuperará no teniendo ninguna nota negativa en la siguiente evaluación. La calificación en la evaluación recuperada sería la conseguida en el siguiente trimestre.

En el caso de no superar únicamente una evaluación (cualquiera de las tres), el profesor hará una valoración global del alumno a lo largo de todo el

curso, y se obtendrá la nota final por este apartado hallando la media aritmética de las notas de las tres evaluaciones.

Se podrán realizar trabajos teórico-prácticos voluntarios, actividades complementarias por parte del alumnado para aprobar esta parte, si el profesor lo estima conveniente. Los porcentajes de los criterios de calificación de cada apartado siguen siendo los mencionados en la evaluación ordinaria.

2. Prueba final, dicha prueba se realizará a principios de junio. En ella se examinarán los alumnos de los apartados suspensos (teoría y práctica física) no superados por evaluaciones. Se realizará una prueba teórica escrita final y una prueba práctica sobre los saberes básicos y competencias específicas no superadas. Los porcentajes de cada apartado (teórico, práctico y actitudinal) serán los mismos (20%, 60% y 20% respectivamente).

Las pruebas teóricas y prácticas tendrán las mismas características que durante el curso académico normal (ver criterios de calificación).

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA (JUNIO)

En dicha convocatoria, los alumnos se examinarán de los saberes básicos tanto teóricos como prácticos que no hayan superado en la convocatoria ordinaria. Esto quiere decir que se respetan las calificaciones obtenidas en cada una de las pruebas prácticas, teóricas, trabajos, exposiciones, actividades voluntarias, etc.., realizadas durante el curso y con los criterios de calificación y porcentajes que a continuación se detallan: Ámbito teórico (40% de la calificación y Ámbito de práctica física (60% de la calificación).

Para aquellos alumnos que hayan dejado de asistir o estén matriculados pero no hayan asistido a clase durante todo el año (imposibilidad de realizar un seguimiento diario del alumno); la convocatoria de junio tendrá, también los siguientes criterios de calificación:

- Ámbito teórico (40% de la calificación), se realizará una prueba escrita sobre todos los saberes básicos vistos durante todo el curso. El examen se calificará sobre 4 puntos, y se sumará con el siguiente apartado.
- Ámbito de práctica física (60% de la calificación), se realizará una prueba práctica sobre todos los contenidos prácticos desarrollados durante el curso (el profesor elegirá los contenidos en la prueba, según las carencias motrices mostradas por el alumnado suspenso). La prueba se calificará sobre 6

puntos, y se sumará al apartado anterior.

NOTA: Los alumnos exentos de la parte práctica se les examinará mediante una prueba escrita sobre todos los saberes básicos vistos durante el curso. Dicha prueba será el 100% de la calificación.

EXENCIONES DE LOS SABERES BÁSICOS PROCEDIMENTALES

Los alumnos/as que por algún tipo de imposibilidad médica no puedan realizar el ámbito práctico de los saberes básicos, deberán igualmente asistir a las clases. NO EXISTEN LOS EXENTOS. La exención total o parcial de la parte práctica la determinará el Departamento, previo estudio de los informes médicos presentados. Recordamos que se valoran otros aspectos aparte de los contenidos prácticos.

Distinguiremos distintos tipos de exenciones:

1. Exención total (todo el curso escolar), en este caso, los criterios de calificación serán los siguientes:

- Ámbito teórico (80%), en este apartado el alumno/a tendrá que realizar las mismas pruebas teóricas y trabajos que los demás compañeros. Además, tendrá que presentar el cuaderno de ejercicios debidamente cumplimentado (describir todas las sesiones prácticas de clase, junto con los saberes básicos y competencias que se trabajan). Por último, deberá preparar y dirigir una sesión de trabajo sobre algún saber básico que se desarrolle en cada trimestre y que podrá elegir el propio alumno.

Todas las pruebas, trabajos y fichas se calificarán sobre ocho puntos.

- Ámbito de hábitos e higiene (20%), se regirá por los mismos criterios que el resto del alumnado (véase tabla de anotaciones conductuales). No obstante, se tendrá muy en cuenta la implicación del alumno en las actividades de clase, el ofrecerse voluntario paraproponer actividades, su participación, su asistencia continuada, etc...

