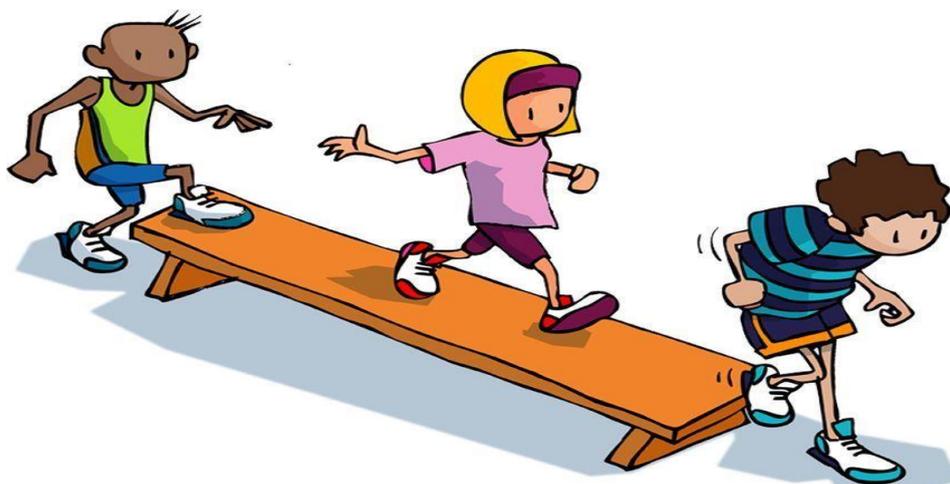




PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA 2020-2021

EVA INFANTES ROJAS



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

DEPARTAMENTO: **EDUCACIÓN FÍSICA**

JUSTIFICACIÓN NORMATIVA.

1. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA.

- A.- Caracterización del centro y el entorno.
- B.- Recursos: espacios y materiales didácticas.
- C.- Sentido educativo de las materias que se imparten.

2. INTENCIONES EDUCATIVAS

3. CONTENIDOS

- A.- Contenidos propios de la materia y su distribución temporal.
- B.- Elementos Transversales.

4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- A.- Evaluación del aprendizaje: criterios de resultado y de proceso
- B.- Evaluación del proceso de enseñanza
- C.- Procedimientos, mecanismos e instrumentos de evaluación
- D.- Criterios de calificación
- E.- Mecanismos de recuperación

5. ASPECTOS METODOLÓGICOS.

6. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LAS COMPETENCIAS CLAVE.

7. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

9. PLAN DE CONTINGENCIA ANTE UNA CRISIS SANITARIA: COVID-19

A.-Distancia social y normas higiénicas.

B.- Docencia no presencial.

C. -Adaptaciones de la evaluación.

JUSTIFICACIÓN NORMATIVA

La programación didáctica, que a continuación se presenta, atiende a la siguiente normativa educativa vigente:

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato.
- Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Instrucción 9/2020, de 15 de junio, de la dirección general de ordenación y evaluación educativa, por la que se establecen aspectos de organización y funcionamiento para los centros que imparten Educación Secundaria Obligatoria.
- Real Decreto 310/2016, de 29 de julio, por el que se regulan las evaluaciones finales de Educación Secundaria Obligatoria y de Bachillerato.

1. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN

A) Características del centro y del entorno.

➤ Características del entorno

Nuestra programación didáctica pertenece al Proyecto Educativo del I.E.S *Maestro José Zamudio*, ubicado en Pruna, pequeña localidad *rural* situada en la Sierra Sur sevillana, de unos 2.700 habitantes, que posee otro centro educativo *de Infantil y Primaria* y que, según el último censo, ha sufrido un descenso considerable de la *población*: un 13,5% en los últimos diez años.

El IES “Maestro José Zamudio” es un centro pequeño, que solo imparte educación secundaria obligatoria, con una autorización de seis unidades de ESO y una unidad Específica de Educación Especial. Con una certificación de matrícula que oscila entre 100 y 120 alumnos/as de cómputo global. Todas las unidades cuentan con alumnado diverso; por su nivel curricular, por su nivel económico, por su nivel sociocultural y por las expectativas que de ellos esperan sus padres y madres.

En la localidad, el crecimiento de la población está estancado, produciéndose más bien un envejecimiento de la misma, con la correspondiente disminución del alumnado. En los últimos años se había incorporado alumnado extranjero de forma intermitente, aunque actualmente parece que no se prevén nuevas incorporaciones. Hay alumnado que comparte escolarización con otros centros educativos por motivos laborales de los padres/madres.

Partiendo de los cuadernos de contexto realizadas para las pruebas de diagnóstico de los últimos cursos, y de la observación del entorno durante muchos años, llegamos a las siguientes conclusiones:

- La situación socio-cultural de las familias es muy baja, ISC es de -0.73 .
- El interés por la cultura y la percepción de que esta puede ser fuente de satisfacción personal o de progreso social es escasa.
- Debido al entorno del centro, el alumnado presenta problemas educativos, sociales y económicos que se pueden concretar en los siguientes puntos:
- Dificultad de seleccionar y analizar información, tanto de la observación de la realidad como de otras fuentes.

- Dificultad para tratar la información de forma crítica y comunicarla a los demás de manera clara e inteligible.
- Falta de toma de decisiones responsables.
- Dificultad para cambiar de actitud y de este modo favorecer la igualdad.
- No cumplir ni aplicar los criterios y las normas de convivencia establecidas.
- Algunos posibles casos puntuales de delincuencia y agresividad.
- Alto índice de alumnado con necesidades específicas de Apoyo Educativo, sobre todo con dificultades de aprendizaje.
- Porcentaje considerable de alumnado hijos/as de padres temporeros que tiene consecuencias en el ámbito educativo.

Aun así, hay cierta preocupación por los estudios y se observa actitud positiva hacia la escuela como transmisora de cultura y como medio de conocer un horizonte más amplio, como demuestra la disminución en el absentismo intermitente y el aumento de entrevistas con el profesorado.

Su economía se fundamenta en la agricultura y el sector servicios. La eventualidad en el trabajo es muy acentuada y buena parte de la población percibe el subsidio de desempleo. Igualmente muchas familias se ven abocadas a emigrar periódicamente con sus hijos a las distintas campañas agrarias en otras localidades, lo que dará pie a que nos encontremos muchos casos de absentismo temporal, provocando bajos rendimientos escolares e incluso abandono total. Así, el *nivel sociocultural es bajo* en las familias que sufren esta situación y, en consecuencia, un desinterés y falta de compromiso considerables en cuanto al proceso educativo de sus hijos-as, lo cual repercute en algunos de los problemas educativos existentes en el centro.

➤ Características del centro

El centro cuenta con seis unidades de ESO y una de Educación Especial. El Claustro de Profesores, con 20 miembros, cuenta con una *maestra de Educación Especial* (aula de EE). **En cuanto al edificio**, el centro aprovecha las instalaciones de un antiguo colegio al que se ha añadido una ampliación de nueva creación. Tiene **nueve aulas ordinarias**, sala de profesores, aula de usos múltiples-biblioteca, aula de música, aula de plástica, aula de educación especial, aula de informática, aula de convivencia, aulas pequeñas utilizadas como almacén de material, pista de deportes, laboratorio, aula de convivencia y despachos.

B) Recursos: espacios y materiales didácticos.

Concretamente, en educación física contamos con los siguientes espacios e instalaciones para impartir nuestras clases:

INSTALACIÓN	FOTOGRAFÍA	DESCRIPCIÓN
Pistas al aire libre		<p>El centro cuenta con dos pistas exteriores, de Fútbol sala y baloncesto, y con líneas de otros deportes, suficiente pero limitadas en espacios para otras actividades</p>
Sala de Materiales		<p>El centro cuenta con el material justo para la realización de la asignatura, más actualmente faltan materiales básicos a la espera del presupuesto anual del departamento</p>
Pabellón municipal		<p>Instalación de gran calidad que permite realizar la asignatura con solvencia, situada a unos 4 minutos a pie del centro</p>

Respecto al material con el que cuenta el centro para llevar a cabo las sesiones de educación física destacamos el siguiente inventario:

22	Raquetas bádminton	1	Balón de rugby
8	Volantes bádminton	1	Balón de plástico
1	Red voleibol	14	Esterillas
5	Redes Portabalones multicolor	6	Conos grandes
1	Red de Baloncesto	3	Conos pequeños
2	Juego de bolos de plástico	11	Aros juego lanzamiento
2	Juego de petanca	2	Soporte de lanzamientos
16	Pelotas de Hockey	10	Conos chincheta blandos
1	Dado grande	4	Discos voladores pequeños
20	Palas playa	5	Redes portabalones
2	Pelotas pala playa	1	Cinta métrica
10	Balones baloncesto	12	Pañuelos lanzamiento
1	Pelota gigante amarilla	2	Dianas móviles
1	Balón medicinal 3 kg	4	Conos chincheta duros
1	Balón medicinal 1 kg	20	Aros
4	Balones balonmano iniciación	1	Equipo de música
3	Balones caucho baloncesto.	1	Guante de Rugby
3	Balones minivoleibol	19	Picas
7	Discos voladores	5	Engacha picas azules
1	Cinta elástica negra	6	Engacha picas amarillos
23	Palos hockey	7	Petos verdes
8	Indiacas	5	Petos rosas
1	Pelota de foam	4	Palas ping pong
2	Balón de rítmica	10	Pelotas ping pong
4	Brújulas		

También debemos de destacar que el centro está inmerso en los siguientes programas y proyectos:

1. **TIC**: Este proyecto nos llevará a lo largo de estos años a evolucionar en la preparación de contenidos pues tendremos que ir adaptándolos a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación. Desde el departamento se contribuye a este proyecto:

- A) El uso de pizarras digitales y proyecciones en cañón en numerosas actividades para su presentación.
- B) Con el uso del blog de educación física
- C) Uso de aplicaciones con la Tablet de formación de equipos, puntuaciones...

2. El instituto desarrolla un proyecto de **COEDUCACIÓN** y desde este departamento trabajaremos activamente en la realización de actividades donde queden integrados por igual tanto hombres como mujeres transcurriendo el desarrollo de las clases entre situaciones cooperativas entre sexos. También intentaremos, como pequeño grano de arena, ilustrar nuestros trabajos con imágenes de mujeres realizando diferentes actividades físicas.

3. Programa de **FORMACIÓN EN CENTROS**. Los profesores realizaremos un curso de coeducación.

4. Otros: Esta año se está llevando a cabo también el **PLAN DIRECTOR, FORMA JOVEN, PROYECTO EN BIBLIOTECA, AULA DE MEDITACIÓN, HUERTO ESCOLAR y un Torneo de Damas y Ajedrez junto con torneo de Ping-Pong** que organiza este departamento junto con el departamento de Tecnología.

C) Sentido de las materias que se imparten.

La materia de Educación Física está orientada fundamentalmente, a profundizar en el conocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida, en relación con la consolidación de hábitos regulares de práctica de actividad física saludable en la vida cotidiana y, también, ocupación activa del ocio y tiempo libre. Todo esto brindará al alumnado las oportunidades necesarias para adquirir aptitudes características de ciudadanos y ciudadanas con confianza en sí mismas y socialmente responsables, promoviendo una vida activa a lo largo de los años y una mejor calidad de vida en todos los aspectos.

La competencia motriz constituye un elemento transversal del currículo. La materia de Educación Física tiene una relevancia fundamental en su desarrollo. En este sentido, esta materia se orientará a profundizar en los conocimientos, procedimientos, actitudes y emociones vinculados al propio cuerpo y sus posibilidades motrices y expresivas como fin en sí mismas y como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida.

La Declaración de Berlín 2013, producto de la Conferencia Internacional de Ministros encargados del Deporte de la UNESCO, establece que «la Educación Física en la escuela y en todas las demás instituciones educativas es el medio más efectivo para dotar a todos los niños y jóvenes de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida».

En esta etapa, se irán desarrollando capacidades y competencias en el alumnado, partiendo, en el primer curso, de la orientación y guía más directa del profesorado, buscando, progresivamente, a lo largo de la etapa, que el alumnado vaya desarrollando autonomía hasta llegar a ser capaz de organizar su propia actividad física de manera autónoma, responsable y crítica.

Dado el carácter terminal y propedéutico que tiene el segundo ciclo de la Enseñanza Secundaria Obligatoria, parte del alumnado que termina esta enseñanza no volverá a cursar la materia de Educación Física, por lo que se debe garantizar, por tanto, que el alumnado a lo largo de esta enseñanza adquiera las competencias necesarias para responsabilizarse del cuidado y mejora de su calidad de vida como futuros ciudadanos y ciudadanas, fomentando el ocio activo y los hábitos de vida saludable.

En esta materia los contenidos se organizan alrededor de cinco grandes bloques: Salud y calidad de vida, Condición física y motriz, Juegos y deportes, Expresión corporal y Actividades físicas en el medio natural.

