

EDUCACIÓN FÍSICA

PROGRAMACIÓN 2021/2022

Aprobada en claustro el 15/11/2021



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA



INDICE

1. INTRODUCCIÓN	PAG. 3
2. OBJETIVOS	PAG. 5
3. COMPETENCIAS CLAVE	PAG. 9
4. CONTENIDOS	PAG. 11
5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN	PAG. 19
6. TRATAMIENTO, ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS ELEMENTOS CURRICULARES	PAG. 23
7. METODOLOGÍA	PAG. 50
8. ATENCIÓN AL ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO.....	PAG. 58
9. PROGRAMAS DE REFUERZO DEL APRENDIZAJE	PAG. 61
10. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES	PAG. 69
11. EVALUACIÓN	PAG. 75
12. ELEMENTOS TRANSVERSALES	PAG. 79
13. PROPUESTA PARA EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA LINGÜÍSTICA. ESTRATEGIAS DE ANIMACIÓN A LA LECTURA Y EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA.....	PAG. 81



1. INTRODUCCIÓN.

1.1. CONTEXTO DEL CENTRO.

El Instituto de Enseñanza Secundaria “Alarifes Ruiz Florindo” es el único centro de Educación Secundaria de Fuentes de Andalucía, una población situada geográficamente en la Campiña del Guadalquivir que cuenta con aproximadamente 7.500 habitantes, cuya economía está basada fundamentalmente en la agricultura, y en la que la renta per cápita se sitúa en la franja media y media baja. Nuestra localidad se encuentra, gracias a la autovía Madrid-Cádiz, muy bien comunicada con las capitales de provincia Córdoba y Sevilla; además, tiene a prácticamente 20 minutos otros núcleos de población, como son Carmona, Écija, Marchena, Osuna, La Campana y La Lantejuela.

Además de Educación Secundaria Obligatoria, nuestro centro oferta Bachillerato, en sus modalidades de “Ciencia y Tecnología” y “Humanidades y Ciencias Sociales”, el Ciclo Formativo de Grado Medio de “Microinformática y Redes” y Formación Profesional Básica de la misma rama. En la actualidad hay en nuestro Centro alumnado cursando enseñanzas post-obligatorias procedentes, además de Fuentes de Andalucía, de otras localidades; este tipo de alumnos va aumentando cada curso.

Nuestro Centro cuenta con dos centros adscritos, el C.E.I.P. Santa Teresa de Jesús, colindante con el Instituto, y el C.E.I.P. Santo Tomás de Aquino, situado en el extremo opuesto de la localidad. Ambos centros cuentan con un Programa de Educación Compensatoria del que no dispone nuestro centro. La carencia de este programa hace más difícil la atención en la etapa de ESO a los alumnos de desventaja socio-económica; sin embargo, la administración ya ha manifestado su intención de no otorgar en el futuro este programa a ningún centro educativo. Los 3 centros educativos de la localidad compartimos un profesor/a de Audición y Lenguaje. Actualmente aplicamos un Programa de Tránsito para que el paso del alumnado desde el colegio hasta el instituto sea lo más normalizado posible.



1.2. NORMATIVA.

La normativa educativa vigente, para este curso académico 2021/2022, a la que atiende esta programación es la siguiente:

- ❖ A nivel estatal:
 - ✓ Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
 - ✓ Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
 - ✓ Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre para la mejora de la calidad educativa.
 - ✓ Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
 - ✓ 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 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.
 - ✓ Orden de 20 de agosto de 2010, por la que se regula la organización y el funcionamiento de los institutos de educación secundaria, así como el horario de los centros, del alumnado y del profesorado.

- ❖ A nivel autonómico:
 - ✓ Decreto 182/2020, de 10 de noviembre, por el que se modifica el 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.
 - ✓ 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.
 - ✓ Decreto 183/2020, de 10 de noviembre, por el que se modifica el Decreto 110/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
 - ✓ Decreto 110/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía.
 - ✓ Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad, se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado y se determina el proceso de tránsito entre distintas etapas educativas.
 - ✓ Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.



2. OBJETIVOS.

Distinguimos varios tipos de objetivos: los generales de etapa y los específicos de cada área. Nos guían en la tarea educativa marcando nuestras intenciones. Éstos hacen referencias a capacidades y no a conductas. Según la legislación vigente, la enseñanza de Educación Física contribuirá a alcanzar los siguientes objetivos:

2.1. OBJETIVOS DE ETAPA:

Estos objetivos de etapa se expresan en el Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. 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** (se tratarán más específicamente posteriormente) 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>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>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>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>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>

2.2. OBJETIVOS DE ÁREA – *Educación Secundaria Obligatoria (ESO)*:

Estos objetivos establecen las capacidades que, desde la misma materia de Educación Física, desarrollará el alumnado los podemos encontrar en la *Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía*. Son los siguientes:

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.
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.
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.
4. Participar en la planificación y organización de actividades físicas, coordinando su trabajo con el de otras personas para alcanzar los objetivos comunes establecidos.
5. Identificar las diferentes partes de una sesión de actividad física, seleccionando las actividades adecuadas en función del objetivo propuesto.
6. Planificar, interpretar y valorar acciones motrices de índole artístico-creativas, expresiva y comunicativa de carácter tanto individual como grupal, 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.
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.
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.
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.
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.
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.



2.3. OBJETIVOS DE ÁREA – *Bachillerato*:

La enseñanza de la materia Educación Física en Bachillerato tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades (*Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía*):

1. Valorar la actividad física como medio fundamental para la mejora de la salud y de la calidad de vida y como recurso para ocupar el tiempo libre y de ocio, siendo un medio para la autosuperación y la integración social, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de actividades físicas.
2. Planificar, elaborar y poner en práctica de forma autónoma y sistemática un programa personal de actividad física para la mejora de la condición física y motora, y las habilidades motrices desde un punto de vista saludable y dentro de un estilo de vida activo, considerando el propio nivel y orientado hacia las motivaciones y posteriores estudios u ocupaciones.
3. Aplicar, resolver y perfeccionar situaciones motrices en diferentes contextos de práctica física aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, dando prioridad a la toma de decisiones.
4. Planificar, interpretar y valorar composiciones corporales individuales y colectivas potenciando la originalidad, expresividad y la creatividad aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición, reconociendo estas actividades como formas de creación, expresión y realización personal, integrándolas como prácticas de ocio activo.
5. Buscar y utilizar soluciones creativas a situaciones de oposición y colaboración, con y sin oponentes, en contextos deportivos o recreativos, adaptándose a las condiciones cambiantes que se producen durante la práctica.
6. Identificar, prevenir y controlar las principales lesiones y riesgos derivados de la utilización de equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de diferentes tipos de actividades físicas, actuando de forma responsable, tanto individual como colectivamente, en el desarrollo de las mismas.
7. Utilizar de forma autónoma y regular, hábitos saludables 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.
8. Planificar y realizar actividades físicas en entornos naturales y urbanos de Andalucía, valorando su riqueza y la necesidad de su cuidado y conservación.
9. Respetar las reglas sociales y facilitar la integración de otras personas en la práctica de la actividad física, mostrando un comportamiento responsable hacia sí mismo o hacia sí misma, hacia los compañeros y compañeras y hacia el entorno, adoptando una actitud crítica ante las prácticas sociales que tienen efectos negativos sobre la salud individual y colectiva.
10. Utilizar responsablemente las tecnologías de la información y la comunicación, participando en entornos colaborativos de aprendizaje y aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de las fuentes de información, citando y respetando correctamente la autoría de las informaciones y archivos compartidos.



3. COMPETENCIAS CLAVE – *Contribución de la materia:*

La materia de Educación Física contribuye a la adquisición de las competencias clave, integrando las mismas en el proceso educativo.

- ❖ **Contribución en Educación Secundaria Obligatoria (ESO);** la *Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía*, nos sugiere lo siguiente:

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 a la cantidad, el espacio y la forma, el cambio y las relaciones, y la incertidumbre y los datos. Además, la comprensión de los sistemas físicos, biológicos y tecnológicos.
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.
Competencia de aprender a aprender (CAA)	Potenciando las capacidades de planificación, organización, ejecución y regulación de la propia actividad física, permitiendo al alumnado diseñar así su propio plan de acción y la adecuación para alcanzar la meta prevista, así como a la evaluación de la misma. Además, la actividad física favorece la motivación y la confianza que son factores cruciales para la adquisición de esta competencia.
Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP)	Otorgando al alumnado funciones de responsabilidad en la planificación y desarrollo de actividades, facilitando el ejercer roles de liderazgo y el trabajo en equipo, así como la superación de retos a nivel personal.
Competencia en comunicación lingüística (CCL)	A través de la amplia variedad de situaciones comunicativas verbales y no verbales que ofrece la actividad física-deportiva.
Competencia conciencia y expresiones culturales (CEC)	A través del reconocimiento y valoración de las manifestaciones culturales e históricas de la motricidad humana y su consideración como patrimonio cultural de los pueblos y mediante la exploración y utilización de las posibilidades expresivas del cuerpo y el movimiento.
Competencia digital en el alumnado (CD)	Realización de tareas de acceso y gestión de la información en Internet en el ámbito de la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, entre otras.