2. Exención temporal (máximo de un trimestre), en este caso, se regirá por los mismoscriterios que en el apartado anterior en dicho trimestre. Si el alumno está de baja durante menos de un trimestre tendrá que realizar adicionalmente los siguientes trabajos teórico- prácticos: copiar las actividades realizadas en

todas las sesiones prácticas en las que esté de baja, entregando dicho trabajo que será puntuado sobre dos puntos. Si la baja es de más de un mes, a parte del trabajo anterior, el alumno tendrá que realizar y dirigir una sesión práctica sobre un saber básico de los que se impartan en ese trimestre. Dicho trabajo se valorará sobre dos. En todos los trabajos se valorará la organización de los mismos, claridad del contenido e idoneidad de las actividades programadas. En el caso de que la baja sea de menos de un trimestre los criterios de calificación serán los siguientes:

- Ámbito teórico (20% de la nota), se incluye en este apartado todos los trabajos antes indicados más los que se solicitan a los alumnos sin baja médica.
- Ámbito de práctica física (60% de la nota), en este apartado se realizarían las pruebas prácticas pertinentes y con las mismas premisas que para el resto de los alumnos.
- Ámbito de hábitos e higiene (20% de la nota), se valorará los mismos aspectos que en los criterios de calificación para el resto de los alumnos/as.

RECUPERACIÓN DE ALUMNOS CON LA MATERIA PENDIENTE

Los alumnos con la materia pendiente del curso anterior serán objeto de seguimiento por parte del profesor que tenga en el curso en que estén matriculados, quien le indicará las pruebas de ejecución, pruebas teóricas y trabajos que debe ir realizando para superarla evaluación a evaluación. Dicho profesor llevará también un seguimiento sobre su trabajo diario en clase a través de escalas y hojas de observación. A final de curso, en caso de no ir superando la materia se deberá presentar a un examen final en la fecha determinada por la Jefatura de Estudios, ateniéndose a los saberes básicos de la programación.

Los alumnos con la materia suspensa, se les evaluará de todos los criterios de evaluación indicados en la programación y con los mismos apartados y porcentajes que se indican en los criterios de calificación de evaluación ordinaria.

C) PLANES DE REFUERZO EN EDUCACIÓN FÍSICA.

Plan Específico Personalizado para los alumnos que repiten curso:

A los alumnos repetidores se les proporciona:

- Información sobre los saberes básicos que se van a trabajar en cada trimestre tanto a nivel práctico como teórico.
- Información acerca de los trabajos teórico-prácticos que se demandarán durante el curso.
- Información sobre las pruebas prácticas que se realizarán durante el curso.
- Información sobre los criterios de calificación de la asignatura.
- Se realizará un seguimiento diario individualizado sobre su participación en clase, respeto de normas de funcionamiento en las clases prácticas, aseo e higiene personal, respeto a los compañeros, cuidado del material.
- Información sobre lo que supone participar en actividades complementarias propuestas por el departamento (Strava, competiciones en los recreos, actividades voluntarias, competiciones intercentros).
- Enfatizaremos en las carencias demostradas en el curso anterior para intentar resolverlas mediante progresiones más detalladas, actividades más adaptadas a sus capacidades, empleando diferentes metodologías y estilos de enseñanza. La recogida de datos se resume así:

Nombre:							Curso:		
	1ª EVAL			2ª EVAL			3ª EVAL		
ITEMS	Sí	NO	EP	SÍ	NO	EP	SÍ	NO	EP
Realiza adecuadamente trabajos teóricos solicitados.									
Realiza adecuadamente exámenes teóricos solicitados.									
Realiza adecuadamente las pruebas prácticas solicitadas.									
Participa activamente en las actividades prácticas diarias.									
Participa adecuadamente en las actividades prácticas complementarias (Strava, actividades voluntarias, recreos).									
Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material.									

Medidas de Refuerzo Educativo a los alumnos con calificación negativa en la 1ª y 2ª evaluación:

- Información individualizada sobre las actividades de recuperación prácticas y teóricas y seguimiento para superar la evaluación suspensa, a través de la plataforma Classroom.

- Seguimiento diario en clase sobre su participación en las actividades prácticas.
- Participación en actividades físico-deportivas del departamento.