La salud y la calidad de vida es un eje primordial de la Educación Física y así se refleja en este currículo con la inclusión de un bloque de contenidos específico para esta temática que engloba todos los aspectos relacionados con ésta. A su vez, el desarrollo del resto de bloques de contenidos siempre se orientará a la mejora de la salud y de la calidad de vida, tanto individual y colectiva, teniendo en cuenta la valoración de los riesgos asociados a la práctica de actividades físicas y la adquisición de hábitos posturales correctos. A través de los contenidos de Educación Física se trabajará un amplio repertorio de acciones motrices, promoviendo que el alumnado adquiera las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias para desarrollar su competencia motriz en contextos variados.

2. INTENCIONES EDUCATIVAS

La Educación Secundaria Obligatoria contribuirá a desarrollar en el alumnado las capacidades reflejadas en los objetivos que se expresan en el artículo 3 del Decreto 111/2016, de 14 de junio.

Los objetivos son los referentes relativos a los logros que el alumnado debe alcanzar al finalizar la etapa, como resultado de las experiencias de enseñanza-aprendizaje planificadas intencionalmente para ello.

Las competencias clave deberán estar estrechamente vinculadas a los objetivos definidos para la Educación Secundaria, de acuerdo con lo establecido en la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. Por ello, en el cuadro siguiente se detallan los objetivos de la etapa y la relación que existe con las competencias clave:

<p>a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.</p>	<p style="text-align: center;">Competencia social y ciudadana. (CSC)</p>
<p>b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.</p>	<p style="text-align: center;">Competencia para aprender a aprender. (CAA). Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. (SIEP)</p>
<p>c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.</p>	<p style="text-align: center;">Competencia social y ciudadana. (CSC)</p>
<p>d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.</p>	<p style="text-align: center;">Competencia social y ciudadana. (CSC)</p>

<p>e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de las tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.</p>	<p>Competencia en comunicación lingüística. (CCL)</p> <p>Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. (CMCT)</p> <p>Competencia digital (CD)</p>
<p>f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.</p>	<p>Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología (CMCT)</p>
<p>g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.</p>	<p>Competencia de sentido de iniciativa y espíritu emprendedor(SIEP)</p> <p>Competencia para aprender a aprender (CAA)</p>
<p>h) Comprender y expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana y, si la hubiere, en la lengua cooficial de la Comunidad Autónoma, textos y mensajes complejos, e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.</p>	<p>Competencia en comunicación lingüística(CCL)</p>
<p>i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.</p>	<p>Competencia en comunicación lingüística(CCL)</p>
<p>j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.</p>	<p>Conciencia y expresiones culturales (CEC)</p>
<p>k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.</p>	<p>Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología(CMCT)</p> <p>Competencia social y ciudadana(CSC)</p>
<p>l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.</p>	<p>Conciencia y expresiones culturales (CEC)</p>

Del mismo modo, se establece la relación de las competencias clave con los objetivos generales añadidos por el artículo del Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía (BOJA 28-06-2016).:

a) Conocer y apreciar las peculiaridades de la modalidad lingüística andaluza en todas sus variedades.	Competencia en comunicación lingüística. (CCL) Conciencia y expresiones culturales (CEC)
b) Conocer y apreciar los elementos específicos de la cultura andaluza para que sea valorada y respetada como patrimonio propio y en el marco de la cultura española y universal.	Conciencia y expresiones culturales (CEC)

A estos objetivos llegará el alumnado a partir de los establecidos en cada una de las materias, que establecen las capacidades a las que desde la misma desarrollará el alumnado.

En concreto, a continuación podemos ver los **objetivos de la materia DE EDUCACIÓN FÍSICA** para la etapa de Educación Secundaria Obligatoria y las secciones, recursos o unidades didácticas en las que se trabajarán dichos objetivos:

Objetivos de Educación Física	Objetivos de ESO	Criterios de Evaluación
1. Valorar e integrar los efectos positivos de la práctica regular y sistemática de actividad física saludable y de una alimentación sana y equilibrada en el desarrollo personal y social, adquiriendo hábitos que influyan en la mejora de la salud y la calidad de vida.	g, k	4, 5
2. Mejorar la condición física y motriz, y conocer y valorar los efectos sobre las mismas de las diferentes actividades y métodos de trabajo, desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo.	b, k	4, 5, 8
3. Desarrollar y consolidar hábitos de vida saludables, prácticas de higiene postural y técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.	k	5
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.	a, b, g, k	7
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.	g, k	6
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal,	g, j, k, l	2

utilizando el cuerpo como medio de comunicación y expresión, reconociéndolas como formas de creación, expresión y realización personal y prácticas de ocio activo.		
7. Conocer y aplicar con éxito los principales fundamentos técnico-tácticos y/o habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas tanto individuales como colectivas, en situaciones de oposición y en situaciones de colaboración con y sin oponentes, practicadas a lo largo de la etapa.	d, g, k	1, 3
8. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la realización de actividades físicas, adoptando medidas preventivas y de seguridad, y activando, en caso necesario, los protocolos de actuación ante situaciones de emergencia.	g, k	9
9. Valorar la riqueza de los entornos naturales y urbanos de Andalucía así como la necesidad de su cuidado y conservación a través del uso y disfrute de los mismos mediante la práctica en ellos de distintas actividades físicas.	j, k	8
10. Desarrollar la capacidad crítica respecto al tratamiento del cuerpo y de cualquier práctica social y/o actividad física, discriminando sus elementos positivos y negativos, incluyendo su impacto ambiental, económico y social.	c, d, k	7, 8
11. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades físicas, juegos, deportes y actividades artístico-expresivas, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de competencia motriz.	c, d, g, k	7
12. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación para recabar, presentar y compartir información sobre diferentes aspectos relacionados con la actividad física y el deporte, incluyendo su propia actividad, contrastando y citando las fuentes consultadas	e, k	10

3. CONTENIDOS

A.- Contenidos propios de la materia(s) y su distribución temporal.

1º ESO	
Bloque 1: Salud y calidad de vida	Evidencias en las Unidades Didácticas
.-Características de la Actividad Física Saludable.	.- Todas las unidades didácticas.
.-Normas en las sesiones de Educación física. Vestimenta, hidratación, etc	.- Todas las unidades didácticas.
.-Alimentación y Salud.	.- UD.7: ¡Paciencia y buen ritmo!
.-Higiene personal.	.- Todas las unidades didácticas.
.-Higiene postural	.- Todas las unidades didácticas
.-Estructura de la sesión: Calentamiento y vuelta a la calma. Respiración y Relajación.	.-UD.1: ¡Así funciona esto! .- Todas las unidades didácticas.
.- Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación	.- Todas las unidades didácticas.
Bloque 2: Condición física y motriz.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.-Concepto y Clasificación de las Capacidades Físicas Básicas y Motrices.	.- UD.3: ¡Más que Fuerza! .- UD.7: ¡Paciencia y buen ritmo!
.-Juegos para el desarrollo de las Capacidades Físicas Básicas.	.- UD.3: ¡Más que Fuerza! .- UD.7: ¡Paciencia y buen ritmo!
.-Indicadores de esfuerzo e intensidad.	.- UD.7: ¡Paciencia y buen ritmo! .- UD.3: ¡Más que Fuerza!
.-Habilidades motrices genéricas	.-UD.6: Pinfuvote. .-UD.2: Ultimate. .-UD.8: ¡Béisbol gol! .-UD.12: ¡Mis juegos preferidos! .-UD.10: ¡Rugby!
Bloque 3: Juegos y Deportes.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.-Juegos Predeportivos.	.-UD.6: Pinfuvote
.-Juegos Alternativos. .-Juegos Cooperativos.	.-UD.2: Ultimate. .-UD.8: ¡Béisbol gol ! .-UD.12: ¡Mis juegos preferidos!
.-Juegos Tradicionales y Populares en Andalucía.	.-UD.4: Nuestros juegos
.-Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración.	.-UD.2: Ultimate. .-UD.8: ¡Béisbol gol! .-UD.12: ¡Mis juegos preferidos! .-UD.10: ¡Fútbol five! .-UD.6: Pinfuvote.
.- Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora.	.-UD.6: Pinfuvote .-UD. 4: Nuestros Juegos. .-UD.10: ¡Fútbol five!

Bloque 4: Expresión Corporal	Evidencias en las Unidades Didácticas
- La postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión.	.-UD. 13: Entre “mimos” .-UD.5: ¡Malabares! .-UD.9: ¡Diábolos!
- Participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.	.-UD. 13: Entre “mimos” .-UD.5: ¡Malabares! .-UD.9: ¡Diábolos!
- Juegos de expresión corporal.	.-UD. 13: Entre “mimos” .-UD.5: ¡Malabares! .-UD.9: ¡Diábolos!
Bloque 4: Actividades Físicas en el Medio Natural.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.-Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc.	.-UD.11: ¿Senderismo o Sedentarismo?
.- Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo	.-UD.11: ¿Senderismo o Sedentarismo?
.- Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.	.-UD.11: ¿Senderismo o Sedentarismo?

La secuenciación de los contenidos, teniendo en cuenta que el tiempo dedicado a la materia será de 2 sesiones semanales, se distribuirá a lo largo del curso escolar, como medio para la adquisición de las competencias clave y los objetivos de la materia, en las siguientes Unidades Didácticas:

Unidad didáctica	TÍTULO	Secuencia temporal	
UD.1	¡ASÍ FUNCIONA ESTO!	5 SESIONES	PRIMER TRIMESTRE 24 sesiones
UD.2	¡ULTIMATE!	5 SESIONES	
UD.3	¡MÁS QUE FUERZA!	5 SESIONES	
UD.4	¡NUESTROS JUEGOS!	5 SESIONES	
UD.5	¡MALABARES!	4 SESIONES	
UD.6	¡PINFUVOTE!	6 SESIONES	SEGUNDO TRIMESTRE 24 sesiones
UD.7	¡PACIENCIA Y BUEN RITMO!	6 SESIONES	
UD.8	¡BÉISBOL GOL!	6 SESIONES	
UD.9	¡DIÁBOLOS!	6 SESIONES	
UD.10	¡FÚTBOL FIVE!	5 SESIONES	Tercer TRIMESTRE 18 sesiones
UD.11	¿SENDERISMO O SEDENTARISMO?	4 SESIONES	
UD.12	¡MIS JUEGOS PREFERIDOS!	4 SESIONES	
UD.13	¡ENTRE MIMOS!	5 SESIONES	

2º ESO	
Bloque 1: Salud y calidad de vida.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.-Características de la actividad física saludable. Actitud crítica hacia a las prácticas físicas con efectos negativos para la salud.	.-Todas las Unidades Didácticas.
.- El <u>descanso</u> y la salud. Técnicas de <u>respiración y relajación</u> como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana.	.-UD.2: ¡Mis hábitos! .-Todas las Unidades Didácticas
.- Fomento y práctica de la higiene y los <u>hábitos de vida saludables</u> . Toma de conciencia de los <u>hábitos perjudiciales</u> para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.	.-UD.2: ¡Mis hábitos!
.- Prácticas de los fundamentos de la <u>higiene postural</u> en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. <u>El calentamiento general y específico</u> . Las <u>lesiones</u> y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas para sí mismo o para las demás personas	.-UD.2: ¡Mis hábitos!
.- La <u>igualdad</u> en el ámbito de la actividad física y deportiva. Toma de conciencia y análisis de los <u>prejuicios y estereotipos</u> asociados a la práctica de actividad físico-deportiva.	.-Todas las Unidades Didácticas
.- Uso responsable de las <u>tecnologías</u> de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	.-Todas las Unidades Didácticas
Bloque 2: Condición física y motriz.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.- <u>Capacidades físicas y motrices</u> en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. . <u>Factores</u> que intervienen en el <u>desarrollo</u> de la condición física y motriz.	.-UD.1: ¡ Punto de Partida; .-UD.3: ¡Aeróbicos! .-UD.7: ¡Forzudos!
.- <u>Efectos</u> de la práctica de actividad física en la condición física y motriz. <u>Indicadores de la intensidad</u> de esfuerzo. . Control de la intensidad de esfuerzo.	.-UD.1: ¡ Punto de Partida; .-UD.3: ¡Aeróbicos! .-UD.7: ¡Forzudos
.- <u>Actividades y ejercicios</u> para el desarrollo de la <u>condición física y motriz</u> desde un enfoque saludable. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud.	.-UD.1: ¡ Punto de Partida; .-UD.3: ¡Aeróbicos! .-UD.7: ¡Forzudos
.- Práctica de procedimientos de <u>evaluación</u> de los factores de la <u>condición física</u> .	.-UD.1: ¡Punto de Partida!
Bloque 3: Juegos y Deportes.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.- Fundamentos <u>técnicos y habilidades motrices específicas</u> básicas de las actividades físico-deportivas <u>individuales y colectivas</u> . .- Fundamentos <u>tácticos</u> básicos y <u>reglamentarios</u> de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición.	.-UD.4: ¡Bádminton! .-UD.6: ¡Fútbol-Sala! .-UD.9: ¡Voleibol! .-UD.8: ¡Ultimate; .-UD.11: ¡Indiaca; .-UD.10: ¡Balonkorf;

.- Las fases del juego en los deportes colectivos. La organización de <u>ataque y de defensa</u> en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.	.-UD.6: ¡Fútbol-Sala! .-UD.9: ¡Voleibol! .-UD.8: ¡Ultimate!
.- Situaciones reducidas de juego. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares.	.-UD.6: ¡Fútbol-Sala! .-UD.9: ¡Voleibol! .-UD.8: ¡Ultimate! .-UD.10: ¡Balonkorf!
.- Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos.	.-UD.8: ¡Ultimate! .-UD.11: ¡Indiaca! .-UD.10: ¡Balonkorf!
.- Respeto y aceptación de las normas en los deportes de adversario y de las establecidas por el grupo. . Desarrollo de habilidades del trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual.	.-UD.4: ¡Bádminton! .-UD.6: ¡Fútbol-Sala! .-UD.9: ¡Voleibol! .-UD.8: ¡Ultimate! .-UD.11: ¡Indiaca! .-UD.10: ¡Balonkorf!