- ❖ **Contribución en Bachillerato;** *la Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía, nos sugiere lo siguiente:*

<p>Competencia matemática y competencias básicas en ciencias y tecnología (CMCT)</p>	<p>Facilitando al alumnado la comprensión de los sistemas físicos, los sistemas biológicos, los sistemas de la tierra y del espacio y los sistemas tecnológicos, ofreciendo situaciones en las que el alumnado se familiarice con la investigación científica y la comunicación de la ciencia.</p>
<p>Competencias sociales y cívicas (CSC)</p>	<p>Fomenta el desarrollo de la autonomía, competencia y relación social. Las normas y reglas generales que se establecen para las clases y en concreto en los juegos y deportes, contribuyen a preparar al alumnado para la vida autónoma en sociedad.</p>
<p>Competencia de aprender a aprender (CAA) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIEP)</p>	<p>Se desarrollan desde esta materia otorgando funciones y responsabilidades al alumnado, de liderazgo, de trabajo en equipo e iniciativa personal en la regulación, planificación, organización y ejecución de la actividad física.</p>
<p>Competencia en comunicación lingüística (CCL)</p>	<p>Ofreciendo una amplia variedad de intercambios comunicativos verbales y de vocabulario específico, además de desarrollar otras dimensiones de la comunicación a través del lenguaje corporal, las expresiones artísticas y las interacciones que se producen.</p>
<p>Competencia conciencia y expresiones culturales (CEC)</p>	<p>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.</p>
<p>Competencia digital en el alumnado (CD)</p>	<p>Abordando aspectos como el acceso y la gestión de la información relacionados con la actividad física y deportiva, así como la creación y difusión de contenidos, especialmente importantes en esta etapa.</p>

4. CONTENIDOS.

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 constituyen el eje primordial de Educación Física y así se refleja en el currículo con la inclusión de un bloque de contenidos específico para esta temática. 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 como 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.

4.1. CONTENIDOS 1º ESO

Bloque 1. Salud y Calidad de Vida
Características de las actividades físicas saludables. La alimentación y la salud. Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de actividades físicas. Fomento y práctica de fundamentos de higiene postural. Técnicas básicas de respiración y relajación. La estructura de una sesión de actividad física. El calentamiento general, la fase final y su significado en la práctica de la actividad física. Fomento de actitudes y estilos de vida sanos y activos relacionados con el ocio y la vida cotidiana. Fomento del desplazamiento activo en la vida cotidiana. Las normas en las sesiones de Educación Física. Vestimenta, higiene, hidratación, etc., en la práctica de ejercicio físico. Uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación para consultar y elaborar documentos digitales propios (textos, presentación, imagen, vídeo, web, etc.)
Bloque 2. Condición Física y Motriz
Concepto y clasificación de las capacidades físicas básicas y motrices. Acondicionamiento físico general a través del desarrollo de las cualidades físicas relacionadas con la salud. Juegos para la mejora de las capacidades físicas básicas y motrices. Indicadores de la intensidad de esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. La frecuencia cardíaca y frecuencia respiratoria. Las habilidades motrices genéricas como tránsito a las específicas.
Bloque 3. Juegos y Deportes
Juegos predeportivos. Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. Desarrollo de las habilidades gimnásticas deportivas y artísticas. Equilibrios individuales, por parejas y por grupos, volteos, saltos, etc. Principios tácticos comunes de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y oposición-colaboración. Línea de pase, creación y ocupación de espacios, etc. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición. Objetivos del juego de ataque y defensa. Juegos alternativos, como por ejemplo: hockey escolar, ultimate, rugby escolar, etc. Juegos cooperativos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad como participantes en actividades físico-deportivas. Aceptación del propio nivel de ejecución y disposición a la mejora. Desarrollo de habilidades de trabajo en



equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Los juegos populares y tradicionales de Andalucía.

Bloque 4. Expresión Corporal

Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. Improvisaciones colectivas e individuales como medio de comunicación y expresión. Integración del ritmo como elemento fundamental del movimiento. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal. Juegos rítmicos, malabares, combas, etc.

Bloque 5. Actividades Físicas en el Medio Natural

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, como, por ejemplo, juegos de trepa, marcha, marcha nórdica, etc. Técnicas de progresión en entornos no estables. Senderismo, descripción, tipos de senderos, material, vestimenta necesaria, etc. Uso de forma responsable de espacios deportivos equipados, espacios urbanos y espacios naturales del entorno próximo. Instalaciones deportivas, parques, senderos, carriles-bici, etc. Respeto por el medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades físicas recreativas.

4.2. CONTENIDOS 2º ESO

Bloque 1. Salud y Calidad de Vida

Incorporación de actividades físicas saludables a la vida cotidiana. Características de las actividades físicas saludables. Actitud crítica hacia las prácticas físicas con efectos negativos para la salud. El descanso y la salud. Técnicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones tanto físicas como emocionales producidas en la vida cotidiana. Fomento y práctica de la higiene 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. Prácticas de los fundamentos de la higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. El calentamiento general y específico. Las lesiones y el riesgo potencial de la práctica de actividades físicas y artístico-expresivas. Toma de conciencia y análisis de los prejuicios y estereotipos asociados a la práctica de actividad físico-deportiva. La igualdad en el ámbito de la actividad físico-deportiva. 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.

Bloque 2. Condición Física y Motriz

Capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. Indicadores de la intensidad de esfuerzo. Factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. Efectos de la práctica de actividad física en la condición física y motriz. Actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física y motriz desde un enfoque saludable. Su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor y la mejora en las condiciones de salud. Control de la intensidad de esfuerzo. Práctica de procedimientos de evaluación de los factores de la condición física.



Bloque 3. Juegos y Deportes

Fundamentos técnicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas. Habilidades atléticas, carreras, saltos y lanzamientos. Fundamentos tácticos básicos y reglamentarios de las actividades físico-deportivas de colaboración, oposición y colaboración-oposición. Las fases del juego en los deportes colectivos. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. Estímulos que influyen en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración-oposición, para cumplir el objetivo de la acción. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. Situaciones reducidas de juego. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. 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.

Bloque 4. Expresión Corporal

Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. El mimo y el juego dramático. Control de la respiración y la relajación en las actividades expresivas. Los bailes y danzas como manifestación artístico-expresiva. Bailes tradicionales de Andalucía. Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la expresión de las demás personas.

Bloque 5. Actividades Físicas en el Medio Natural

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. 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. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo. Práctica de actividades físico-deportivas urbanas como por ejemplo: skate, parkour, patines, etc. El fomento de los desplazamientos activos tanto al centro como en la vida cotidiana. Sensibilización hacia las normas de seguridad en los desplazamientos a pie o en bicicleta en entornos urbanos y naturales.

4.3. CONTENIDOS 3º ESO

Bloque 1. Salud y Calidad de Vida

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. Reconocimiento de los efectos positivos de la actividad física sobre los aparatos y sistemas del cuerpo humano y los riesgos y contraindicaciones de la práctica física. La alimentación, la actividad física y la salud. Los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física. La recuperación tras el esfuerzo. Técnicas de recuperación. Ejecución de métodos y técnicas de relajación como medio para liberar tensiones. 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. Prácticas de los fundamentos de higiene postural en la realización de actividades físicas como medio de prevención de lesiones. Elaboración y puesta en práctica de calentamientos aplicados a una actividad física específica. 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. 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. Protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno. Norma P.A.S., soporte vital básico. 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.

Bloque 2. Condición Física y Motriz

Las capacidades físicas y motrices en las diferentes actividades físicas y artístico-expresivas. Indicadores de la intensidad del esfuerzo y factores que intervienen en el desarrollo de la condición física y motriz. Procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física y motriz. Pruebas para medir las capacidades físicas y las capacidades motrices. Práctica autónoma de métodos básicos para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices enfocados hacia la salud y la vida activa. La condición física y motriz y su relación con el momento de aprendizaje y desarrollo motor.

Bloque 3. Juegos y Deportes

Fundamentos técnicos-tácticos básicos y habilidades motrices específicas básicas de las actividades físico-deportivas individuales y colectivas seleccionadas. Deportes de raqueta como por ejemplo: bádminton, pádel, tenis de mesa, palas, etc. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos y predeportivos. Los golpeos. El interés y la motivación como medio para la mejora en la práctica de actividades físico-deportivas. La organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas. Puestos específicos. La oportunidad de las soluciones aportadas ante situaciones motrices planteadas y su aplicabilidad a otras situaciones similares. Situaciones reales de juego. Fomento de actitudes de tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador o espectadora. Análisis de situaciones del mundo deportivo real. Desarrollo de habilidades de trabajo en equipo y la cooperación desde el respeto por el nivel individual. Procedimientos básicos de evaluación de la propia ejecución con respecto a un modelo técnico-táctico. La actividad física y la corporalidad en el contexto social. Orígenes del deporte e historia de los Juegos Olímpicos. El deporte en Andalucía

Bloque 4. Expresión Corporal

Utilización de técnicas de expresión corporal de forma creativa combinando espacio, tiempo e intensidad. El cuerpo expresivo: la postura, el gesto y el movimiento como medio de expresión corporal. Aplicación de la conciencia corporal a las actividades expresivas. Juegos de expresión corporal: presentación, desinhibición, imitación, etc. Creación y puesta en práctica de secuencias de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. Improvisación individual y colectiva como medio de comunicación espontánea. Participación creativa en montajes artístico-expresivos y ajustada a la intencionalidad de estos. El baile y la danza como manifestación artístico-expresiva. Ejecución de bailes de práctica individual, por parejas o colectivos, como por ejemplo bailes de salón, danzas del mundo, bailes latinos, etc. Creación en colaboración y ejecución de composiciones coreográficas individuales y colectivas con apoyo de una estructura musical. Disposición favorable a la participación en las actividades de expresión corporal.