Nombre:				Curso:		
	2ª EVAL			3ª EVAL		
ITEMS	Sí	NO	EP	SÍ	NO	EP
Realiza trabajos teóricos no superados.						
Participa activamente en las actividades prácticas diarias.						
Realiza adecuadamente las actividades prácticas de recuperación (Strava, actividades voluntarias).						
Respeta las normas de clase, aseo e higiene, respeto de los compañeros, cuidado del material.						

RECUPERACIÓN DE ALUMNOS ABSENTISTAS

Si un alumno ha faltado a clase más del 30% de las sesiones anuales durante un solo trimestre y se incorpora de nuevo de manera normal para el resto del curso, se aplicarán las siguientes actuaciones:

- Los criterios de calificación serán los mismos que para el resto de alumnos.

- Tendrán que realizar todos los trabajos, fichas y pruebas teóricas que se hayan programado hasta la fecha.

- Realización de todas las pruebas prácticas que les faltara por hacer.

-Tendrán que dirigir una sesión práctica para sus compañeros sobre un contenido que decida el profesor.

Si el alumno fuese exento de la parte práctica, se regiría por los mismos criterios de calificación para alumnado exento de práctica y con los mismos parámetros anteriormente expuestos.

4. METODOLOGÍA

Consideramos la Educación Física como una disciplina que da importancia tanto al proceso como a los resultados. Contemplamos una materia que se desarrolla mediante un proceso rico en experiencias y vivencias formativas, pero un proceso en el que se valore el esfuerzo necesario para conseguir los aprendizajes.

La programación de los saberes básicos se ha realizado teniendo presente el objetivo de que nuestros alumnos obtengan un aprendizaje significativo y funcional. Al principio de curso, se utilizarán los procedimientos que se consideren más adecuados para detectar el nivel de partida de los alumnos/as,

así como sus experiencias previas e intereses en los saberes que se van a trabajar.

Se tratará de individualizar la enseñanza en la medida de lo posible, dando respuesta a la diversidad de los alumnos y alumnas en cuanto a capacidades, habilidades, motivaciones, intereses, estilos de aprendizaje, etc. Para ello adaptaremos la dificultad e intensidad de las tareas que proponemos, al nivel de capacidad y habilidad detectado en la evaluación inicial. Utilizaremos estilos, técnicas, estrategias, variadas, con el fin de adaptar la metodología a las características de los alumnos y a sus diferentes formas de aprender, teniendo en cuenta también los que son más idóneos y eficaces en el contenido que se está enseñando. Cuando sea factible, se dará opción a los alumnos para que puedan elegir las actividades o los ejercicios que más les interesen o que se adecuen mejor a su nivel de capacidad. Propugnamos un tipo de enseñanza activa y participativa, implicando al alumno en su propio proceso de aprendizaje, dotándole de una autonomía creciente y progresiva y favoreciendo al mismo tiempo que aprenda a asumir sus responsabilidades en el aprendizaje, en el trabajo de clase, en la convivencia y las relaciones con los demás.

Difícilmente se conseguirá la participación de los alumnos si no saben lo que se espera de ellos, por lo que nos parece indispensable que se les proporcione la información pertinente sobre todos los aspectos del proceso de enseñanza-aprendizaje que deben conocer: objetivos que se persiguen, saberes básicos que se van a desarrollar, utilidad de los aprendizajes, criterios de evaluación y calificación, trabajos que deben presentar, normas de comportamiento, etc.

Nuestra meta es que los alumnos no solo realicen actividad física, sino que aprendan a hacer ejercicio físico, logrando los beneficios que conlleva y evitando los riesgos y perjuicios que puede ocasionar una práctica inadecuada. Para lograrlo, tenemos que ir dotándolos de una autonomía creciente, dándoles ocasiones para que puedan ir tomando decisiones en la planificación, organización, elección y realización de actividades, en la medida en que tengan la capacidad y responsabilidad para poder hacerlo.