Bloque 4: Expresión Corporal

Evidencias en las Unidades Didácticas

.-Utilización de <u>técnicas de expresión</u> corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. Los <u>bailes y danzas</u> como manifestación artístico-expresiva. Bailes tradicionales de <u>Andalucía</u> .	.-UD.13: ¡Sevillanas y olé!
.- El <u>cuerpo expresivo</u> : la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. <u>El mimo</u> y el juego dramático.	.-UD. 5: ¿Qué dice tu cuerpo?
.-Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.	.-UD. 5: ¿Qué dice tu cuerpo?
.-Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas	.-UD. 5: ¿Qué dice tu cuerpo? .-UD.13: ¡Sevillanas y olé!
.- Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.	.-UD. 5: ¿Qué dice tu cuerpo? .-UD.13: ¡Sevillanas y olé!

Bloque 4: Actividades Físicas en el Medio Natural.

Evidencias en las Unidades Didácticas

.- Realización de actividades físicas en el medio natural como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	.-UD12: ¡Oriéntate!
.-Técnicas de progresión en entornos no estables. Técnicas básicas de orientación. Interpretación de la simbología, identificación mapa-terreno/terreno-mapa, orientación del mapa, recorridos guiados, etc. Juegos de pistas y orientación.	.-UD12: ¡Oriéntate!
.-El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas.	.-Actividad extraescolar. Paseo en Bici por Sevilla.
.-Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo	.- UD12.: ¡Oriéntate!
.-Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales	.- UD12.: ¡Oriéntate! .-Actividad extraescolar. Paseo en Bici por Sevilla.

La secuenciación de los contenidos, teniendo en cuenta que el tiempo dedicado a la materia será de 2 sesiones semanales, se distribuirá a lo largo del curso escolar, como medio para la adquisición de las competencias clave y los objetivos de la materia, en las siguientes Unidades Didácticas:

Unidad didáctica	TÍTULO	Secuencia temporal	
UD.1	¡PUNTO DE PARTIDA!	4 SESIONES	PRIMER TRIMESTRE 24 sesiones
UD.2	¡MIS HÁBITOS!	5 SESIONES	
UD.3	¡AERÓBICOS!	4 SESIONES	
UD.4	¡BÁDMINTON!	5 SESIONES	
UD.5	¡QUÉ DICE TU CUERPO!	6 SESIONES	
UD.6	¡FÚTBOL SALA!	6 SESIONES	SEGUNDO TRIMESTRE 24 sesiones
UD.7	¡FORZUDOS!	6 SESIONES	
UD.8	¡ULTIMATE!	6 SESIONES	
UD.9	¡VOLEIBOL!	6 SESIONES	
UD.10	¡BALONKORF!	5 SESIONES	SEGUNDO TRIMESTRE 18 sesiones
UD.11	¡INDIACA!	4 SESIONES	
UD.12	¡ORIENTATE!	4 SESIONES	
UD.13	¡SEVILLANAS Y OLÉ!	5 SESIONES	

3º ESO

Bloque 1: Salud y calidad de vida.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.-Valoración y fomento de la práctica habitual de la actividad física para la mejora de la propia condición física y motriz, y de la calidad de vida. Características de las actividades físicas saludables.	.-Todas las Unidades Didácticas.
.-Reconocimiento de los <u>efectos</u> positivos de la actividad física sobre los <u>aparatos y sistemas del cuerpo humano</u> y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física.	.-UD 3: ¡Mi estado de forma! .-UD 6: ¡Resistente! .-UD 8: ¡Me pongo Fuerte! .-UD.9: ¡Velociflexi!
.- La <u>alimentación</u> , <u>actividad física</u> y salud. Los <u>sistemas metabólicos</u> de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física.	.-UD 6: ¡Resistente!
.- La <u>recuperación</u> tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación.	
.-Ejecución de <u>métodos y técnicas de relajación</u> como medio para liberar tensiones.	.-UD.14: ¡Relajaditos!
.- Actitud crítica con las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. Fomento y práctica de la higiene personal y los hábitos de vida saludables. Toma de conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y la calidad de vida: tabaco, alcohol, drogas, sedentarismo, etc.	.-UD.1: ¡Buenos Hábitos!
.-Prácticas de los fundamentos de <u>higiene postural</u> en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. Elaboración y puesta en práctica de <u>calentamientos</u> aplicados a una actividad <u>física específica</u> .	.-UD.2: ¡Calentando motores!
.-La responsabilidad y el respeto a las normas y a las demás personas como elementos determinantes en la consecución de objetivos grupales y la convivencia pacífica.	.-Todas las Unidades Didácticas.
.-Actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física en el contexto social actual. El fomento de los desplazamientos activos.	.- Todas las Unidades Didácticas.
.- Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. <u>Norma P.A.S.</u> , soporte vital básico.	.-UD.5: ¡Emergencias!
.- Uso responsable de las tecnologías de la información y de la comunicación para la elaboración de documentos digitales propios como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.	.- Todas las Unidades Didácticas.
Bloque 2: Condición física y motriz.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.-Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz. <u>Pruebas para medir las capacidades físicas</u> y las capacidades motrices	.-UD 3: ¡Mi estado de forma!
.-Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. <u>Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices</u> enfocados hacia la salud y la vida activa.	.-UD 6: ¡Resistente! .-UD 8: ¡Me pongo Fuerte! .-UD.9: ¡Velociflexi!

<p>.-Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz.</p>	<p>.-UD 6: ¡Resistente! .-UD 8: ¡Me pongo Fuerte! .-UD.9: ¡Velociflexi!</p>
<p>.- La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.</p>	<p>.-UD 6: ¡Resistente! .-UD 8: ¡Me pongo Fuerte! .-UD.9: ¡Velociflexi!</p>
<p>Bloque 3: Juegos y Deportes.</p>	<p>Evidencias en las Unidades Didácticas</p>
<p>.-Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas</p>	<p>.- UD. 4 ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Bálonkorf! .- UD.11: ¡Fútbol!</p>
<p>.-Deportes de raqueta. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos.</p>	<p>.- UD. 4 ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Bálonkorf!</p>
<p>.-La <u>organización de ataque y de defensa</u> en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. <u>Puestos específicos.</u></p>	<p>.- UD. 4 ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Bálonkorf! .- UD.11: ¡Fútbol!</p>
<p>.- La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. <u>Situaciones reales de juego.</u></p>	<p>.- UD. 4 ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Bálonkorf! .- UD.11: ¡Fútbol!</p>
<p>.- El <u>interés y la motivación</u> como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas. Fomento de actitudes de <u>tolerancia y deportividad</u> tanto en el papel de participante como de espectador. Análisis de situaciones del mundo deportivo real. Desarrollo de <u>habilidades de trabajo en equipo</u> y la <u>cooperación</u> desde el <u>respeto por el nivel individual</u></p>	<p>.- UD. 4: ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Bálonkorf! .- UD.11: ¡Fútbol!</p>
<p>.-Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico-táctico.</p>	<p>.- UD. 4: ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Bálonkorf! .- UD.11: ¡Fútbol!</p>
<p>.-La actividad física y la corporalidad en el <u>contexto social</u>. Orígenes del <u>deporte e historia de los Juegos Olímpicos</u>. . El <u>deporte en Andalucía</u>.</p>	<p>.- UD. 4: ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Bálonkorf!</p>
<p>Bloque 4: Expresión Corporal</p>	<p>Evidencias en las Unidades Didácticas</p>
<p>.-Utilización de <u>técnicas de expresión</u> corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. El cuerpo expresivo: <u>la postura, el gesto y el movimiento</u> como medio de expresión corporal.</p>	<p>.-UD.10: ¡Mira como me muevo! .-UD.13: ¡Creado por nosotros!</p>
<p>.- Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. <u>Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc.</u></p>	<p>.-UD.10: ¡Mira como me muevo! .-UD.13: ¡Creado por nosotros!</p>
<p>.- <u>Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales</u> ajustados a un <u>ritmo prefijado</u>. <u>Improvisación individual y colectiva</u> como medio de comunicación espontánea</p>	<p>.-UD.10: ¡Mira como me muevo! .-UD.13: ¡Creado por nosotros!</p>
<p>.-<u>Participación creativa en montajes artístico-expresivos</u> y ajustada a la intencionalidad de estos.</p>	<p>.-UD.10: ¡Mira como me muevo! .-UD.13: ¡Creado por nosotros!</p>
<p>.- El <u>baile y la danza</u> como manifestación artístico-expresiva. Ejecución de bailes de práctica individual, <u>por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc.</u></p>	<p>.-UD.10: ¡Mira como me muevo! .-UD.13: ¡Creado por nosotros!</p>
<p>.- <u>Creación</u> en colaboración y ejecución de composiciones <u>coreográficas individuales y colectivas</u> con apoyo de una estructura musical.</p>	<p>.-UD.10: ¡Mira como me muevo! .-UD.13: ¡Creado por nosotros!</p>

.- <u>Disposición favorable</u> a la participación en las actividades de <u>expresión corporal</u> .	.-UD.10 : ¡Mira como me muevo! .-UD.13: ¡Creado por nosotros!
Bloque 4: Actividades Físicas en el Medio Natural.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.- <u>Realización</u> de actividades físicas en el <u>medio natural</u> como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre	.-UD. 12: ¡Natural!
.- Técnicas de <u>progresión en entornos no estables</u> . Técnicas <u>básicas de orientación</u> . Elección de ruta, lectura continua, relocalización.	.-UD. 12: ¡Natural!
.- <u>Estudio</u> de la <u>oferta de actividades</u> y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el <u>entorno cercano</u> para la realización de actividades físicas.	.-UD. 12: ¡Natural!
.- <u>Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc.</u>	.-UD. 12: ¡Natural!
.-. Fomento de <u>medidas preventivas</u> y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un <u>entorno no estable</u> .	.-UD. 12: ¡Natural!