Bloque 5. Actividades Físicas en el Medio Natural

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. Técnicas de progresión en entornos no estables. Técnicas básicas de orientación. Elección de ruta, lectura continua, relocalización. Estudio de la oferta de actividades y aprovechamiento de las posibilidades que ofrece el entorno cercano para la realización de actividades físicas. Actividades y juegos en la naturaleza como por ejemplo de escalada, con cuerdas, cabuyería, etc. Fomento de medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable. Respeto al entorno como lugar común para la realización de actividades físicas, y la necesidad de conservarlo.

4.4. CONTENIDOS 4º ESO

Bloque 1. Salud y Calidad de Vida

Características y beneficios de las actividades físicas saludables para la salud individual y colectiva. La tonificación y la flexibilidad como compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. Actitud crítica con los hábitos de vida perjudiciales para la salud como por ejemplo el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas, trastornos de alimentación, etc. La alimentación y la hidratación para la realización de diferentes tipos de actividades físicas. La dieta mediterránea como base tradicional de la alimentación andaluza. Hábitos adecuados de actividad física, regular, sistemática y autónoma, con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. Implicaciones de la actividad física principal de la sesión sobre las fases de activación y de vuelta a la calma. Realización autónoma de calentamiento y la vuelta a la calma en una sesión teniendo en cuenta la dificultad o intensidad de tarea y la competencia motriz. Colaboración en la planificación de actividades grupales y coordinación con las acciones del resto de las personas implicadas. El valor cultural de la actividad física como medio para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con las demás personas. Las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. Protocolos de actuación ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físicas y en la vida cotidiana. Desarrollo de habilidades del trabajo en grupo: el intercambio de ideas a partir de la argumentación y el diálogo, valoración de las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo, etc. Informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. Las tecnologías de la información y la comunicación como medio de profundizar en contenidos del curso. Análisis crítico de la información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.

Bloque 2. Condición Física y Motriz

Sistemas para desarrollar las capacidades físicas y motrices orientados a la mejora de la salud. La condición física y la salud en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas. Las capacidades físicas y motrices en la realización de los diferentes tipos de actividad física.



Bloque 3. Juegos y Deportes

Habilidades específicas propias de situaciones motrices individuales y colectivas elegidas. Juegos populares y tradicionales. Juegos alternativos. La seguridad y el propio nivel de ejecución en las actividades físico-deportivas. Habilidades y estrategias específicas de las actividades de oposición, cooperación y colaboración-oposición, en función de distintos factores en cada caso: de las acciones del adversario o adversaria, de entre las propias del entorno, de los intereses del alumnado, de las intervenciones del resto de participantes, del intercambio de los diferentes papeles con continuidad, del objetivo, etc. La percepción y toma de decisiones 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. Habilidades y estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores. Las características de cada participante. Los factores presentes en el entorno. Organización y realización de eventos en los que se practiquen deportes y/o actividades físicas realizadas a lo largo de la etapa. Actuaciones e intervenciones de las personas participantes en las actividades físico-deportivas reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. Actitud crítica ante los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador o espectadora.

Bloque 4. Expresión Corporal

Creación y realización de composiciones de carácter artístico-expresivo que integren técnicas de expresión corporal. Creación y realización de montajes artístico-expresivos que combinen los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con las demás personas. Diseño y realización de los montajes artístico-expresivos como por ejemplo: acrosport, circo, musicales, etc.

Bloque 5. Actividades Físicas en el Medio Natural

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, como por ejemplo: escalada, vela, kayaks, etc. Técnicas de progresión o desplazamiento en entornos cambiantes en el entorno de Andalucía. La seguridad individual y colectiva en actividades físicas en entornos cambiantes. Propuestas creativas de utilización de espacios y materiales de manera autónoma y segura. Aprendizaje del manejo de equipos personales y técnicas de mantenimiento como por ejemplo la mecánica básica de la bicicleta como condiciones de una práctica segura. Uso de materiales reciclados en la práctica de actividades físicas en el medio natural. Fomento de los desplazamientos activos. Sensibilización de los efectos de las diferentes actividades físicas realizadas en el medio natural y su relación con la forma de vida, la salud y la calidad de vida. Fomento de hábitos y actitudes de conservación, cuidado, respeto y protección del medio natural y urbano.



4.5. CONTENIDOS 1º BACHILLERATO

Bloque 1. Salud y Calidad de Vida

Nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y la salud. Relación ingesta y gasto calórico. Análisis de la dieta personal. Dieta equilibrada. Fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud. Práctica regular de diferentes técnicas de respiración y relajación. Características de las actividades físicas saludables. Las actividades físicas como recurso de ocio activo y saludable. Formulación de objetivos en un programa de actividad física para la salud. Elaboración de diseños de prácticas de actividad física en función de las características e intereses personales del alumnado. La actividad física programada. Iniciativas para fomentar un estilo de vida activo y saludable teniendo en cuenta los intereses y expectativas del alumnado. Asociacionismo, práctica programada de actividad física, voluntariado, etc. Entidades deportivas y asociaciones andaluzas. Valoración de los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas las actividades físicas y sus posibilidades profesionales futuras. Identificación de los aspectos organizativos de las actividades físicas y los materiales y recursos necesarios. Las profesiones del deporte y oferta educativa en Andalucía. Concienciación de los efectos negativos que tienen algunas prácticas de actividad física para la salud individual o colectiva y fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas. El doping, el alcohol, el tabaco, etc. La responsabilidad y la gestión de riesgos asociados a las actividades físicas y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Identificación y uso de materiales y equipamientos para la actividad física y deportiva atendiendo a las especificaciones técnicas. Conocimiento y aplicación de las normas de uso y seguridad de los mismos. Fomento de la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias. Actividades de sensibilización hacia distintos tipos de discapacidad. Criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia. Fuentes de documentación fiable en el ámbito de la actividad física. Tratamiento de información del ámbito de la actividad física con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión. Aplicaciones para dispositivos móviles. Datos obtenidos de una ruta de BTT y/o senderismo (GPS, desnivel positivo, negativo, perfil, etc.), aplicaciones de control para el trabajo de las capacidades físicas y motrices, etc.

Bloque 2. Condición Física y Motriz

Los niveles de condición física dentro de los márgenes saludables. La responsabilidad de la puesta en práctica de un programa de actividades físicas personalizado. Las capacidades físicas y motrices considerando necesidades y motivaciones propias y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas en relación con la salud. Planes y programas de entrenamiento de la condición física y motriz en relación con la salud. El programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad, tipo de actividad y recuperación. Evaluación del nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física. Reorientación de los objetivos y/o las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado. Técnicas de activación y de recuperación en la actividad física. La fatiga y el cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades físicas que requieren altos niveles de atención o esfuerzo. Las capacidades motrices como base para el aprendizaje y mejora de las habilidades motrices específicas y especializadas.



Bloque 3. Juegos y Deportes

Habilidades específicas y/o especializadas de juegos y deportes individuales que respondan a los intereses del alumnado y al entorno del centro. Habilidades específicas y/o especializadas apropiadas a los condicionantes generados por los compañeros y compañeras, y los adversarios y adversarias en las situaciones colectivas. Situaciones motrices en un contexto competitivo. Acciones que conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Deportes de raqueta y/o de lucha. Actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición. Métodos tácticos colectivos y sistemas de juego básicos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo. Los sistemas de juego. Los sistemas de juego de los deportes de colaboración-oposición como sistemas inestables. Oportunidad y riesgo de las acciones propias en las actividades físico-deportivas. La seguridad y la prevención en actividades físico-deportivas. Estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptadas a las características de las personas participantes.

Bloque 4. Expresión Corporal

Realización de composiciones o montajes artísticos-expresivos individuales y colectivos, como por ejemplo: representaciones teatrales, musicales, actividades de circo, acrosport, etc. Realización de composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustados a una intencionalidad estética o expresiva. Acciones motrices orientadas al sentido del proyecto artístico-expresivo. Reconocimiento del valor expresivo y comunicativo de las manifestaciones artístico-expresivas propias de Andalucía.