La competición en la clase de E.F. es consustancial en algunos de los saberes básicos, como puede ser el de deportes, y además resulta un elemento muy atrayente y motivador para el alumno. Nuestra posición ante el binomio cooperación-competición es que siempre que se haga un tratamiento didáctico

correcto, no son en modo alguno excluyentes. El individuo en la sociedad actual, se enfrenta constantemente a situaciones en las cuales la cooperación y la competición coexisten y se entremezclan. Por tanto, es necesario que aprenda a afrontar estas situaciones de una manera adecuada, desde la base de unos principios de convivencia y respeto a los demás. No debe confundirse un planteamiento competitivo de la clase en el que se persigue que cada participante obtenga resultados que sí son beneficiosos para él.

5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

Con estas medidas pretendemos dar respuesta a las necesidades educativas que tienen los alumnos y alumnas, asegurando de esta manera la igualdad de oportunidades.

Desde nuestra área atendemos a la diversidad con las siguientes actuaciones:

-Evaluación inicial:

Al principio del curso realizamos actividades para comprobar, en todos los alumnos y alumnas, el nivel con el que empiezan y poder adaptar y ajustar los objetivos planteados.

-Actividades diferenciadas:

Hemos tenido en cuenta el interés de alumnos y alumnas por las actividades físico-deportivas que se practican en la localidad a la hora de programar las de nuestro departamento, con lo que conseguimos un mayor interés por la asignatura.

Debido a la práctica deportiva generalizada en la localidad tenemos niveles de ejecución muy diferentes. Estos distintos niveles se ponen de manifiesto en las pruebas iniciales y nos permiten revisar objetivos y agrupar a los alumnos y alumnas de manera homogénea, para así llevar cada uno y cada una su propio ritmo de trabajo en base a su nivel. Desde la Educación Física estamos en inmejorable situación para que cada alumno/a trabaje a su ritmo o dentro de un grupo homogéneo.

En los circuitos están de nuevo juntos en grupos homogéneos y en los deportes se establecen niveles de enseñanza donde cada grupo tiene un nivel de ejecución distinto y trata de pasar al superior consiguiendo los objetivos. Los más avanzados pueden seguir desarrollando la actividad o realizar una labor de

coeducación ayudando a los grupos más retrasados.

Todo esto es posible gracias al ambiente y al clima que creamos desde principio de curso favoreciendo la autonomía y el trabajo en grupo.

-Metodología diferenciada:

Aplicaremos distintos métodos de enseñanza, dependiendo del carácter de las actividades, puesto que según el tipo de actividad a realizar será más apropiado un método u otro.

Cuando el alumno/a necesite asimilar movimientos complejos y específicos utilizaremos la Instrucción directa. En cambio, cuando queremos que el alumno/a descubra soluciones motrices utilizaremos la enseñanza mediante la búsqueda. Igualmente, dentro de una misma sesión y según los distintos grupos utilizaremos distintos estilos de enseñanza que podrán ser según la tarea:

- Mando directo.
- Asignación tareas.
- Enseñanza recíproca.
- Programa individual y dentro de la enseñanza mediante la búsqueda:
    - Descubrimiento guiado.
    - Resolución de problemas.
- Libre exploración.

La actuación ante alumnos más capaces se aplicará en dos aspectos:

- A nivel práctico, se realizarán actividades en función del nivel de los alumnos, como se ha indicado en el apartado anterior. La enseñanza en nuestra área se ajusta a la capacidad del alumnado.
- A nivel teórico, se ampliará la información sobre los saberes básicos que se imparten en esta materia. Realización de trabajos complementarios, preparación de sesiones prácticas para el resto de los compañeros, elaboración y puesta en práctica de actividades que proponga dicho alumnado, etc…

Se llevarán a cabo adaptaciones en la parte teórica, dejando más tiempo para los alumnos TDAH, disléxicos, etc.., así como facilitando la interacción en el caso de un alumno TEA.

6. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.

Se realizarán las siguientes actividades:

- Cross Programa Deporte Escolar, se realizará durante el primer y segundo trimestre. Se celebrará en Molina de Segura y Puerto Lumbreras.
- Actividades físico-deportivas propuestas por el Ayuntamiento, Federaciones deportivas o clubes deportivos, se realizarán durante todo el curso.
- Competiciones deportivas en los recreos, se realizarán durante todo el curso.

Los profesores responsables de estas actividades serán Justo Ortega, Nadia Arroyo y David Otalora.