La secuenciación de los contenidos, teniendo en cuenta que el tiempo dedicado a la materia será de 2 sesiones semanales, se distribuirá a lo largo del curso escolar, como medio para la adquisición de las competencias clave y los objetivos de la materia, en las siguientes Unidades Didácticas:

Unidad didáctica	TÍTULO	Secuencia temporal	
UD.1	¡BUENOS HÁBITOS!	3 SESIONES	
UD.2	¡CALENTANDO MOTORES!	3 SESIONES	PRIMER TRIMESTRE 24 sesiones
UD.3	¡MI ESTADO DE FORMA!	5 SESIONES	
UD.4	¡BÁDMINTON!	6 SESIONES	
UD.5	¡EMERGENCIAS!	4 SESIONES	
UD.6	¡RESISTENTE!	6 SESIONES	
UD.7	¡BALONKORF!	6 SESIONES	
UD.8	¡ME PONGO FUERTE!	6 SESIONES	
UD.9	¡VELOCIFLEXI!	6 SESIONES	
UD.10	¡MIRA COMO ME MUEVO!	6 SESIONES	
UD.11	¡FUTSAL!	5 SESIONES	SEGUNDO TRIMESTRE 18 sesiones
UD.12	¡NATURAL!	5 SESIONES	
UD.13	¡CREADO POR NOSOTROS!	5 SESIONES	
UD.14	¡RELAJADITOS!	3 SESIONES	

4º ESO	
Bloque 1: Salud y calidad de vida.	Evidencias en las Unidades Didácticas
<p>.- Hábitos de vida perjudiciales para la salud. El sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, <u>enfermedades relacionadas con trastornos en la alimentación</u>, etc. Características que deben reunir las actividades físico-deportivas con un enfoque saludable y los <u>beneficios que aportan</u> a la salud individual y colectiva.</p>	<p>.-UD.1: ¡Salud es Salud!</p>
<p>.- La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físico-deportivas. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza.</p>	<p>.-UD.2: ¡Aprendo a Comer!</p>
<p>.-Hábitos adecuados de actividad físico-deportiva, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p>	<p>.-Todas las Unidades Didácticas</p>
<p>.- La <u>tonificación y la flexibilidad</u> como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p>	<p>.- UD.8: ¡Mejoro mi Fuerza!</p>
<p>.-Implicaciones de la actividad físico-deportiva <u>principal</u> de la sesión sobre las <u>fases de activación y de vuelta a la calma</u>. El <u>calentamiento y la vuelta a la calma</u> de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal. Las fases iniciales y finales de la sesión de actividad físico-deportiva, y las actividades y ejercicios para realizarlas de <u>manera autónoma</u>, y acorde con su nivel de competencia motriz.</p>	<p>.-Todas las Unidades Didácticas</p>
<p>.- Colaboración en la planificación de actividades grupales. Coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas.</p>	<p>.-UD.6 : ¡Dance! .-UD.10: ¡Acróbatas! .- UD. 7: ¡Balonmano!</p>
<p>.-Las <u>lesiones</u> más frecuentes derivadas de la práctica de <u>actividad físico-deportiva</u>. Protocolos de <u>actuación</u> ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas y en la <u>vida cotidiana</u>.</p>	<p>.-UD.5: ¡Mis primeros Auxilios!</p>
<p>.-El valor cultural de la actividad físico-deportiva como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.</p>	<p>.-UD.1: ¡Salud es Salud!</p>
<p>.-El trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación de los planteamientos y el diálogo. Valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>	<p>.-UD.1: ¡Salud es Salud!</p>
<p>.-Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad físico-deportiva y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar sobre contenidos del curso. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.</p>	<p>.-Todas las Unidades Didácticas</p>

Bloque 2: Condición física y motriz.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.-La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz.	.-UD.1: ¡Salud es Salud! .-UD 6: ¡Mejoro mi Resistencia! .-UD 8: ¡Me pongo Fuerte!
.-Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas.	.-UD.9: ¡Controlo!
.- Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad físico-deportiva.	.-UD 3: ¡Mejoro mi Resistencia! .-UD 8: ¡Me pongo Fuerte! .-UD.9: ¡Controlo!
.-Sistemas para mejorar las capacidades físicas y motrices. Su relación con la salud	.-UD 6: ¡Mejoro mi Resistencia! .-UD 8: ¡Me pongo Fuerte! .-UD.9: ¡Controlo!
Bloque 3: Juegos y Deportes.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.- <u>Habilidades específicas</u> propias de <u>situaciones motrices individuales</u> elegidas. <u>Habilidades específicas</u> propias de <u>situaciones motrices colectivas</u> elegidas. La seguridad y el propio nivel de ejecución en este tipo de actividades físico-deportivas.	.- UD. 4 ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Balonmano!
.- <u>Habilidades y estrategias específicas</u> de las actividades de <u>oposición</u> en función de las acciones del adversario, de entre las propias del entorno y/o de los intereses del alumnado.	.- UD. 4 ¡Bádminton!
.- <u>Habilidades y estrategias específicas</u> de las actividades de <u>cooperación</u> en función de los factores presentes y de las intervenciones del resto de los participantes, de entre las propias del entorno y/o de los intereses del alumnado.	.-UD. 14: ¡Andaluz Natural!
.- <u>Habilidades y estrategias específicas</u> de las actividades de <u>colaboración-oposición</u> , intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario, de entre las propias del entorno y/o de los intereses del alumnado.	.- UD. 7: ¡Balonmano!
.-La <u>percepción y toma de decisiones</u> ante situaciones motrices variadas en función de las posibilidades de éxito de las mismas, y su relación con otras situaciones. Los procesos de percepción y de toma de decisión implicados en los diferentes tipos de situaciones motrices.	.- UD. 4: ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Balonmano!
.- Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno.	.- UD. 4: ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Balonmano!
.- <u>Organización</u> y puesta en práctica de <u>eventos</u> en los que se practiquen deportes y actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa.	.- UD. 4: ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Balonmano!
.- Actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias	.- UD. 4: ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Balonmano!
.- Los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.	.- UD. 4: ¡Bádminton! .- UD. 7: ¡Balonmano! .- UD. 14: ¡Andaluz Natural!

Bloque 4: Expresión Corporal	Evidencias en las Unidades Didácticas
.- Composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal.	.-UD.6: ¡Dance! .-UD.13: ¡Acróbatas!
.- Montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.	.-UD.6 : ¡Dance; .-UD.13: ¡Acróbatas!
.- Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos. Acrosport, circo, musicales, etc	.-UD.6: ¡Dance! .-UD.10: ¡Acróbatas!
.-Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustados a la intencionalidad de estos.	.-UD.6 : ¡ Dance; .-UD.10: ¡Acróbatas!
Bloque 4: Actividades Físicas en el Medio Natural.	Evidencias en las Unidades Didácticas
.- Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes de una actividad propia del entorno de Andalucía.	.-UD. 14: ¡Andaluz Natural!
.- La seguridad personal y colectiva en actividades físico-deportivas que se desarrollan en entornos cambiantes. Escalada, vela, esquí, kayaks, etc.	.-UD. 14: ¡Andaluz Natural!
.- Propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma. Materiales reciclados.	.-UD.13: ¡Fábrica de juguetes!
.- Efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y la relación con la forma de vida en los mismos. El fomento de los desplazamientos activos.	.-UD. 14: ¡Andaluz Natural!

Unidad didáctica	TÍTULO	Secuencia temporal	
UD.1	¡SALUD ES SALUD!	3 SESIONES	PRIMER TRIMESTRE 24 sesiones
UD.2	¡APRENDO A COMER!	3 SESIONES	
UD.3	¡MEJORO MI RESISTENCIA!	5 SESIONES	
UD.4	¡BÁDMINTON!	6 SESIONES	
UD.5	¡MIS PRIMEROS AUXILIOS!	4 SESIONES	
UD.6	¡DANCE!	6 SESIONES	
UD.7	¡BALONMANO!	6 SESIONES	SEGUNDO TRIMESTRE 24 sesiones
UD.8	¡ME PONGO FUERTE!	6 SESIONES	
UD.9	¡CONTROLO!	5 SESIONES	
UD.10	¡ACRÓBATAS!	7 SESIONES	
UD.11	¡FUTSAL!	5 SESIONES	SEGUNDO TRIMESTRE 18 sesiones
UD.12	¡NATURAL!	5 SESIONES	
UD.13	¡FÁBRICA DE JUGUETES!	5 SESIONES	
UD.14	¡ANDALUZ NATURAL!	3 SESIONES	

B.- Elementos Transversales

RELACIONES DE INTERDISCIPLINARIEDAD E INTRADISCIPLINARIEDAD

- **Intradisciplinarietà:**

El curso se organiza en doce unidades didácticas, cuatro en cada trimestre. En todas las unidades didácticas se propone un tratamiento intradisciplinar de los contenidos, existiendo en cada una de ellas unos contenidos fundamentales que caracterizan y le proporcionan homogeneidad a la unidad didáctica, y a su vez se convierten en ejes de globalización sobre los que giran el resto de contenidos.

En la mayoría de las unidades didácticas se trabajan contenidos relacionados con los hábitos saludables, los hábitos higiénicos, la autonomía, el respeto hacia los compañeros, es decir, crear una serie de rutinas y protocolos, para que los alumnos y alumnas las pongan en práctica en su día a día.

El juego está presente en todas las unidades didácticas, ya sea como estrategia metodológica o como contenido en sí mismo. El carácter lúdico, hace que el alumnado muestre más interés y motivación hacia cualquier contenido, por eso la importancia de trabajarlo a estas edades. Además, en todas las sesiones se deben poner en prácticas los hábitos higiénicos, actividades de calentamiento y de vuelta a la calma.

- **Interdisciplinarietà:**

El desarrollo de las competencias clave requiere un tratamiento interdisciplinar de los contenidos. Desde la materia de E.F. se buscarán y posibilitarán relaciones con contenidos de otras materias. Algunos ejemplos son los siguientes:

- **Lengua Castellana y Literatura:** en todas las unidades didácticas, el contenido teórico, se leerá a través de textos académicos y a través del propio blog de la asignatura.
- **Educación Plástica, Visual y Audiovisual:** en la creación de murales y decorados para la representación de los bailes andaluces y la puesta en del show de mimo y la creación de juguetes.
- **Tecnología:** en la construcción de materiales propios para la unidad didáctica de juegos alternativos, la creación de juguetes, así como la creación de balizas para los juegos de pistas.
- **Ciencias Naturales:** en aspectos biológicos del cuerpo humano, contenidos relacionados con la salud y la calidad de vida, los hábitos higiénicos, de alimentación, aspectos anatómicos, y contenidos de medio natural, trabajados durante todo el curso.
- **Matemáticas:** en la medición del espacio y tiempo, orientación especial direcciones, ejes y planos; y las puntuaciones o tanteos en cualquier partido.
- **Música:** en los contenidos relacionados con expresión corporal, a la hora del montaje y representación de los bailes andaluces.
- **Ciencias Sociales:** se tratará en los temas relacionados con la cultura del municipio, sus aspectos

geográficos y en otros contenidos como otras culturas y costumbres relacionadas con los juegos y danzas del mundo.

CULTURA ANDALUZA

Este elemento transversal se trabajará a lo largo del curso, en las diferentes unidades didácticas, destacando tres grandes puntos:

1. Investigación, práctica y valoración de juegos populares, tradicionales y autóctonos de nuestra comunidad. Durante el desarrollo de las diferentes unidades didácticas, donde el juego estará presente en gran medida. Además, en la unidad didáctica “Nuestros Juegos”, la tarea competencial será una yincana de este tipo de juegos, que ellos habrán buscado con anterioridad.

2. Celebración del Día de Andalucía. Toda esta jornada gira en torno a actividades relacionadas con el patrimonio y la cultura andaluza. Además, previamente ha tenido lugar el desarrollo de la unidad didáctica “Dances” o “Sevillanas y Olé”, que durante este día tendrá lugar la tarea competencia de esta unidad, una composición de diferentes bailes típicos andaluces.

3. Conocimiento y valoración de nuestro patrimonio natural, mediante actividades realizadas en el medio natural propio del municipio.

TECNOLOGÍA DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN

El alumnado utilizará las TICs para ayudarse en la búsqueda y recogida de información, para la realización de diferentes trabajos. Además, se usará este soporte para la presentación y exposición de dichos trabajos. Algunas de las direcciones digitales interesantes que los alumnos y alumnas pueden utilizar son:

<http://museodeljuego.org/>

<http://www.feb.es/index.aspx>

<http://www.rfea.es/>

EDUCACIÓN EN VALORES MEDIANTE TEMAS TRANSVERSALES

Los temas transversales son contenidos que van a incidir directamente sobre la base ética, social y personal del alumnado, razón por la que el tratamiento de la educación en valores está inmerso en los temas transversales (artículo 39 de la LEA).

A continuación se muestran los temas transversales y la forma de tratarlos en el currículo de segundo de la ESO:

Educación en valores de carácter democrático, para la paz y la convivencia.

Los alumnos y alumnas formarán diferentes grupos en los que dialogarán y deberán tomar decisiones consensuadas y aceptadas por la mayoría del grupo. Ellos mismos propondrán el decálogo de normas de clase al principio de curso y además consensuarán a veces las reglas de algunos juegos.

Tendrá un tratamiento especial en la “Yincana de juegos populares”, donde se pondrá de manifiesto la cooperación, la confianza y la ayuda entre compañeros.

También tiene gran importancia a la hora de realizar torneos, ya que asumirán el papel de árbitro, espectador y participante del juego.

Se provocará la reflexión del alumnado sobre sus actitudes, mediante procesos de autoevaluación o coevaluación, donde a partir de una escala de valoración toman conciencia de los valores evaluados positivamente.

Educación para la salud.

Es un contenido que se trabaja en nuestra asignatura a lo largo de todo el curso, con aspectos relacionados con la higiene corporal y postural, la alimentación y la seguridad en la realización de actividad física.

Se realiza un tratamiento especial y diferenciado en la unidad didáctica “Mis Hábitos”, donde se les inculca una serie de protocolos saludables, que pondrán en práctica en las demás unidades didácticas del curso. También tiene un tratamiento especial este contenido en las unidades didácticas “Punto de Partida” y “Salud es Salud”.

Por otro lado se intenta animar e interesar a los alumnos en la práctica de actividad física en su ocio y en su tiempo libre: actividad física recreativa, segura, divertida, oferta de actividad física del municipio y recursos para realizar esta actividad física.