Bloque 5. Actividades Físicas en el Medio Natural

Programación y 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, como por ejemplo ruta de BTT, raids de aventura, acampada, vela, kayaks, surf, etc. Desarrollo de técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios. Sensibilización y respeto hacia las normas de cuidado del entorno en el que se realizan las actividades físicas. Sensibilización y respeto hacia las normas básicas de uso de los espacios para prácticas de actividades físicas en el medio natural. Toma de conciencia y sensibilización del potencial de Andalucía como escenario para la práctica de actividades físicas en el medio natural.



5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Los criterios de evaluación son los indicadores que nos reflejan si el alumno o alumna ha desarrollado las capacidades previstas en los objetivos. Estos criterios de evaluación, que mostramos en este apartado para cada uno de los cursos, son extraídos de la *Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía* y de la *Orden de 15 de enero de 2021, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la etapa de Bachillerato en la Comunidad Autónoma de Andalucía*.

5.1. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º ESO

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.
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.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
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.
5. Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad físicas relacionándolas con las características de las mismas.
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 los demás y aceptando sus aportaciones.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas 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.
9. Controlar 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 preventivas y de seguridad en su desarrollo.
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, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.



5.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 2º ESO

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
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.
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.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.
6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.
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 los demás y aceptando sus aportaciones.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas 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.
- 9.
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.

5.3. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 3º ESO

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.
3. Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
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.
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 autoexigencia en su esfuerzo.



6. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.
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.
8. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas 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.
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.
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.

5.4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 4º ESO

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico-deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
2. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.
3. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.
4. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.
5. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.
6. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.
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 implicados.
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.
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.
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 seguridad de los participantes.



11. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.
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.

5.5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN 1º BACHILLERATO

1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.
2. Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.
3. Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración, o colaboración-oposición, en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.
4. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.
5. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.
6. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.
7. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.
8. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y a sí misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.
9. Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.



6. TRATAMIENTO, ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DE LOS ELEMENTOS CURRICULARES: CRITERIOS E INSTRUMENTOS DE CALIFICACIÓN, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE, COMPETENCIAS CLAVE, CONTENIDOS, OBJETIVOS Y TEMPORALIZACIÓN.

6.1. PRIMERO DE LA ESO – 1º ESO.

CRITERIO DE EVALUACIÓN 1			
Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas en condiciones adaptadas.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC,SIEP		1,7	12%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando reglas y normas establecidas (3%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA / FICHA PROFESOR	1ª y 2ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida
1.2. Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación (5%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA/ FICHA PROFESOR	1ª y 2ª EVALUACIÓN	Condición física y motriz Juegos y deportes
1.3. 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. (4%).	TRABAJOS PRÁCTICOS (ORIENTACIÓN)	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	Actividades físicas en el medio natural

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CCL,CAA,CSC,SIEP,CEC		6,7,11	10%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad (2%).	FICHA DE CONTROL. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	3ª EVALUACIÓN	Expresión corporal



2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado (3%).	FICHA DE CONTROL. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	3ª EVALUACIÓN	
2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros (2%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	3ª EVALUACIÓN	
2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea (3%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	3ª EVALUACIÓN	

CRITERIO DE EVALUACIÓN 3			
Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC,SIEP		7	12%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
3.1 Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes (12%).	FICHA DE CONTROL. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª y 2ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida Condición física y motriz Juegos y deportes

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA		1	8%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
4.1. Aplica de forma autónoma procedimientos para calcular la frecuencia cardíaca y la frecuencia respiratoria (2%)	OBS. SISTEMAT. PRUEBA ESCRITA	1ª y 2ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida
4.2. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de condición física (3%).	TRABAJO TEÓRICO	3ª EVALUACIÓN	Condición física y motriz Juegos y deportes
4.3. 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 (3%).	PRUEBA ESCRITA	1ª EVALUACIÓN	Actividades físicas en el medio natural



CRITERIO DE EVALUACIÓN 5			
Desarrolla las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA		2,3,4	25%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo (10%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. / TRABAJO PRÁCTICO CLASSROOM	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida
5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades (10%).	TESTS C.F	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	Condición física y motriz
5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones (3%).	TRABAJO CLASSROOM	1ª EVALUACIÓN	Juegos y deportes
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 (2%).	PRUEBA ESCRITA	3ª EVALUACIÓN	Actividades físicas en el medio natural

CRITERIO DE EVALUACIÓN 6			
Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC		4,5	8%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados (2%).	TRABAJO TEÓRICO	1ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida
6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual (3%).	TRABAJO TEÓRICO / OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	Condición física y motriz
6.3. Pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades (3%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. CUADERNO PROFESOR.	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	Juegos y deportes



CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CAA,CSC,SIEP		6,10,11	7%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. 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. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza (7%).	CUADERNO PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida Condición física y motriz Juegos y deportes Expresión corporal Actividades físicas en el medio natural

CRITERIO DE EVALUACIÓN 8			
Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC		9,1	3%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
8.1. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas 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 (3%).	TRABAJO TEÓRICO	3ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida Condición física y motriz Juegos y deportes Expresión corporal Actividades físicas en el medio natural



CRITERIO DE EVALUACIÓN 9			
Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físicas y artísticoexpresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CCL,CSC		1,3,8,10	8%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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 (3%).	PRUEBA ESCRITA	2ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida
9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno (3%).	PRUEBA ESCRITA.	2ª EVALUACIÓN	Condición física y motriz Juegos y deportes
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 (2%).	DIARIO DEL PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	Expresión corporal Actividades físicas en el medio natural

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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 y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CCL, CD, CAA		12	7%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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 (3%).	TRABAJOS TEÓRICOS	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	Salud y calidad de vida
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 (4%).	TRABAJO TEÓRICO Y EXPOSICIÓN ORAL	3ª EVALUACIÓN	



6.2. SEGUNDO DE LA ESO – 2º ESO

CRITERIO DE EVALUACIÓN 1			
Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos-tácticos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CSC, SIEP		1,7	12%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuesta, respetando las reglas y normas establecidas. (2,4%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA RÚBRICA	2ª EVALUACIÓN	4,5
1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnicoplanteado. (2,4%)	FICHA DE CONTROL	2ª EVALUACIÓN	4,5
1.3. Describe la forma realizar los movimientos implicados en el modelo técnico (2,4)	TRABAJO TEÓRICO	2ª EVALUACIÓN	4,5
1.4. Mejora su nivel en la ejecución técnica respecto a su nivel de práctica, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación. (2,4%)	TEST Y FICHA DE CONTROL	2ª EVALUACIÓN	4,5
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 (2,4)	OBS SIST RÚBRICA	3º EVALUACIÓN	4,5

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CCL,CAA,CSC,SIEP,CEC		6,7,11	10%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. (2,5%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. FICHA DE CONTROL	3ª EVALUACIÓN	2,4
2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. (2,5%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. FICHA DE CONTROL	3ª EVALUACIÓN	2,4



2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros. (2,5%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. FICHA DE CONTROL	3ª EVALUACIÓN	2,4
2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. (2,5%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. FICHA DE CONTROL	3ª EVALUACIÓN	2,4

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC,SIEP		7	10%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN		INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
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. (5%)		OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA RÚBRICA	1ª,2ª EVALUACIÓN
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 (2,5%)		OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA RÚBRICA	2ª EVALUACIÓN
			BLOQUE CONTENIDOS
			3
			3

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT,CAA		1	6%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN		INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
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 (3%)		RÚBRICA EXPOSICIÓN.	1ª EVALUACIÓN
			BLOQUE CONTENIDOS
			3,5



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. (3%)	RÚBRICA JUEGO	1ª EVALUACIÓN	3,5
4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física (3%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA TRABAJO CLASSROOM	1º, 2º Y 3º EVALUACIÓN	3,5

CRITERIO DE EVALUACIÓN 5			
Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT,CAA		2,3,4	20%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALI- ZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. (5%)	OBS.SIST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	2,5
5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. (5%)	OBS .SIST TEST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	2,5
5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. (5%)	OBS.SIST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	2,5
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. (5%)	OBS.SIST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	2,5



CRITERIO DE EVALUACIÓN 6			
Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, reconociéndolas con las características de las mismas.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCTCAA,CSC		4,5	6%
SUBCRITERIO DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. (3%)	OBS.SIST EXPOSICIÓN	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1,2
6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual. (3%)	OBS.SIST. EXPOSICIÓN	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1,2

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CAA, CSC,SIEP		6,10,11	6%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. (2%)	CUADERNO PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	4
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. (2%)	CUADERNO PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	4
7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. (2%)	CUADERNO PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	4



CRITERIO DE EVALUACIÓN 8			
Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno, facilitando conocer y utilizar espacios urbanos y naturales de entorno próximo para la práctica de actividades físico deportivas			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC		9,1	8%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas. (4%)	OBS.SIST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1
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. (4%)	TRABAJO TEÓRICO	2º Y 3º EVALUACIÓN	1

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CCL,CD,CAA		12	8%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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. (4%)	TRABAJOS	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1,4
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. (4%)	TRABAJOS	1º,2º y 3ª EVALUACIÓN	1,4