7. MATERIALES.

Cuando hablamos de recursos didácticos en la enseñanza nos referimos a todos aquellos apoyos pedagógicos que el docente utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje buscando el desarrollo óptimo de los contenidos a impartir, buscan facilitar al alumnado el acceso a la información, la adquisición de habilidades, destrezas y estrategias, incluso la formación de actitudes y valores.

Los alumnos dispondrán de temas teóricos elaborados por el profesor y que se presentarán a través de la Plataforma digital Classroom.

El Departamento cuenta con:

- Gimnasio.
- Pistas polideportivas (2).
- Un equipo de música.
- Un ordenador fijo.
- Diversos CDs que contienen soportes musicales apropiados para danzas; para la realización de movimientos diversos con acompañamiento musical y para actividades de relajación, o para pruebas de condición física.

Recursos instrumentales:

a) Gran material: - plintos de cajones (1) - bancos suecos (15) - colchonetas pequeñas de caída (2) - aislantes (40) - trampolín (2) - potro - juegos de palos de voleibol (3).

b) Pequeño material manipulable: - compresor de inflar balones (1) - balones de baloncesto (22) - balones de voleibol (20) - balones de fútbol-sala (20) - balones de balonmano (20) - balones de rugby (10) – balones de gomaespuma (12) – balones de plástico (10) - aros (15, diferentes tamaños) - cuerdas cortas para salto (30) - cuerdas gruesas (4) - discos voladores (15) - raquetas de bádminton (10). - volantes de bádminton (20) - redes de bádminton (4) - sticks para floorball (30) - bolas para floorball (15) - balones medicinales (3) - pivotes de señalización (29) - bandas elásticas (30) - mancuernas (de diversos pesos 12) - palas de madera (30) - bate de beisbol (4) - pelotas de béisbol goma (8) – testigos de atletismo (5) – juegos de petanca (4) – petos (25).

8. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA Y LA PRÁCTICA DOCENTE.

DEPARTAMENTO DIDÁCTICO:		
EVALUACIÓN:		
COORDINACIÓN DOCENTE	Nº de reuniones de departamento mantenidas	
	Principales acuerdos pedagógicos adoptados	
AJUSTE DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE	¿Se ha ajustado a lo previsto en todos los grupos de los mismos cursos de la etapa?	
	Diferencias producidas entre los diferentes grupos del mismo curso de la etapa	
	Posibles causas de las diferencias detectadas	
CONSECUCIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	Grado de consecución por los alumnos en los distintos grupos de los mismos cursos de la etapa	
	Análisis de las diferencias advertidas	
RESULTADOS DE EVALUACIONES EXTERNAS, SI PROCEDE	Datos cuantitativos por grupos	
	Diferencias producidas entre los distintos grupos del mismo curso de la etapa	

	Posibles causas de las diferencias detectadas	
PLANES DE MEJORA, EN SU CASO		

Desde el equipo directivo nos ofrecen este cuadro para evaluar el proceso de enseñanza-aprendizaje y la práctica docente.

9. PLAN PARA ESTIMULAR EL HÁBITO DE LA LECTURA.

La Educación Física es una materia eminentemente práctica, pero podemos contribuir al hábito de la lectura y a la capacidad de expresarse oral y escrito de diversas formas que se detallan a continuación:

- Los saberes básicos teóricos de la asignatura se trabajan mediante los apuntes elaborados por el profesor, fichas y trabajos de aplicación que contribuyen al hábito de lectura. Se les proporciona artículos de revistas relacionados con esta área y se fomenta la búsqueda de información sobre saberes de la Educación Física.

- Las pruebas escritas se programan normalmente mediante preguntas cortas para que los alumnos se tengan que expresar por escrito. Igualmente, realizan trabajos teóricos en los que tienen que explicar de forma escrita ejercicios, actividades, juegos, etc..

- Los alumnos participan activamente en la realización de actividades de clase, por ejemplo, dirigen los calentamientos, proponen y exponen juegos, actividades y ejercicios sobre diferentes contenidos, explican ejercicios para realizar la vuelta a la calma, etc… todos estos aspectos mejoran la capacidad de expresión oral, de mostrarse delante de los compañeros y les realza la autoestima.