Educación para la igualdad entre los sexos.

Se trata de un contenido muy importante, ya que nos encontramos en un contexto donde se dan conductas masculinas y femeninas dándose un gran número de estereotipos sexistas. Por eso se debe intentar corregir este tipo de actitudes sexistas y discriminatorias que los alumnos tienen en relación a la práctica de actividad física.

Por lo tanto, la coeducación y la igualdad van a ser tratados a lo largo de todas la unidades didácticas. Se trata de un currículo equilibrado, además se planifican contenidos desconocidos para los alumnos y por lo tanto se quedan fuera de sesgos sexistas, como por ejemplo las unidades didácticas: “Nuestros Juegos”, “Mis Juegos Preferidos” y “PINFUVOTE.

Educación del consumidor.

Es una norma de clase venir a Educación Física con la ropa adecuada, en este caso chándal o ropa deportiva. Pero no necesariamente la ropa debe ser de marca, debemos hablarles sobre el consumo irresponsable, innecesario y falta de criterio.

Tendrá un especial tratamiento a la hora de construir y reciclar materiales, para la realización de juegos alternativos, la construcción de juguetes y el montaje de mimo

Educación vial.

Tendrá gran importancia en la unidad didáctica “Natural”, ya que nos desplazaremos al parque más cercano al instituto.

Educación ambiental.

Contenido de gran importancia, ya que el instituto se encuentra situado en un municipio rural, rodeado de naturaleza. Un gran número de actividades se desarrollarán en el medio natural, por eso la importancia de inculcarle al alumnado que tiene la conservación de la naturaleza y la ventaja de utilizar este medio para su ocio y tiempo libre.

Sí que es verdad que tendrá un especial tratamiento en las unidades didácticas “Natural” y “Oriéntate”.

4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

A.- Evaluación del aprendizaje: criterios de resultado y de proceso

Los criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje de cada una de las materias de la etapa son uno de los referentes fundamentales de la evaluación. Se convierten de este modo en el referente específico para evaluar el aprendizaje del alumnado. Describen aquello que se quiere valorar y que el alumnado debe de lograr, tanto en conocimientos como en competencias clave. Responden a lo que se pretende conseguir en cada materia.

En su presentación, asociamos los criterios de evaluación a los estándares de aprendizaje para este curso, desde donde podemos observar las competencias clave a las que se contribuye así como las evidencias para lograrlos.

1º ESO	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN y competencias claves a las que contribuye	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
	1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
	1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
	1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, <u>identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad</u> . CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
	2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
	2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
	2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.</p> <p>3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.</p> <p>3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.</p> <p>3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</p>
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p>	<p>4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.</p> <p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p>
<p>5. Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud. CMCT, CAA.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
<p>6. Identificar las fases de la sesión de actividad físico-deportiva y conocer aspectos generales del Calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas. CMCT, CAA, CSC</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>

<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, <u>facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico-deportivas</u>. CMCT, CAA, CSC</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas</p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual</p>
<p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física. CCL, CSC.</p>	<p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>
<p>10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios. CCL, CD, CAA.</p>	<p>10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.</p> <p>10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.</p>
<p>11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP</p>	
<p>12. Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía. CCL, CD, CAA, CSC, CEC</p>	
<p>13. Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva. CCL, CD, CAA.</p>	

2º ESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN y competencias claves a las que contribuye	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
<p>1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
	1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
	1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
	1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.
<p>2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.</p>	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
	2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
	2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
	2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
<p>3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
	3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
	3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
	3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
<p>4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, y las posibilidades de la relajación y la respiración como medios de recuperación, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p>	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.
	4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.
	4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

	4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.
	4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.
	4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora. CMCT, CAA.	5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.
	5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.
	5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.
	5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC.	6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.
	6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.
	6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.
7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.	7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.
	7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.
	7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC	8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.
	8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas
	8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual
9. Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.	9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.
	9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.
	9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.
10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del
	proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.. CCL, CD, CAA.	10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.
11. Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios. CCL, CD, CAA, CSC, CEC.	
12. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	

3º ESO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN y competencias claves a las que contribuye	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones reales o adaptadas. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.
	1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.
	1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.
	1.4. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.
	1.5. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.
	2.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.
	2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.
	2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	3.1. Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.
	3.2. Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.
	3.3. Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.
	3.4. Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad	4.1. Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.

<p>de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud. CMCT, CAA.</p>	<p>4.2. Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.</p> <p>4.3. Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva</p> <p>4.4. Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.</p> <p>4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.</p> <p>4.6. Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.</p>
<p>5. Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo. CMCT, CAA.</p>	<p>5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.</p> <p>5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.</p> <p>5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p> <p>5.4. Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.</p>
<p>6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas. CMCT, CAA, CSC</p>	<p>6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.</p> <p>6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.</p> <p>6.3. Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.</p>
<p>7. Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones. CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.</p> <p>7.2. Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.</p> <p>7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.</p>
<p>8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno. CMCT, CAA, CSC</p>	<p>8.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p> <p>8.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas</p> <p>8.3. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual</p>
<p>9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo. CCL, CSC.</p>	<p>9.1. Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.</p> <p>9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.</p> <p>9.3. Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.</p>

10. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos. CCL, CD, CAA.	10.1. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,...), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.
	10.2. Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.
11. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	

4º ESO	
CRITERIOS DE EVALUACIÓN y competencias claves a las que contribuye	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE
1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión. CMCT, CAA, CSC, SIEP.	1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.
	1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.
	1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.
2. Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva. CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC.	2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.
	2.2. Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.
	2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos. CMCT, CAA, CSC, SIEP	3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.
	3.2. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.
	3.3. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.
	3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.
	3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

	<p>3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.</p>
<p>4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud. CMCT, CAA.</p>	<p>4.1. Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.</p> <p>4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.</p> <p>4.3. Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.</p> <p>4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.</p>
<p>5. Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud. CMCT, CAA.</p>	<p>5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.</p> <p>5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.</p> <p>5.3. Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.</p> <p>5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud</p>
<p>6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>6.1. Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.</p> <p>6.2. Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.</p> <p>6.3. Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.</p>
<p>7. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas. CAA, CSC, SIEP.</p>	<p>7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.</p> <p>7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.</p> <p>7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.</p>
<p>8. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida. CAA, CSC, CEC.</p>	<p>8.1. Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.</p> <p>8.2. Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.</p> <p>8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.</p>
<p>9 Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre</p>	<p>9.1. Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.</p>

<p>su repercusión en la forma de vida en el entorno. CMCT, CAA, CSC.</p>	<p>9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.</p> <p>9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.</p>
<p>10. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes. CCL, CSC.</p>	<p>10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.</p> <p>10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.</p> <p>10.3. Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.</p>
<p>11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas. CCL, CAA, CSC, SIEP</p>	<p>11.1. Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.</p> <p>11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.</p>
<p>12. Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado. CCL, CD, CAA.</p>	<p>12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.</p> <p>12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.</p> <p>12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.</p>
<p>13. Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre. CMCT, CAA, CSC, SIEP.</p>	

B.- Evaluación del proceso de enseñanza.

No solo deberemos evaluar los aprendizajes de los alumnos, sino también los procesos de enseñanza y de la propia práctica docente. Con ello mejorará la calidad de enseñanza que recibe el alumno.

Se evaluará esta programación y la práctica docente. Se verán si se han logrado algunos aspectos del proceso de enseñanza como:

- Adecuación de los objetivos y contenidos planteados.
- Adecuación de las actividades a los objetivos propuestos.
- Validez de los medios didácticos y situaciones de aprendizaje.
- Ambiente de aprendizaje y trabajo en el aula.
- Grado de satisfacción de las relaciones humanas dentro del aula.

C.- Procedimientos, Mecanismos e Instrumentos de Evaluación

La evaluación del alumno va a contar con tres momentos:

Evaluación inicial:

La evaluación inicial se realizará por el equipo docente del alumnado con durante el primer mes del curso escolar con el fin de conocer y valorar la situación inicial del alumnado en cuanto al grado de desarrollo de las competencias clave y al dominio de los contenidos de las distintas materias.

Tendrá en cuenta:

- El análisis de los informes personales de la etapa o el curso anterior correspondientes a los alumnos y alumnas de su grupo.
- Otros datos obtenidos por profesorado sobre el punto de partida desde el que el alumno o alumna inicia los nuevos aprendizajes.

Dicha evaluación inicial tendrá carácter orientador y será el punto de referencia del equipo docente para la toma de decisiones relativas al desarrollo del currículo por parte del equipo docente y para su adecuación a las características y conocimientos del alumnado.

Esta asignatura va a contemplar la posibilidad de contemplar para la evaluación inicial, además de la información obtenida en años anteriores, las siguientes pruebas puntales:

- .-Examen escrito sobre los contenidos de la asignatura.
- .-Resultado de las pruebas o test de valoración de condición física realizado al principio de año.
- .-Observación sistemática del trabajo diario en clase.

El equipo docente, como consecuencia del resultado de la evaluación inicial, adoptará las medidas pertinentes de apoyo, ampliación, refuerzo o recuperación para aquellos alumnos y alumnas que lo precisen o de adaptación curricular para el alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.

Evaluación continua:

La evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado tendrá en cuenta tanto el progreso general del alumnado a través del desarrollo de los distintos elementos del currículo.

La evaluación tendrá en consideración tanto el grado de adquisición de las competencias clave como el logro de los objetivos de la etapa. El currículo está centrado en el desarrollo de capacidades que se encuentran expresadas en los objetivos de las distintas materias curriculares de la etapa. Estos son secuenciados mediante criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje evaluables que muestran una progresión en la consecución de las capacidades que definen los objetivos.

Los criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje serán el referente fundamental para valorar el grado de adquisición de las competencias clave, a través de las diversas actividades y tareas que se desarrollen en el aula.

En el contexto del proceso de evaluación continua, cuando el progreso de un alumno o alumna no sea el adecuado, se establecerán medidas de refuerzo educativo. Estas medidas se adoptarán en cualquier momento del curso, tan pronto como se detecten las dificultades y estarán dirigidas a garantizar la adquisición de las competencias imprescindibles para continuar el proceso educativo.

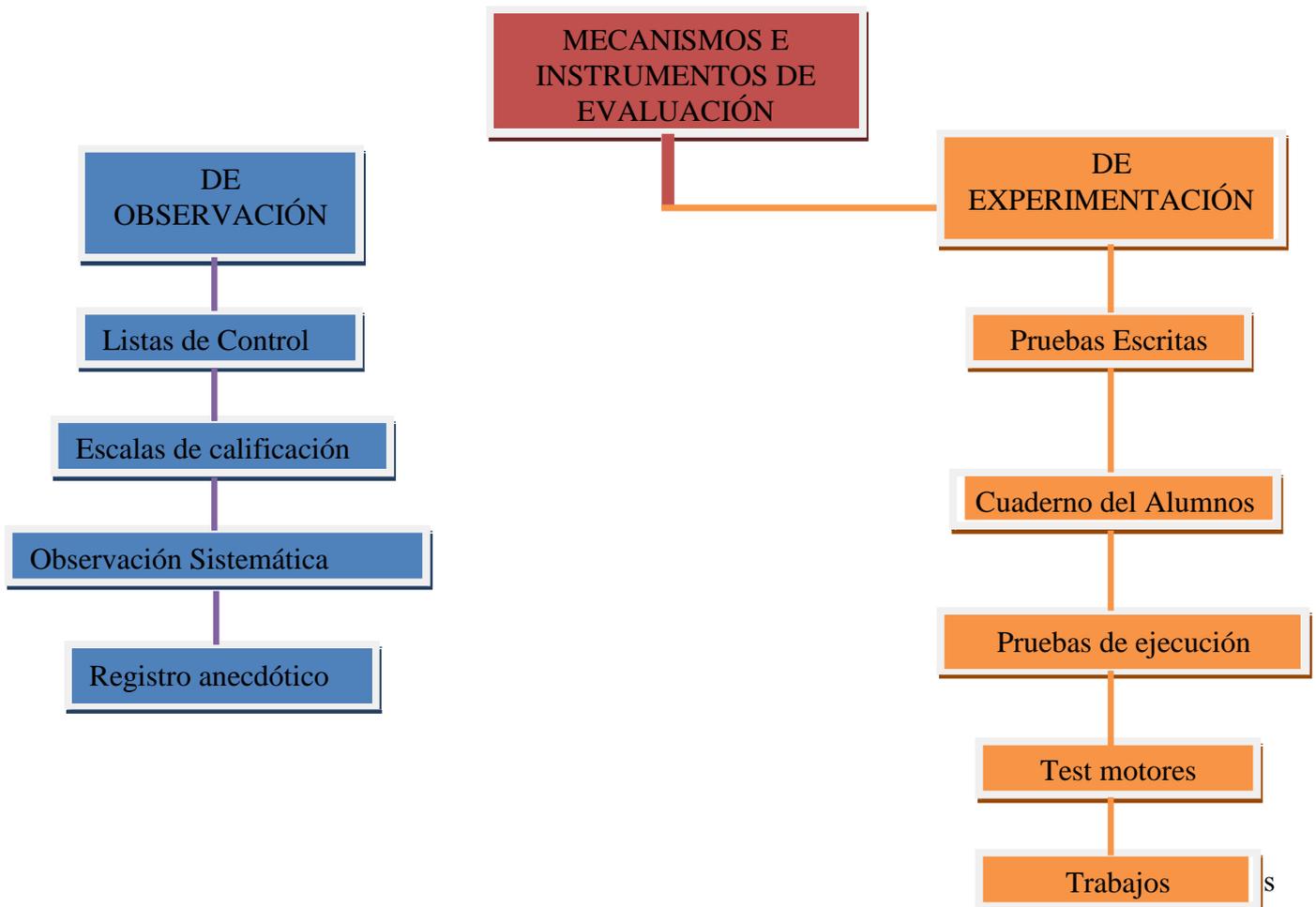
La evaluación de los aprendizajes del alumnado se llevará a cabo mediante las distintas realizaciones del alumnado en su proceso de enseñanza-aprendizaje a través de diferentes contextos o instrumentos de evaluación, que comentaremos con más detalle en el cómo evaluar.