6.3. TERCERO DE LA ESO – 3º ESO.

CRITERIO DE EVALUACIÓN 1			
Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnico-tácticos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC,SIEP		1,7	12%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. (2,4%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA RÚBRICA	2ª EVALUACIÓN	4,5
1.2. Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado (2,4%).	FICHA DE CONTROL	2ª EVALUACIÓN	4,5
1.3. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico (2,4%).	TRABAJO ESCRITO	2ª EVALUACIÓN	4,5
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. (2,4%).	TEST Y FICHA DE CONTROL	2ª EVALUACIÓN	4,5
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. (2,4%).	OBS SIST RÚBRICA	3ºEVAL	4,5

CRITERIO DE EVALUACIÓN 2			
Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CCL,CAA,CSC,SIEP,CEC		6,7,11	10%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
2.1. Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad (2,5%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. RÚBRICA	3ª EVALUACIÓN	2,4
2.2. Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado (2,5%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. RÚBRICA	3ª EVALUACIÓN	2,4



2.3. Colabora en el diseño y la realización de bailes, danzas e improvisaciones adaptando su ejecución a la de sus compañeros (2,5%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. RÚBRICA	3ª EVALUACIÓN	2,4
2.4. Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. (2,5%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. RÚBRICA	3ª EVALUACIÓN	2,4

CRITERIO DE EVALUACIÓN 3			
Resolver con éxito situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC,SIEP		7	10%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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. (5%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA RÚBRICA	2º EVALUACIÓN	2
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. (5%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA RÚBRICA	2º EVALUACIÓN	2

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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 relacionándola con la salud.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA		1	6%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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. (3%)	FICHAS DE CLASE	1º EVALUACIÓN	4,5
4.5. Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física (3%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA TRABAJO CLASSROOM	1º, 2º Y 3º EVALUACIÓN	4,5
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. (3%)	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA RÚBRICA	1º EVALUACIÓN	4,5



CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA		2,3,4	20%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
5.1. Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo (6,6%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA. CUADERNO PROFESOR	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	2,5
5.2. Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades (6,6%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA TEST FÍSICOS	1º, 2º Y 3º EVALUACIÓN	2,5
5.3. Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones (6,6%).	OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA.	1ª EVALUACIÓN	2,5

CRITERIO DE EVALUACIÓN 6			
Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física relacionándolas con las características de las mismas.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC		4,5	6%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
6.1. Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados (3%).	OBS.SIST EXPOSICIÓN	1ª,2º y3º EVALUACIÓN	2
6.2. Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual (3%).	OBS.SIST. EXPOSICIÓN	1ª,2º y3º EVALUACIÓN	2



CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CAA,CSC,SIEP		6,10,11	6%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
7.1. Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.(2%)	CUADERNO PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	3
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.(2 %)	CUADERNO PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	3
7.3. Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.(2%)	CUADERNO PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	3

CRITERIO DE EVALUACIÓN 8			
Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CMCT,CAA,CSC		9,1	8%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
8.2. Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.(4%)	OBS.SIST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1,3
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.(4 %)	TRABAJO TEÓRICO	2º Y 3º EVALUACIÓN	1,3



CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CCL,CSC		10,1,3,8	14%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
9.2. Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno (7%).	PRUEBA ESCRITA	3ª EVALUACIÓN	1,3,4
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 (7%).	DIARIO DEL PROFESOR. OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1,3,4

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	% VALORACIÓN
CCL,CD,CAA, SIEP		12	8%
SUBCRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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 (4%).	TRABAJOS TEÓRICOS	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1
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 (4%).	TRABAJO TEÓRICO	1º, 2º y 3ª EVALUACIÓN	1



6.4. CUARTO DE LA ESO – 4º ESO

CRITERIO DE EVALUACIÓN 1			
Resolver situaciones motrices aplicando los fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CSC, SIEP		7	15%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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.	OBSERV.SIST. TEST	1ª EVALUACIÓN	4 y 5
1.2. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	OBSERV.SIST FICHA PROFESOR	3ª EVALUACIÓN	4 y 5
1.3. Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.	OBSERV.SIST. TEST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	4 y 5

CRITERIO DE EVALUACIÓN 2			
Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC		6	15%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
2.1. Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.	OBSERV.SIST RÚBRICA MONTAJE	3ª EVALUACIÓN	2 y 4
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.	OBSERV.SIST RÚBRICA MONTAJE	3ª EVALUACIÓN	2 y 4
2.3. Colabora en el diseño y la realización de los montajes artísticos expresivos, aportando y aceptando propuestas.	OBSERV.SIST RÚBRICA MONTAJE	3ª EVALUACIÓN	2 y 4



CRITERIO DE EVALUACIÓN 3			
Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CSC, SIEP		7	10%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
3.1. Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.	OBSERV.SIST TEST	2ª EVALUACIÓN	2
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.	OBSERV.SIST TEST	2ª EVALUACIÓN	2
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.	OBSERV.SIST TEST	2ª EVALUACIÓN	2
3.4. Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.	OBSERV.SIST TEST	2ª EVALUACION	2
3.5. Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.	OBSERV.SIST FICHA PROFESOR	2ª EVALUACIÓN	2
3.6. Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.	OBSERV.SIST FICHA PROFESOR	2ª EVALUACIÓN	2



CRITERIO DE EVALUACIÓN 4			
Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT, CAA		1,2,3,12	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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.	TRABAJO TEÓRICO	1ª EVALUACIÓN	1
4.2. Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.	OBSERV.SIST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1
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.	TRABAJOS TEÓRICOS OBSERV.SIST	1ª EVALUACIÓN	1
4.4. Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.	OBSERV.SIST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1

CRITERIO DE EVALUACIÓN 5			
Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT, CAA		2,3,4	15%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
5.1. Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.	TEST C.F.	1ª EVALUACIÓN	5
5.2. Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.	OBSERV.SIST TEST	1ª EVALUACIÓN	5
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 de sus posibilidades.	TRABAJO CLASSROOM	1ª, EVALUACIÓN	5



5.4. Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.	OBSERV.SIST TEST	1ª EVALUACIÓN	5
---	---------------------	------------------	---

CRITERIO DE EVALUACIÓN 6			
Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CSC		5	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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.	OBSERV.SIST	1ª, 2ª y 3ª. EVALUACIÓN	2
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.	OBSERV.SIST EXPOSICIÓN	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	2
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.	OBSERV.SIST EXPOSICIÓN	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	2

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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 implicados.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CAA, CSC, SIEP		4,6,11	3%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
7.1. Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.	CAMPEONATO. OBSERV.SIST	2ª y 3ª EVALUACIÓN	3
7.2. Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.	CAMPEONATO. OBSERV.SIST	2ª y 3ª EVALUACIÓN	3



7.3. Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.	CAMPEONATO. OBSERV.SIST	2ª y 3ª EVALUACIÓN	3
--	-------------------------	--------------------	---

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CAA, CSC		10, 12	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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.	OBSERV.SIST	3ª EVALUACIÓN	3
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.	OBSERV.SIST	2ª y 3ª EVALUACIÓN	3
8.3. Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como del de espectador.	OBSERV.SIST	2ª EVALUACIÓN	3

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CSC		9,12	10%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
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.	TRABAJO TEÓRICO	3ª EVALUACIÓN	5
9.2. Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.	TRABAJO TEÓRICO	3ª EVALUACIÓN	5



9.3. Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.	OBSERV.SIST	3ª EVALUACIÓN	5
---	-------------	---------------	---

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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 seguridad de los participantes.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CAA, CD, SIEP		3,8,2	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
10.1. Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.	OBSERV.SIST	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1
10.2. Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.	OBSERV.SIST	1ª,2ªy3ª EVALUACIÓN	1
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.	OBSERV.SIST	1ª,2ªy 3ª EVALUACIÓN	1

CRITERIO DE EVALUACIÓN 11			
Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CAA, CSC, SIEP, CEC		11	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
11.1. Fundamenta sus puntos de vista a aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a otros argumentos válidos.	OBSERV.SIST	2ª y 3ª EVALUACIÓN	3 y 4



11.2. Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.	OBSERV.SIST	2ª y 3ª EVALUACIÓN	3 y 4
--	-------------	-----------------------	-------

CRITERIO DE EVALUACIÓN 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.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE.		OBJ. MATERIA	VALORACIÓN
CCL, CAA, SEIP, CEC		12	7%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
12.1. Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.	TRABAJOS TEÓRICOS	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1
12.2. Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.	TRABAJOS TEÓRICOS	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1
12.3. Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.	TRABAJOS TEÓRICOS / EXPOSICIÓN	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1



6.5. PRIMERO BACHILLERATO – 1º BACH.

CRITERIO DE EVALUACIÓN 1			
Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas y/o especializadas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnico-tácticos desarrollados en la etapa anterior.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CSC Y SIE		1, 7	15%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.	Ficha técnica	3ª EVALUACIÓN	2
1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.	Observación sistemática	3ª EVALUACIÓN	2
1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.	Ficha técnica Observación sistemática	3ª EVALUACIÓN	2
1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.	Ficha técnica Observación sistemática	3ª EVALUACIÓN	2