Evaluación final o sumativa:

Es la que se realiza al término de un periodo determinado del proceso de enseñanza-aprendizaje para determinar si se alcanzaron los objetivos propuestos y la adquisición prevista de las competencias clave y, en qué medida los alcanzó cada alumno o alumna del grupo-clase.

Es la conclusión o suma del proceso de evaluación continua en la que se valorará el proceso global de cada alumno o alumna. En dicha evaluación se tendrán en cuenta tanto los aprendizajes realizados en cuanto a los aspectos curriculares de cada materia, como el modo en que desde estos han contribuido a la adquisición de las competencias clave.

Respecto a los principales mecanismos e instrumentos de evaluación a tener presente destacamos los siguientes:



Por últimos destacar las Rúbricas, como principal instrumento de evaluación, que contribuirá a objetivar las valoraciones asociadas a los niveles de desempeño de las competencias mediante indicadores de logro. Entre otras rúbricas comunes a otras materias se podrán utilizar:

- Rúbrica de trabajos escritos.
- Rúbrica para la valoración de pruebas orales y escritas.
- Rúbrica de trabajo cooperativo.
- Rúbrica de hábitos personales y actitud.
- Rúbrica de búsqueda y tratamiento de la información.

Y como herramientas específicas de la materia de Educación Física:

- Rúbrica del desempeño motriz.

Estos instrumentos de evaluación se asociarán a los criterios de evaluación y sus correspondientes estándares de aprendizaje en las distintas unidades de programación.

D.- Criterios de calificación.

En el siguiente cuadro presentamos los mecanismos e instrumentos de evaluación que vamos a utilizar en nuestra materia y los criterios de calificación a tener presente:

MECANISMOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA
<ul style="list-style-type: none"> .- Exámenes teóricos sobre las unidades didácticas trabajadas. .-Trabajos teóricos sobre contenidos de la asignatura. .-Reflexiones al finalizar de ver vídeos relacionados con la unidad didáctica trabajada.
<p>.-Exámenes prácticos:</p> <ul style="list-style-type: none"> .-Pruebas sobre gestos técnicos de los deportes enseñados lo largo del curso. .- Pruebas sobre aspectos tácticos de los deportes enseñados en el curso. .-Presentación de montajes de coreografías. .-Realización de calentamientos y vuelta a la calma.
<p>.-Hoja de observación sobre actitud y comportamiento diario:</p> <ul style="list-style-type: none"> .-Nivel de participación en las clases. .-Material deportivo y aseo personal (camiseta para cambiarse). .-Respeto hacia el profesor y los compañeros. .-Motivación, interés y esfuerzo en clase. .-Ayuda entre compañeros.
<p style="text-align: center;">El alumno/a exento de práctica por justificación y prescripción médica deberá realizar un trabajo diario sobre las sesiones de clase y superar el examen teórico con un mínimo de un 5.</p>

En este caso, este curso se va a comenzar a evaluar por criterios de evaluación, una vez que estén ponderados. Esto quiere decir, que en todas las actividades evaluables que se lleven a cabo desde la materia, se utilizarán diferentes CE, con su ponderación correspondiente, para sumar el 100% de la nota. En el siguiente cuadro se muestra la ponderación para los cuatro cursos de la ESO:

1º ESO		
CRITERIO	DENOMINACIÓN	PONDERACIÓN %
EF1.1	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.	20
EF1.2	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico- expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos, identificando el ritmo, el tiempo, el espacio y la intensidad.	5
EF1.3	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	2
EF1.4	Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, como la frecuencia cardiaca y la frecuencia respiratoria aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	10
EF1.5	Participar en juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de interés por la mejora y relacionando los fundamentos de la higiene postural con la salud.	10
EF1.6	Identificar las fases de la sesión de actividad físico- deportiva y conocer aspectos generales del calentamiento y la fase final de la sesión, participando activamente en ellas.	10
EF1.7	Reconocer las posibilidades de las actividades físicas y artístico-expresivas como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	5
EF1.8	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas	5

	como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales del entorno próximo para la práctica de actividades físico- deportivas.	
EF1.9	Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico- expresivas, conociendo y respetando las normas específicas de las clases de Educación Física.	3
EF1.10	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	10
EF1.11	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	5
EF1.12	Recopilar y practicar juegos populares y tradicionales de Andalucía.	5
EF1.13	Redactar y analizar una autobiografía de actividad física y deportiva.	10

2º ESO

CRITERIO	DENOMINACIÓN	PONDERACIÓN %
EF1.1	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	15
EF1.2	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	5
EF1.3	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.	2
EF1.4	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes, teniendo en cuenta la toma de decisiones y las fases del juego.	10
EF1.5	Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades	15

	personales y dentro de los márgenes de la salud, facilitando un incremento del nivel de la condición física y motriz, la prevención de lesiones, la mejora postural y mostrando una actitud de mejora.	
EF1.6	Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.	10
EF1.7	Reconocer las posibilidades de las actividades físico- deportivas y artístico- expresivas para transmitir valores de solidaridad, compromiso, responsabilidad, autoregulación, y como formas de inclusión social facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus aportaciones.	10
EF1.8	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico- deportivas en el medio urbano y natural como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	5
EF1.9	Reconocer y prevenir las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas de seguridad en su desarrollo.	5
EF1.10	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10
EF1.11	Elaborar trabajos sobre igualdad en el ámbito de la actividad físico- deportiva, rechazando prejuicios y estereotipos discriminatorios.	10
EF1.12	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	3

3º ESO		
CRITERIO	DENOMINACIÓN	PONDERACIÓN %
EF1.1	Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico- deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.	20
EF1.2	Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico- expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.	5
EF1.3	Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.	5
EF1.4	Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.	10
EF1.5	Desarrollar las capacidades físicas y motrices de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.	15
EF1.6	Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.	10
EF1.7	Reconocer las posibilidades de las actividades físico- deportivas y artístico- expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con las demás personas y aceptando sus diferencias y aportaciones.	10
EF1.8	Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico- deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.	5
EF1.9	Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico- expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que	5

	conllevar, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.	
EF1.10	Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.	10
EF1.11	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	5

4º ESO		
CRITERIO	DENOMINACIÓN	PONDERACIÓN %
EF1.1	Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnico-tácticos en las actividades físico- deportivas propuestas, con eficacia y precisión.	20
EF1.2	Componer y presentar montajes individuales y colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.	3
EF1.3	Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando y ejecutando la decisión más eficaz en función de los objetivos.	2
EF1.4	Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física y motriz, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.	5
EF1.5	Mejorar o mantener los factores de la condición física y motriz, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.	15
EF1.6	Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.	10
EF1.7	Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o	5

	torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de personas implicadas.	
EF1.8	Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.	5
EF1.9	Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida en el entorno.	5
EF1.10	Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la salud y la seguridad de las personas participantes.	5
EF1.11	Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las discrepancias e inseguridades y apoyando a las demás personas ante la resolución de situaciones menos conocidas.	5
EF1.12	Utilizar eficazmente las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.	15
EF1.13	Participar en actividades físicas en el medio natural y urbano, como medio para la mejora de la salud y la calidad de vida y ocupación activa del ocio y tiempo libre.	5

E.- Mecanismos de recuperación

Dentro de la recuperación vamos a diferenciar cuatro situaciones:

a) Alumno/a con trimestres suspensos en el curso. La recuperación de trimestres suspensos en esta asignatura se realizará aprobando la siguiente evaluación, es decir, aquel alumno o alumna que tenga suspensa la primera evaluación, si consigue aprobar la segunda evaluación, se considerará como recuperada la primera evaluación, puesto que el contenido teórico es acumulativo y así hasta final curso.

b) Alumno que suspende criterios de evaluación. La recuperación de criterios de evaluación suspensos en esta asignatura, se realizará aprobando estos criterios que tenga suspensos, en las unidades didácticas posteriores. Por ejemplo: si a un alumno le ha quedado el CE 1.13 de 4º ESO, podrá recuperarlo en la siguiente unidad didáctica que contenga este CE, que en este caso está relacionado con el medio natural.

c) Alumno o alumna que suspende la evaluación ordinaria. Si un alumno suspende la asignatura en la tercera evaluación tendrá que recuperar el contenido teórico en la evaluación extraordinaria. El profesor puede hacer repetir un examen práctico si es necesario recuperar algún contenido específico.

d) Alumno/a con la asignatura suspensa de otro curso. La recuperación de la asignatura pendiente de años anteriores se realizará mediante la presentación de distintos trabajos teóricos sobre determinados contenidos indicados por el profesor/a.

5. ASPECTOS METODOLÓGICOS.

Entendemos la metodología didáctica como el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados potenciando el desarrollo de las competencias clave desde una perspectiva transversal.

La metodología didáctica deberá guiar los procesos de enseñanza aprendizaje de esta materia, y dará respuesta a propuestas pedagógicas que consideren la atención a la diversidad y el acceso de todo el alumnado a la educación común. Asimismo, se emplearán métodos que, partiendo de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo competencial en el alumnado, se ajusten al nivel competencial inicial de este y tengan en cuenta la atención a la diversidad y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.

Se fomentará especialmente una metodología centrada en la actividad y participación del alumnado, que favorezca el pensamiento racional y crítico, el trabajo individual y cooperativo del alumnado en el aula, que conlleve la lectura, la investigación, así como las diferentes posibilidades de expresión. Se integrarán referencias a la vida cotidiana y al entorno inmediato del alumnado.

Se estimulará la reflexión y el pensamiento crítico en el alumnado, así como los procesos de construcción individual y colectiva del conocimiento, y se favorecerá el descubrimiento, la investigación, el espíritu emprendedor y la iniciativa personal.

Se desarrollarán actividades para profundizar en las habilidades y métodos de recopilación, sistematización y presentación de la información y para aplicar procesos de análisis, observación y experimentación adecuados a los contenidos de las distintas materias.

Se emplearán metodologías activas que contextualicen el proceso educativo, que presenten de manera relacionada los contenidos y que fomenten el aprendizaje por proyectos, centros de interés, o estudios de casos, favoreciendo la participación, la experimentación y la motivación de los alumnos y alumnas al dotar de funcionalidad y transferibilidad a los aprendizajes. Igualmente se adoptarán estrategias interactivas que permitan compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas.

La orientación de la práctica educativa de la materia se abordará desde situaciones- problema de progresiva complejidad, desde planteamientos más descriptivos hasta actividades y tareas que demanden análisis y valoraciones de carácter más global, partiendo de la propia experiencia de los distintos alumnos y alumnas y mediante la realización de debates y visitas a lugares de especial interés.

Se utilizarán las tecnologías de la información y de la comunicación de manera habitual en el desarrollo del currículo tanto en los procesos de enseñanza como en los de aprendizaje.

La metodología debe partir de la perspectiva del profesorado como orientador, promotor y facilitador del desarrollo competencial en el alumnado. Uno de los elementos fundamentales en la enseñanza por competencias es despertar y mantener la motivación hacia el aprendizaje en el alumnado, lo que implica un nuevo planteamiento de su papel, más activo y autónomo, consciente de ser el responsable de su aprendizaje y, a tal fin, el profesorado ha de ser capaz de generar en ellos la curiosidad y la necesidad por adquirir los conocimientos, las destrezas y las actitudes y valores presentes en las competencias. Desde esta materia se colaborará en la realización por parte del alumnado de trabajos de investigación y actividades integradas que impliquen a uno o varios departamentos de coordinación didáctica y que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

En resumen, desde un enfoque basado en la adquisición de las competencias clave cuyo objetivo no es solo saber, sino saber aplicar lo que se sabe y hacerlo en diferentes contextos y situaciones, se precisan distintas estrategias metodológicas entre las que resaltaremos las siguientes:

- Plantear diferentes situaciones de aprendizaje que permitan al alumnado el desarrollo de distintos procesos cognitivos: analizar, identificar, establecer diferencias y semejanzas, reconocer, localizar, aplicar, resolver, etc.