CRITERIO DE EVALUACIÓN 2			
Crear y representar composiciones corporales individuales y colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CCL, CAA, CSC, SIEP, CEC		6, 7,11	15%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
2.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.	Observación sistemática	3ª EVALUACIÓN	4



2.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.	Hoja de registro	3ª EVALUACIÓN	4
2.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.	Hoja de registro	3ª EVALUACIÓN	4

CRITERIO DE EVALUACIÓN 3			
Solucionar de forma creativa y exitosa situaciones de oposición, colaboración o colaboración oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CSC, SIEP		7	20%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
3.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.	Observación directa	1ª y 2ª EVALUACIÓN	3
3.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno.	Observación directa	1ª y 2ª EVALUACIÓN	3
3.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.	Observación directa	1ª y 2ª EVALUACIÓN	3
3.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.	Observación directa	1ª y 2ª EVALUACIÓN	3
3.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.	Observación directa	1ª y 2ª EVALUACIÓN	3



CRITERIO DE EVALUACIÓN 4			
Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, SIEP		2,3,4	20%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
4.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.	Trabajo de investigación.	3ª EVALUACIÓN	1 y 4
4.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.	Observación directa Hoja de registro	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1 y 4
4.3. Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.	Observación directa Hoja de registro	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1 y 4
4.4. Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.	Test de condición física Hoja de registro	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1 y 4

CRITERIO DE EVALUACIÓN 5			
Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y motrices implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial, y evaluando las mejoras obtenidas.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CD, SIEP		2,3,4	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
5.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.	Observación directa Trabajo en soporte digital	1ª EVALUACIÓN	1



5.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.	Test de Condición Física	1ª 2ª 3ª EVALUACIÓN	1
---	--------------------------	---------------------	---

CRITERIO DE EVALUACIÓN 6			
Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la auto superación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, tolerancia, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CMCT, CSC, SIEP		6, 10, 11	10%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
6.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.	Trabajo en soporte digital	2ª EVALUACIÓN	1
6.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.	Observación sistemática	1º 2º 3ª EVALUACIÓN	1

CRITERIO DE EVALUACIÓN 7			
Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los materiales y equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físicas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CMCT, CAA, CSC		1, 9	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
7.1. Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.	Observación directa	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1



7.2. Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.	Observación directa	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1
7.3. Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.	Observación directa	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	1

CRITERIO DE EVALUACIÓN 8			
Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo y así misma, a las demás personas y al entorno en el marco de la actividad física.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CSC, SEIP		10,12	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
8.1. Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico deportivas.	Observación directa	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	5
8.2. Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.	Observación directa	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	5

CRITERIO DE EVALUACIÓN 9			
Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participando en entornos colaborativos con intereses comunes.			
RELACIÓN CON COMPETENCIAS CLAVE		OBJ. ÁREA	VALORACIÓN
CCL, CD, CAA		12	5%
ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE	INSTRUMENTO EVALUACIÓN	TEMPORALIZACIÓN	BLOQUE CONTENIDOS
9.1. Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.	Trabajo en soporte digital	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	5
9.2. Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.	Trabajo en soporte digital	1ª, 2ª y 3ª EVALUACIÓN	5



7. METODOLOGÍA.

Los estilos de enseñanza-aprendizaje y las estrategias metodológicas utilizadas generarán climas de aprendizaje que contribuyan óptimamente al desarrollo integral del alumnado y a la mejora de su calidad de vida.

Se utilizarán tanto técnicas de reproducción de modelos como de indagación, siempre tendiendo a estilos que fomenten la individualización, socialización, autonomía, confianza, creatividad y participación del alumnado. Se buscará desarrollar distintas habilidades y estilos cognitivos.

Educación Física debe contribuir a contrarrestar la influencia de los estereotipos de género u otros rasgos de exclusión social y contribuir a la consecución de una igualdad real y efectiva de oportunidades.

7.1. ASPECTOS GENERALES Y FUNDAMENTACIÓN DIDÁCTICA.

Dentro de este marco, conviene ofrecer una serie de pautas que guíen la actuación del docente en los procesos de enseñanza y favorezcan, paralelamente, los procesos de aprendizaje de los alumnos.

Las características propias del Área de Educación Física aconsejan un tratamiento global que debe buscar la integración del mayor número de aspectos posibles recogidos dentro de los diferentes núcleos de contenidos, relacionando conocimientos, procedimientos y actitudes.

Dicho tratamiento implica, en la práctica de educación física, el desarrollo de las capacidades motrices debe tratarse junto al de otras capacidades, potenciando para ello estructuras que favorezcan el trabajo conjunto del equipo docente.

El desarrollo de habilidades y destrezas ha de partir de aquellas consideradas como básicas y atender al logro de las habilidades específicas mediante la transferencia de aspectos cuantitativos que sitúen al alumno en disposición de poder realizar prácticas deportivas.

Las directrices que debemos de seguir en el proceso de enseñanza y aprendizaje son aquellas que favorecen el aprendizaje significativo. Para conseguirlo, nos apoyamos en una serie de principios psicopedagógicos y didácticos. Cada profesor en su aula puede enfocar su metodología de la manera que quiera, estando aconsejado seguir estos principios. Las orientaciones metodológicas que vienen a continuación no son las únicas que se van a tener en cuenta, pero sí las que siempre tendremos presentes a lo largo del curso:

- ✓ Partir de la situación del alumno/a.
- ✓ Atender a la diversidad.
- ✓ Facilitar la construcción de aprendizajes significativos.
- ✓ Primar la investigación como principio impregnador de la acción educativa.
- ✓ Crear situaciones de aprendizaje motivadoras.



El proceso de enseñanza-aprendizaje debe poseer un carácter sistematizado y adecuado a las diferencias y peculiaridades de los alumnos, detectadas mediante una **evaluación inicial**. El profesor debe planificar su intervención a partir de dicha situación, considerando que las diferencias individuales no han de suponer planteamientos discriminatorios.

El papel del profesor es básico para la eliminación de los estereotipos, potenciando la igualdad de roles y la participación en grupos mixtos. La diversificación se presenta como una solución tanto para el logro de una coherente coeducación, como para la integración, dentro del respeto de la individualidad, en un programa común.

Deberemos de tener presente en la configuración de su diseño, y por tanto en toda la planificación, la diversidad de actividades e informaciones que atiendan a las necesidades e intereses de cada uno de los alumnos, tratando de contemplarlas de forma individualizada en los criterios de evaluación establecidos.

Dado que el estudio del cuerpo y su movimiento no son competencia exclusiva de la Educación Física, es importante considerar las aportaciones fundamentales de las diversas áreas, correspondiendo al equipo docente su integración y ordenación.

7.2. ESTILOS, MÉTODOS DE ENSEÑANZA Y ESTRATEGIA EN LA PRÁCTICA

En nuestra especialidad, disponemos de estilos de enseñanza propios. A la hora de optar por uno u otro, nos basaremos en la clasificación de Delgado Noguera (1991).

Los **estilos de enseñanza** en consonancia con la filosofía del actual sistema educativo son aquellos que implican cognitivamente al alumnado (la resolución de problemas, el descubrimiento guiado, los estilos de enseñanza creativos y los socializadores). Siempre que se pueda, se emplearán estos estilos. La elección entre uno u otro depende también del estilo propio del profesor. Pero en caso de no poder ir en el mismo sentido que nuestro sistema educativo, por los motivos que sean (nivel de dificultad, de riesgo, etc.) no dudaremos en emplear otros estilos como los individualizadores, los participativos o los tradicionales.

Por lo tanto, la actuación del profesor respecto al proceso de enseñanza, su intervención didáctica, será variable según las características de los contenidos que se desarrollen, empleándose distintos estilos, técnicas de enseñanza y estrategias de práctica.

Los estilos de enseñanza a utilizar pueden ir desde los más tradicionales como la Modificación del Mando Directo (en sesiones donde se requieran un gran control del alumnado como en las sesiones de test de condición física o habilidades gimnásticas) y la Asignación de Tareas (donde el papel del profesor no es tan destacado y el alumno/a comienza a tomar decisiones), hasta estilos individualizadores, donde el alumnado adquiere un aprendizaje en el cual puede evaluar su ejecución y tomar decisiones durante un período largo. Se utilizarán, en la medida de lo posible estilos que fomenten la indagación, sobre todo con el alumnado del segundo ciclo dándole un mayor nivel de autonomía en las tareas a desarrollar.



En cuanto a la **técnica de enseñanza**, se utilizarán principalmente la Instrucción Directa en aquellas sesiones donde se precise un mayor control del alumnado, y la Indagación se llevará a cabo en sesiones donde se solicite la resolución de problemas, el descubrimiento, la creatividad... El profesor debe valorar de forma fundamental el proceso de aprendizaje, reflexionando constantemente sobre sus actuaciones y considerando el progreso del alumno/a en relación con el trabajo realizado y su evolución, y no únicamente en función de los resultados obtenidos.