- Potenciar en el alumnado la autonomía, la creatividad, la reflexión y el espíritu crítico.

- Contextualizar los aprendizajes de tal forma que el alumnado aplique sus conocimientos, habilidades, destrezas o actitudes más allá de los contenidos propios de la materia y sea capaz de transferir sus aprendizajes a contextos distintos del escolar.

- Potenciar en el alumnado procesos de aprendizaje autónomo, en los que sea capaz, desde el conocimiento de las características de su propio aprendizaje, de fijarse sus propios objetivos, plantearse interrogantes. organizar y planificar su trabajo, buscar y seleccionar la información necesaria, ejecutar el desarrollo, comprobar y contrastar los resultados y evaluar con rigor su propio proceso de aprendizaje.

- Utilizar distintas fuentes de información (directas, bibliográficas, de Internet, etc.) así como diversificar los materiales y recursos didácticos que utilicemos para el desarrollo y adquisición de los aprendizajes del alumnado.

- Promover el trabajo colaborativo, la aceptación mutua y la empatía como elementos que enriquecen el aprendizaje y nos forman como futuros ciudadanos de una sociedad cuya característica principal es la pluralidad y la heterogeneidad. Además, nos ayudará a ver que se puede aprender no solo del profesorado sino también de quienes me rodean, para lo que se deben fomentar las tutorías entre iguales, así como procesos colaborativos, de interacción y deliberativos, basados siempre en el respeto y la solidaridad.

- Diversificar estrategias e instrumentos de evaluación.

De un modo más concreto, la metodología específica para la Educación Física tendrá en cuenta que debe fomentar entre el alumnado la autonomía, las relaciones sociales y la competencia, entendida ésta como la eficiencia y la confianza en lo que se hace.

Los estilos de enseñanza que se utilicen deben generar climas de aprendizaje óptimos que contribuyan al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida. Es esencial que el profesorado de Educación Física desarrolle y aplique una **gama suficiente de estilos de enseñanza, técnicas y estrategias, tanto técnicas reproductivas como de indagación, siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, creatividad y participación del alumnado, así como estilos cognitivos y tecnológicos:**

<u>ESTILOS DE ENSEÑANAZA</u>		
REPRODUCTIVOS	Tradicionales:	<ul style="list-style-type: none"> .-Mando directo(MD) .-Modificación de MD. .-Asignación de Tareas.
	Individuales	<ul style="list-style-type: none"> .-Trabajo por grupos. .-Trabajo por parejas. .-Programa individual
	Participativos:	<ul style="list-style-type: none"> .-Enseñanza recíproca .-Grupos Reducidos .-Microenseñanza
INDAGACIÓN	Cognoscitivos:	<ul style="list-style-type: none"> .-Resolución de problemas. .- Descubrimiento Guiado.
SOCIALIZADORES	Creativos	

La Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión y contribuir a la consecución de una igualdad efectiva y real de oportunidades. El género como construcción social todavía sigue condicionando la persistencia de estereotipos que determinan que algunas actividades sean consideradas más apropiadas para las chicas y otras para los chicos. La Educación Física ofrecerá un tratamiento diversificado y equilibrado de actividades, preservando la seguridad afectiva y emocional del alumnado. Los contenidos se abordarán desde una perspectiva de igualdad real y efectiva de género, de manera que todo el alumnado pueda sentirse identificado.

Asimismo, se fomentará la actividad física **inclusiva**, respondiendo a las necesidades propias de la diversidad del alumnado.

La Educación Física propiciará ambientes positivos de aprendizaje, utilizando diferentes formas de aprovechamiento del espacio (tanto convencional como no convencional), del tiempo, de los materiales, los agrupamientos, etc. Un alto grado de **compromiso motor** repercutirá positivamente en el desarrollo y adquisición de la competencia motriz.

En relación a la realización de las tareas se buscará implicar al alumnado en su proceso de aprendizaje con responsabilidad, promoviendo metas en referencia a ellos y ellas mismas, y orientándolo hacia la **autonomía** en la organización y realización del trabajo. Se diseñarán actividades basadas en la variedad, el interés personal y la implicación activa en las mismas, ofreciendo al alumnado un mayor grado de responsabilidad y capacidad de elección. De esta manera, los alumnos y alumnas participarán en la toma de decisiones sobre las normas de clase, la elección de actividades, y la evaluación, entre otros aspectos, además de asumir diferentes roles en la realización de las tareas. En relación a la evaluación, se fomentará una evaluación compartida, promoviendo la autoevaluación del alumnado.

La práctica de actividad física contribuye a la estabilidad **emocional** de los alumnos y alumnas. La Educación Física proporcionará al alumnado técnicas de **concentración, relajación, toma de conciencia y autocontrol**, aplicables a la vida cotidiana.

Se reconocerá y apoyará el **progreso individual** del alumnado, partiendo de sus características individuales. Se debe tener en cuenta la importancia del conocimiento de resultados y utilizar diferentes tipos de feedback adaptados a cada persona y a cada situación. La equidad en la

acción del profesorado va a favorecer una visión positiva del alumnado hacia la práctica física, eliminando estereotipos sobre la misma.

Se deberá asegurar que el proceso de enseñanza-aprendizaje y la práctica física se desarrollen en las condiciones de seguridad necesarias. Para ello se deben minimizar los posibles riesgos y se deberá implementar un protocolo de actuación en caso de accidente. Dentro de la seguridad se deberá tener en cuenta también los riesgos asociados al uso de las nuevas tecnologías y a la salvaguarda de la privacidad del alumnado. Para ello se fomentará un uso adecuado de Internet y las redes sociales, así como de aplicaciones o dispositivos tecnológicos propios del ámbito educativo de esta etapa educativa, etc.

Para el desarrollo de todos los contenidos relacionados en esta materia se hace imprescindible la realización de actividades complementarias y/o extraescolares, procurando establecer acuerdos y alianzas externas con entidades y organizaciones del entorno así como la colaboración con las familias del alumnado.

El logro de una Educación Física de calidad y, por ende, la mejora de la enseñanza lleva implícita una evaluación de todos los elementos del acto didáctico, como alumnado, profesorado, metodología, medios y recursos, instalaciones y la propia evaluación.

6. CONTRIBUCIÓN DE LA MATERIA A LAS COMPETENCIAS CLAVE

El currículo de esta etapa toma como eje estratégico y vertebrador del proceso de enseñanza y aprendizaje el desarrollo de las capacidades y la integración de las competencias clave a las que contribuirán todas las materias. En este sentido, se incorporan en cada una de las materias que conforman la etapa, los elementos que se consideran indispensables para la adquisición y desarrollo de dichas competencias clave, con el fin de facilitar al alumnado la adquisición de los elementos básicos de la cultura y de prepararles para su incorporación a estudios posteriores o para su inserción laboral futura.

Las competencias se entienden como las capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada materia con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos. En la Educación Secundaria Obligatoria las competencias clave son aquellas que deben ser desarrolladas por el alumnado para lograr la realización y desarrollo personal, ejercer la ciudadanía activa, conseguir la inclusión social y la incorporación a la vida adulta y al empleo de manera satisfactoria, y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

La competencia supone una combinación de habilidades prácticas, conocimientos, motivación, valores éticos, actitudes, emociones, y otros componentes sociales y de comportamiento que se movilizan conjuntamente para lograr una acción eficaz. Se contemplan, pues, como conocimiento en la práctica, un conocimiento adquirido a través de la participación activa en prácticas sociales que, como tales, se pueden desarrollar tanto en el contexto educativo formal, a través del currículo, como en los contextos educativos no formales e informales.

El conocimiento competencial integra un conocimiento de base conceptual: conceptos, principios, teorías, datos y hechos (conocimiento declarativo-saber decir); un conocimiento relativo a las destrezas, referidas tanto a la acción física observable como a la acción mental (conocimiento procedimental-saber hacer); y un tercer componente que tiene una gran influencia social y cultural, y que implica un conjunto de actitudes y valores (saber ser).

Por otra parte, el aprendizaje por competencias favorece los propios procesos de aprendizaje y la motivación por aprender, debido a la fuerte interrelación entre sus componentes: el

conocimiento de base conceptual («conocimiento») no se aprende al margen de su uso, del «saber hacer»; tampoco se adquiere un conocimiento procedimental («destrezas») en ausencia de un conocimiento de base conceptual que permite dar sentido a la acción que se lleva a cabo.

El alumnado, además de “saber” debe “saber hacer” y “saber ser y estar” ya que de este modo estará más capacitado para integrarse en la sociedad y alcanzar logros personales y sociales.

Las competencias, por tanto, se conceptualizan como un «saber hacer» que se aplica a una diversidad de contextos académicos, sociales y profesionales. Para que la transferencia a distintos contextos sea posible resulta indispensable una comprensión del conocimiento presente en las competencias, y la vinculación de éste con las habilidades prácticas o destrezas que las integran.

El aprendizaje por competencias favorece los propios procesos de aprendizaje y la motivación por aprender, debido a la fuerte interrelación entre sus componentes.

Se identifican siete competencias clave:

- Comunicación lingüística.
- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- Competencia digital.
- Aprender a aprender.
- Competencias sociales y cívicas.
- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- Conciencia y expresiones culturales

El aprendizaje por competencias, que se caracteriza por:

a) Transversalidad e integración. Implica que el proceso de enseñanza- aprendizaje basado en competencias debe abordarse desde todas las materias de conocimiento y por parte de las diversas instancias que conforman la comunidad educativa. La visión interdisciplinar y multidisciplinar del conocimiento resalta las conexiones entre diferentes materias y la aportación de cada una de ellas a la comprensión global de los fenómenos estudiados.

b) Dinamismo. Se refleja en que estas competencias no se adquieren en un determinado momento y permanecen inalterables, sino que implican un proceso de desarrollo mediante el cual las alumnas y los alumnos van adquiriendo mayores niveles de desempeño en el uso de las mismas.

c) Carácter funcional. Se caracteriza por una formación integral del alumnado que, al finalizar su etapa académica, será capaz de transferir a distintos contextos los aprendizajes

adquiridos. La aplicación de lo aprendido a las situaciones de la vida cotidiana favorece las actividades que capacitan para el conocimiento y análisis del medio que nos circunda y las variadas actividades humanas y modos de vida.

d) Trabajo competencial. Se basa en el diseño de tareas motivadoras para el alumnado que partan de situaciones-problema reales y se adapten a los diferentes ritmos de aprendizaje de cada alumno y alumna, favorezcan la capacidad de aprender por sí mismos y promuevan el trabajo en equipo, haciendo uso de métodos, recursos y materiales didácticos diversos.

e) Participación y colaboración. Para desarrollar las competencias clave resulta imprescindible la participación de toda la comunidad educativa en el proceso formativo tanto en el desarrollo de los aprendizajes formales como los no formales.

Para una adquisición eficaz de las competencias y su integración efectiva en el currículo, deberán diseñarse actividades de aprendizaje integradas que permitan al alumnado avanzar hacia los resultados de aprendizaje de más de una competencia al mismo tiempo.

La materia de Educación Física contribuye al desarrollo de todas las competencias clave, comenzando con el desarrollo de la competencia matemática y competencias básicas en **ciencias y tecnología (CMCT)** ofreciendo situaciones en las que el alumnado debe aplicar el razonamiento matemático para resolver situaciones asociadas con la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos (resultados y clasificaciones, escalas y rumbos en el deporte orientación, relación entre ingesta y gasto calórico, la frecuencia cardíaca como indicador de la intensidad del esfuerzo, sistemas de juego en deportes de cooperación- oposición, etc.) y competencias clave en ciencia y tecnología facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos (aspectos relacionados con la conservación de la naturaleza, el funcionamiento del cuerpo humano, la alimentación, el uso de instrumentos utilizados en el ámbito de la actividad física y deportiva, etc.).

La Educación Física también contribuye de manera esencial al desarrollo de las **competencias sociales y cívicas (CSC)** fomentando el respeto, la igualdad, la cooperación y el trabajo en equipo. Las reglas que se establecen en los juegos y los deportes, las normas de seguridad vial, la prevención de lesiones, los primeros auxilios, etc. son elementos de la Educación Física que, por su propia naturaleza, preparan al alumnado para la vida en sociedad y el desarrollo de esta competencia.

La Educación Física contribuye al desarrollo de la **competencia aprender a aprender (CAA)** a través de la regulación, planificación, organización y ejecución de la propia actividad

física. Esto permitirá al alumnado diseñar su plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorecerá la motivación y la confianza que son cruciales para la adquisición de esta competencia.