Los **métodos aplicables** a la educación física son los siguientes:

- ✓ *Método expositivo dialogal.* El profesor dialoga con el alumnado, organizando sus conocimientos.
- ✓ *Método de intercomunicación.* Para realizar debates, puestas en común, etc.
- ✓ *Método de simulación.* Es especialmente interesante para desarrollar nociones básicas de primeros auxilios.

Como principios, consideramos que la metodología en el ámbito actitudinal ha de ser **activa, participativa y creativa**; activa, en cuanto a que se prioriza la producción ante la reproducción; participativa en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, tanto en actividades de organización como de realización o evaluación; creativa, en el sentido de aprovechar la originalidad de todos/as los/as alumnos/as.

Las **estrategias en la práctica** (analítica y global), se emplearán según el tipo de tarea y en función del objetivo planteado, y en sus diferentes formas:

- ✓ Analítica (pura, secuencial y progresiva).
- ✓ Global (pura, modificando la situación real y focalizando la atención).

7.3. ASPECTOS ORGANIZATIVOS: LA ORGANIZACIÓN EN EL AULA

Una buena organización en el aula permite desarrollar con mayores garantías de éxito todo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Implica un esfuerzo por colaborar y cooperar con todo el equipo educativo.

- ✓ **La organización del espacio.**

El espacio en el que actúa el profesor de educación física es muy variado: desde la propia aula hasta los espacios abiertos naturales o urbanos, pasando por las instalaciones deportivas o recreativas del centro. Respecto a este tema señalar que, debido al mal estado de las instalaciones deportivas con que contamos en el centro, nos vemos obligados a desarrollar parte de nuestros contenidos en el polideportivo municipal (frente al instituto) con el fin de poderlos llevar a la práctica al completo y ofrecer la educación de calidad y garantías que nuestros alumnos/as merecen.



Conviene tomar precauciones a fin de que los espacios de trabajo (así como los materiales utilizados) no supongan un peligro, potenciando al mismo tiempo hábitos que favorezcan su cuidado y mantenimiento.

El cuidado de las instalaciones y su uso, la manipulación correcta de materiales, la adecuación de diferentes ejercicios a las edades y niveles de los alumnos, el establecimiento de período alternativos de trabajo y descanso... son algunos factores que inciden en el aumento de la seguridad en la práctica de educación física.

✓ **La organización del tiempo.**

La organización del tiempo responde a varios criterios de los cuales son interesantes de destacar los siguientes:

- La **flexibilidad** horaria en función de los acontecimientos, de la metodología empleada en una determinada tarea, de las actividades, etc.
- La **regularidad** horaria en ciertos momentos para facilitar puntos de referencia evitando así que se sientan perdidos/as.
- Respeto de los **ritmos** personales de **aprendizaje** entendiéndolo como el criterio de flexibilidad, pero se destaca por su importancia en la tarea educativa.

El tiempo de actuación del alumno debe adecuarse a la tarea que se realiza y a su duración, intercalando periodos de trabajo y descanso proporcionados. Habrá que determinar períodos relacionados con el calentamiento, como elemento preparatorio y otros destinados a la relajación o vuelta a la calma. El ritmo dentro de la unidad de clase debe garantizar la utilización real del tiempo estableciendo progresiones en la actividad y mecanismos adecuados para ello.

✓ **El agrupamiento de los alumnos/a.**

Los agrupamientos del alumnado dependerán fundamentalmente de las características de las actividades. La variedad de éstos aporta mayor enriquecimiento a los alumnos y alumnas y rompe con la monotonía.

Los trabajos individuales fomentan la autonomía del alumnado y en muchas ocasiones la necesidad de superarse. Los trabajos en pequeños grupos favorecen el desarrollo de la desinhibición, de la colaboración y del respeto. Los trabajos en grandes grupos desarrollan en cada individuo nociones de responsabilidad para el buen funcionamiento de las tareas y de cooperación.

En educación física, la tendencia es mixta en la utilización de los distintos tipos de agrupamientos, pues cada aprendizaje es específico y requiere una organización específica.



7.4. MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS. TIC.

Los recursos materiales son de especial importancia en nuestra área/materia, pues son un vehículo para conseguir la consecución de contenidos, objetivos didácticos y competencias básicas. Son un valioso recurso didáctico. Permiten facilitar o dificultar las tareas y ayudan en la organización de las sesiones.

Debido a su repercusión e importancia, el profesor debe dominar la *clasificación de los materiales* para poder utilizarlos con propiedad:

- Los *materiales convencionales* (comercializados) o *no convencionales* son los que más manejamos: dentro de los convencionales, contamos con aros, pelotas de varios tipos, picas, cuerdas, espalderas, etc. puede pertenecer al centro o bien al alumnado. Los materiales no convencionales abarcan desde los de autoconstrucción (muy interesantes) hasta los tomados de la vida cotidiana y reciclado en su uso, como palos de escobas, pañuelos de tela, neumáticos gastados, etc.
- Los *impresos*: nos interesan los medios de comunicación escritos (revistas, artículos de prensa).
- Los *audiovisuales*: en ocasiones, podemos recurrir a estos recursos, empleándolos como demostración de modelos técnicos por ejemplo (vídeos, DVD, etc.).
- *LOS INFORMÁTICOS*: incorporación de las tecnologías de la información y la comunicación a la práctica docente del área de educación física.

✓ **Técnicas de la Información y la Comunicación (TIC).**

El papel del ordenador, como instrumento de ayuda para la adquisición de determinados conocimientos, se debe entre otras causas a la **motivación** que produce en el alumnado, y es de gran valor a la hora de desarrollar habilidades cognitivas y en menor medida también manipulativas; y además es un instrumento valioso para la visualización del propio proceso de enseñanza-aprendizaje y para la valoración y autoevaluación.

En **educación física** el valor de las **nuevas tecnologías** como recurso didáctico es relativo debido al mayor número de contenidos procedimentales que requieren de la actividad física para desarrollarlo. De cualquier forma, los contenidos conceptuales y actitudinales, también presentes en la asignatura, se pueden trabajar con estos recursos didácticos.

En este sentido usaremos, aprovechando las peculiaridades de nuestro centro, la página Web del mismo, pero sobretodo la plataforma **CLASSROOM** para colgar materiales relacionados con nuestra asignatura y cuya consulta sea de utilidad para el alumnado (apuntes sobre los contenidos desarrollados, ejercicios, reglamentos, etc.). Determinados contenidos se trabajarán directamente utilizando los ordenadores disponibles en las aulas.

A continuación, proponemos algunos de los contenidos de educación física que son especialmente susceptibles de ser trabajados con las nuevas tecnologías de la información y comunicación:



CONTENIDOS	ACTIVIDADES
Desarrollo de las capacidades físicas básicas.	Elaboración con los alumnos de una base de datos sobre ejercicios para el desarrollo de cada una de las capacidades físicas básicas. Ejercicios y actividades sobre los contenidos trabajados en clase.
Reglamentos. Juegos habituales del entorno. Ofertas de la gestión deportiva.	Búsqueda de las páginas Web de las diferentes federaciones deportivas y estudio de aspectos del reglamento desde estas páginas. Búsqueda por Internet de juegos habituales de su entorno. Búsqueda de actividades ofertadas por la gestión deportiva. Ejercicios y actividades sobre los temas trabajados.
Planificación de actividades físicas en el medio natural.	Seleccionar lugares adecuados para la práctica de diferentes AFMN. Conocer empresas, clubes y asociaciones que ofertan este tipo de actividades. Ejercicios y actividades sobre temas trabajados.

Además de estas actividades, cualquier presentación de contenidos conceptuales se podría llevar a cabo mediante presentaciones en PowerPoint. Y se podría hacer una base de datos con las marcas obtenidas por todos los alumnos en las pruebas de evaluación de las diferentes capacidades físicas básicas, de forma que se podrían tratar los resultados mediante programas como el Excel para ofrecer al alumnado una información más válida de su propia condición física partiendo de las medias y desviaciones típicas obtenidas.

✓ **Criterios para su selección.**

Los recursos que se emplean en el aula son cada día más numerosos. Por ello, debemos tener en cuenta una serie de criterios que nos servirán de guía para seleccionarlos:

- Según su carácter estático o dinámico.
- Sencillez de uso.
- Adaptabilidad del recurso al contexto, teniendo en cuenta sus características técnicas, sus posibilidades de atención a la diversidad y a los elementos del currículo.
- Debe existir coherencia entre el estilo de enseñanza, el tipo de recursos que estamos utilizando y la función que se les encomienda. Si se utilizan estilos de enseñanza tradicionales, los medios están estructurados y dirigidos a la consecución de conductas fácilmente medibles y contrastables; sin embargo, con los estilos basados en la indagación, los recursos han de permitir una relación polivalente con la realidad.
- Uso individual o colectivo.
- Evitar materiales que provoquen planteamientos discriminatorios.

Los materiales deben ser variados para aumentar la motivación, adaptables a todos y todas o a la gran mayoría para facilitar su uso comunitario.