El **sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP)** será fomentado desde la materia otorgando funciones y responsabilidades en la planificación y desarrollo de actividades, el desarrollo del liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación personal.

Asimismo, se trabajará la **competencia en comunicación lingüística (CCL)** a través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad físico-deportiva.

Esta materia también contribuye al desarrollo de la **competencia conciencia y expresiones culturales (CEC)** a través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana (el juego, el deporte, las actividades artístico-expresivas, las actividades en el medio natural, etc.) y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.

Finalmente, la Educación Física trabaja la competencia digital (CD) abordando aspectos como el acceso y la gestión de la información que se puede encontrar en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos. En este centro contribuimos especialmente a esta competencia puesto que los todos los contenidos teóricos lo pueden adquirir los alumno/as vía web a través de la publicación de los mismos en un blog de la asignatura: <http://edusport-alonso.blogspot.com.es/>

7. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Vamos a diferenciar dentro de la atención a la diversidad:

a) Medidas generales de actuación:

Las líneas de actuación provienen del concepto de diversidad como fuente de oportunidades y de riqueza y se centran en adecuar los diversos **aspectos metodológicos**:

➤ Estrategias de enseñanza-aprendizaje:

.-Se van a potenciar de forma planificada el uso de técnicas que promuevan la ayuda entre alumnos (estilos participativos).

.-Diseño de actividades amplias, que tengan diferentes niveles de dificultad y que permitan diferentes posibilidades de ejecución y expresión (estilos individualizadores).

➤ Agrupamientos:

.-Se van a combinar agrupamientos heterogéneos con otros de carácter más homogéneo (no olvidar la posibilidad de trabajar con compañeros que presentan unas características y necesidades similares).

.-Se aprovechan las actividades de gran grupo y espontáneas para mejorar el clima y la relación de los alumnos.

➤ Materiales:

.-Selección de material para el aula que pueda ser utilizado por todos los alumnos.

➤ Espacios y tiempos:

.-Designar espacios concretos para actividades de apoyos específicos fuera del aula.

Desde el área de Educación Física se trata de atender a la diversidad del alumnado, teniendo como uno de los principios rectores de la misma, la atención a los diversos niveles de aptitud, así como a los intereses de los alumnos siempre que sea posible o pedagógicamente necesario.

Cuando son alumnos/as con determinadas lesiones o problemas físicos, intentaremos dar un tratamiento muy específico en función de sus particularidades y de nuestras medidas concretas.

b) Medidas de refuerzo y ampliación:

Para atender las diferentes capacidades, motivaciones e intereses del alumnado, y de esta forma cumplir con la evaluación formativa, se proponen una serie de actividades de refuerzo y ampliación. Proponemos a continuación algunos ejemplos:

ü **Refuerzo:** se propondrán para los alumnos/as menos capacitados motivadamente, durante el desarrollo de las sesiones, actividades que impliquen adecuar los contenidos a las capacidades individuales de ellos. En la mayoría de casos se realizará mediante estilos individualizadores; por ejemplo mediante la propuesta de diferentes grupos de ejecución en los circuitos de fuerza – resistencia de las UD de Condición Física.

ü En algunas de las Unidades Didácticas, se desarrollan además actividades que vienen a reforzar todos aquellos vacíos o dudas, propios de cada alumno/a. En ellas, intentamos dar con la clave para apoyar lo aprendido. Por ejemplo con propuesta de artículos de lectura para reforzar lo aprendido y fomentar la lectura. Se intentará que hagan otro día extra de actividad mediante las actividades propuestas en el programa “Escuelas deportivas” o las actividades extraescolares. Esta práctica no obligatoria se valorará también en la calificación final como actitudes positivas.

ü **Ampliación:** En la misma línea de la diversidad, y para que la enseñanza no tenga un "techo", procuraremos actividades que amplíen los conocimientos y la experiencia individual.. También mediante la propuesta de trabajos voluntarios relacionados con la búsqueda de información en internet y el fomento de las TIC.

c) Alumnos con necesidades educativas especiales:

ü **Alumnos con lesiones temporales:** a veces se prolongan durante meses en alguno de sus miembros (esguinces, roturas de fibras, etc.). Deberán realizar actividades que no supongan ningún riesgo para el miembro lesionado. Serán actividades más de tipo estático que dinámico, pudiendo trabajar ejercicios de flexibilidad (o fuerza en función de sus posibilidades o alternar los dos tipos de trabajo). A tal efecto el profesor tendrá preparadas unas fichas de ejercicios que realizará el alumno, evitando aquellos ejercicios que le sean perjudiciales.

ü **Alumnos con patologías de tipo físico o fisiológico (alumno con sobrepeso, asma diabetes, escoliosis, cardiopatías, etc.):** en este caso se adaptarán las diferentes actividades físicas presentadas a las características específicas de esta patología dosificando la intensidad y volumen de los esfuerzos o planteando actividades alternativas adaptadas..

ü **Alumnos con dificultad de aprendizaje.** Adaptaciones de contenidos teóricos.

d) Alumnado exento:

La única forma de exención de la práctica de actividad física se producirá cuando exista prescripción médica (se exigirá certificación médica acreditativa) de que cualquier ejercicio físico que se encuentra contraindicado, ya sea de forma temporal o para todo el curso académico. Aún así, debe entenderse que existen contenidos propios del área donde la carga física será muy leve, o prácticamente inexistente. De esta forma, el alumnado exento podrá participar junto con sus compañeros.

Este alumno tendrá una mayor carga en estándares referentes a conocimientos y evaluados principalmente mediante exámenes teóricos y trabajos (60- 70% de la nota final). Realizará un diario de todas las sesiones. Además participará de forma activa en la organización de las sesiones: toma tiempos, organiza espacios y material, proporciona ayuda e información a sus compañeros/as (20-40% respecto a estándares relacionados con actitudes y evaluadas mediante la observación sistemática del día a día).

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Este curso, debido a la pandemia de COVID-19, se ven mermadas la realización de actividades complementarias y extraescolares, sabiendo la importancia que tienen estas actividades desde nuestra materia, ya que el aprendizaje es mucho más significativo y funcional para el alumnado. Aunque desde el Departamento de Educación Físicas estén propuestas, lo más probable es que no se puedan llevar a cabo. En el siguiente cuadro quedan descritas las actividades que se realizarían, si la crisis sanitaria nos lo permitiera.

EXTRAESCOLARES	.-Primer Trimestre	<ul style="list-style-type: none"> • Senderismo y Juegos en la playa y 1º 2º ESO (Octubre). • Senderismo al Pico Terril 3º ESO y 4º ESO (Diciembre).
	.-Segundo Trimestre	<ul style="list-style-type: none"> • Multiaventura 4º ESO (Febrero).
	.-Tercer Trimestre.	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades acuáticas 1. 1º y 2º ESO (Abril). • Actividades acuáticas 2. 3º y 4º ESO (Abril). • Orientación deportiva (4º ESO).
COMPLEMENTARIAS	.- Primer Trimestre	<ul style="list-style-type: none"> • Carrera solidaria (Todos los cursos). • Campeonato de Damas y Ajedrez.
	.-Segundo trimestre	<ul style="list-style-type: none"> • Campeonato de Damas y Ajedrez.

9. PLAN DE CONTINGENCIA ANTE UNA CRISIS SANITARIA: COVID-19

El curso 20-21 va a estar marcado por la incidencia del virus en nuestra sociedad. Nosotros como centro educativo, vamos a adoptar las medidas necesarias para garantizar un uso seguro de nuestras instalaciones.

Dada la coyuntura en la que vivimos seremos muy estrictos en el cumplimiento de normas y rogamos colaboración por parte de todos y todas.

Ante todo, tendremos como objetivo principal el desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje, con la total garantía y calidad, pero velando por la seguridad del alumnado, profesorado y cualquier persona que se encuentre en el centro educativo.

El objetivo fundamental de este plan consiste en articular procedimientos de atención a la Comunidad Educativa, en caso de que se dieran circunstancias excepcionales de docencia telemática en algunos grupos o en la totalidad. Se trata de permitir continuar el desarrollo esencial de los procesos de enseñanza-aprendizaje que presta el centro educativo en un marco de docencia no presencial.

Dentro de las limitaciones que seguiríamos teniendo en un escenario así, para sacar el máximo partido a nuestro trabajo, tendremos que prestar especial atención a los siguientes aspectos:

Potenciar la enseñanza por video conferencia ya que este medio es el que más se acerca a la docencia directa.

Selección y secuenciación correctas de tareas, primando los criterios de evaluación imprescindibles.

Corrección y evaluación de las tareas con notificación al alumnado y familias de forma periódica.

Apoyo especial al alumnado que se desconecta por dificultades técnicas o de aprendizaje.

Estrechar la comunicación con las familias.

Coordinación del profesorado mediante reuniones de tutores, ETCP, equipos educativos, departamentos y claustro, y elaboración de materiales informativos claros y concisos que ayuden a la comprensión de las instrucciones.

LÍNEAS GENERALES DE ACTUACIÓN PEDAGÓGICA

A. DISTANCIA SOCIAL Y NORMAS HIGIÉNICAS

Desde la asignatura de **Educación Física**, por la singularidad que tiene, se van a llevar a cabo unas normas o medidas de seguridad y organización específicas para el correcto desarrollo de esta materia.

1. El alumnado debe esperar al profesor en el aula, para su desplazamiento al patio.
2. Desinfección obligatoria de manos antes de salir del aula.
3. Uso obligatorio de la mascarilla, cuando no se mantenga la distancia de seguridad de 2 metros.
4. Realización de actividades individuales.
5. Uso individual del material.
6. No se podrá compartir material.
7. Si en algún caso se realizara alguna actividad en parejas o pequeños grupos, será obligatorio la desinfección del material cada cierto tiempo.
8. Uso obligatorio de botella de agua personal.
9. En caso de coincidir con otro grupo en la instalación, está totalmente prohibido mezclarse o mantener cualquier tipo de contacto (los grupos deben permanecer aislados).

10. Se aconseja que el alumnado utilice esterillas propias, para evitar que se comparta material.
11. Se primará la autoconstrucción de material, para que cada alumno tenga su propio material a la hora de realizar actividades con implemento.
12. Una vez acabada la clase, se volverán a desinfectar las manos, y se asearán en una zona específica del gimnasio por turnos; primero los chicos y después las chicas (cambio de camiseta).
13. Cuando se esté en el aula, las ventanas y las puertas estarán abiertas para una mayor ventilación.

B. DOCENCIA NO PRESENCIAL

En caso del cese de las clases de forma presencial, los contenidos de Educación Física se seguirían desarrollando de forma no presencial desde casa.

En este caso, al producirse un cambio en el escenario educativo tan radical, utilizaremos una serie de aplicaciones o actividades para la buena práctica de dicha materia.

Se utilizarán las plataformas digitales Moodle, como medio de comunicación entre el alumnado y el profesorado, para el desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje.

Se debe adaptar el currículo de la materia, en especial los contenidos a impartir, ya que todos estos contenidos se deben poder realizar en casa. Por ello, dependiendo del tipo de contenido se desarrollará de forma teórica o práctica, pero intentaremos que los contenidos correspondientes a cada curso sean impartidos y aprendidos por el alumnado.

Los contenidos que se llevarán a cabo van a ser muy diversos, como por ejemplo: danza, aeróbic, malabares, métodos para el desarrollo de la condición física, retos cooperativos, dramatización, habilidades específicas de los deportes, construcción de material, reglamento, debates, situaciones de reflexión, hábitos saludables, relajación y respiración, hábitos higiénicos, alimentación saludable, cabuyería, juegos de orientación y pistas en casa, uso de aplicaciones deportivas, programa de entrenamiento personalizado.

Por lo tanto, como se puede comprobar, se va a seguir el desarrollo normal, pero adaptado del currículo de Educación Física, para que el alumnado pueda realizar actividad física en esta situación de alerta sanitaria.

C. ADPTACIONES DE LA EVALUACIÓN

Se va a seguir evaluando a través de los Criterios de Evaluación y Estándares de Aprendizaje Evaluables seleccionados en nuestra programación, pero en este caso se le dará más importancia a ciertos CE y STD (más relacionados con los contenidos y actividades que se van a practicar durante la docencia no presencial: esfuerzo, participación, TIC, creatividad, trabajo diario, compromiso motor, autonomía).

Los instrumentos de evaluación, en este caso, si las clases cesaran o no se pudieran llevar a cabo con normalidad; se les daría más importancia a los contenidos teóricos, sin olvidar las creaciones prácticas individuales, que serán los siguientes:

- Tareas entregadas.
- Pruebas escritas online.
- Pruebas orales.
- Trabajos de investigación.
- Cuestionarios.
- Proyectos.
- Vídeos.
- Fotografías.