Así, respecto a la utilización del material en las clases de educación física, cabe reseñar que deben emplearse materiales que posean un carácter multifuncional, carentes de peligrosidad, sin que por ello deban ser sofisticados: pelotas de diferentes tamaños, colores y texturas, aros picas, bancos suecos, combas plintos, cuerdas, espalderas... son elementos que favorecen notablemente la práctica de la educación física.

✓ **Normas para su uso.**

- Respetar el material, usándolo para aquellas funciones específicas para las cuales ha sido diseñado, contribuyendo tanto para su mantenimiento y conservación como para velar por la integridad física del alumnado.
- Participar activamente en su transporte, colocación, organización, recogida, almacenamiento, etc.
- Seguir unas normas de actuación-seguridad en el trabajo con materiales potencialmente peligrosos.

Desde nuestra asignatura se fomentará el cuidado y conservación del material e instalaciones. Se nombrarán alumnos/as responsables del material utilizado en una determinada sesión práctica que, junto con la colaboración de todos, velarán por la puesta y recogida del material usado en clase. Éste será un aspecto actitudinal muy valorado en clase y del que los alumnos/as tendrán conocimiento, intentaremos concienciarlos de la importancia de cuidar el material e instalaciones disponibles.

7.5. SISTEMAS DE PARTICIPACIÓN Y MOTIVACIÓN DEL ALUMNADO.

Nosotros como docentes y formadores debemos partir siempre de las motivaciones e intereses de nuestros alumnos/as, por tanto, debemos intentar descubrir cuáles son. Estas pueden aparecer al principio del curso o a lo largo del mismo.

El alumnado puede verse motivado por diversas razones: necesidad de nuevos conocimientos, mejorar su condición física, sentirse importante dentro del grupo, relacionarse con otros/as compañeros/as, porque hay contenidos que le divierten, o les son más atractivos...

Procuraremos satisfacer aquellos intereses detectados en el alumnado con el fin de motivarlos hacia nuestras clases y fomentar su participación activa en las mismas, dar la oportunidad de que todos puedan sentirse atraídos. Utilizaremos las primeras clases con cada curso para ver qué esperan de la asignatura, del profesor, que les gustaría trabajar..., un cuestionario inicial en el que manifiesten abiertamente que esperan de las clases de E.F.

No obstante, procuraremos analizar las intervenciones de los alumnos/as a lo largo del curso e ir comprobando el grado de motivación que demuestran, de este modo procuraremos:

- Crear las condiciones necesarias para satisfacer sus necesidades.
- Coordinar sus motivaciones con los contenidos para cada curso.
- Ver qué tipo de refuerzo debemos aplicar en cada momento.



Cada grupo y curso supone una situación única y diferente del resto ante la que debemos saber responder. De nosotros dependerá que el grupo permanezca motivado por lo que es fundamental nuestra capacidad de adaptación y flexibilidad con el fin de mantener la implicación de nuestros alumnos.

De forma resumida señalaremos algunas estrategias motivadoras que debemos tener presentes:

- Crear un clima favorable en las clases.
- Fomentar el interés y curiosidad de los alumnos/as.
- Usar recursos motivadores en el desarrollo de los contenidos conceptuales: utilizar los ordenadores del centro.
- Estimular la participación de los alumnos, teniendo en cuenta las características particulares de cada alumno/a, escuchando y valorando sus intervenciones, que sean protagonistas...
- Planteando prácticas y/o actividades atractivas para ellos, usando recursos novedosos, fomentando el trabajo en grupo...

7.6. PECULIARIDADES METODOLÓGICAS DE BACHILLERATO.

Existe en Bachillerato un aspecto identificativo que lo diferencia de la ESO: Educación Física en Bachillerato debe profundizar y avanzar en el logro de los objetivos con especial énfasis en el fomento de la autonomía, la responsabilidad, la eficiencia, la confianza y mejora de las habilidades en las relaciones sociales y la competencia del alumnado. Asimismo, se desarrollarán capacidades y se facilitarán conocimientos y recursos organizativos para ocupar el tiempo de ocio de una manera constructiva y transferible a la vida cotidiana.

La Educación Física, quizás más que otras materias, ha experimentado en un relativo corto espacio de tiempo, una gran transformación, con líneas de trabajo y enfoques de la asignatura muy diversos. Desde un carácter puramente funcional se pasaba a otro meramente estético sin criterios razonables. El planteamiento actual y las últimas tendencias científicas van orientadas hacia una Educación Física que sea capaz de satisfacer mediante el movimiento (no olvidemos que ese es nuestro campo) en todas sus manifestaciones, unas necesidades que nuestra sociedad nos demanda y que tienen sentido en la filosofía que envuelve el nuevo sistema educativo. Creemos que, de la intencionalidad educativa del movimiento como instrumento formativo, puede extraerse los enfoques de la Educación Física actual. Entre estos enfoques o intenciones destacan:

- Función de conocimiento. Toda vez que el movimiento constituye un instrumento cognitivo fundamental en la persona, para conocerse a sí mismo y explorar e integrar el entorno. A través de las percepciones que aporte el movimiento, el alumnado puede tomar conciencia de su cuerpo y del mundo que le rodea.
- Función anatómico-funcional. A través del movimiento del alumnado puede mejorar e incrementar la capacidad motriz en variadas situaciones y actividades.
- Función estética y expresiva. Movimiento y expresión corporal constituyen un todo. Cualquier actividad motriz es una manifestación expresiva de la persona (decisión, ejecuciones de gestos, creatividad, estilos, etc.)



- Función comunicativa y de Relación. A través del movimiento (cualquier actividad) la persona puede relacionarse con otras.
- Función Higiénica. El movimiento contribuye a la conservación y mejora de la salud y del estado físico, así como la prevención de determinadas enfermedades.
- Función Agonística. La persona puede competir y superar dificultades a través del movimiento corporal.
- Función Catártica y Hedonista. El ejercicio físico contribuye a liberar tensiones y a restablecer el equilibrio psíquico.
- Función de Compensación. El movimiento puede compensar las restricciones del medio y las actitudes sedentaria.

8. ATENCIÓN AL ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO.

8.1. ASPECTOS GENERALES.

La diversidad es un hecho inherente al desarrollo humano. Se debe a un conjunto de factores contextuales, (familiares, escolares y socio-económicos), y factores individuales, (motivaciones, capacidades, e intereses). Para abarcar todos los motivos por los que existe diversidad, podemos hablar de los aspectos psicológicos, culturales y biológicos.

La escuela debe responder procurando siempre que el aprendizaje sea significativo. La atención a la diversidad es un pilar básico en nuestro actual sistema educativo. Por eso debemos partir de la situación del alumno/a, preocupándonos de la significatividad psicológica y de la funcionalidad del aprendizaje. Cada individuo es un ser único e irrepetible.

Los fines y objetivos del currículo deben de orientarse a todos los alumnos/as; la realidad educativa se transforma; la finalidad es alcanzar las competencias y objetivos de etapa. Si para ello es necesario ajustar las condiciones de desarrollo del proceso enseñanza y aprendizaje, no se debe de dudar en efectuar los cambios adecuados, tanto en los aspectos organizativos como en los metodológicos y los curriculares.

A partir de aquí este Departamento realizará todas aquellas adaptaciones curriculares que sean susceptibles de llevar a cabo en alumnos/as no solo con problemas orgánicos o anatómico-funcionales, sino con todos aquellos problemas de psicomotricidad, coordinación, percepción, equilibrio, lateralidad, esquema corporal, etc.

Las adaptaciones curriculares supondrán la inclusión de las siguientes medidas de atención:

- Valoración inicial.
- Adaptación de objetivos.
- Selección y priorización de los objetivos.
- Utilización de metodologías y estrategias didácticas más centradas en el proceso y el alumnado.



- Propuesta de actividades diferenciadas.
- Empleo de materiales didácticos variados.

El departamento realizará las adaptaciones curriculares en cuanto a: metodología, objetivos, contenidos, criterios de evaluación, instalaciones y material. El profesor debe de ser consciente de la necesidad de ser flexible, pues en la evaluación inicial, seguramente descubra aspectos que se deben de modificar.

Los tipos de alumnos/as a los que nos referimos en este apartado pueden ser los extranjeros, los cuales suelen resolver este problema de comunicación progresivamente a lo largo del curso, los superdotados o los alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo. Pero no sólo debemos preocuparnos por las grandes diferencias, sino también las pequeñas: niveles de competencia, ritmos de aprendizaje, intereses y motivaciones etc.

8.2. LÍNEAS GENERALES DE ACTUACIÓN. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

- Ofrecer la información conceptual de manera progresiva, indicando cuáles son los aspectos fundamentales.
- Ofrecer las tareas de forma progresiva, de tal manera que cada alumno/a continuará trabajando según corresponda al nivel que vaya alcanzando.
- Asumir las diferencias en el grupo y proponiendo ejercicios de diversa dificultad en su ejecución (actividades de refuerzo y/o ampliación).
- Ofrecer tareas alternativas al alumno/a que, por razones justificadas, no pueda trabajar en la tarea planteada a la clase.
- Facilitar la evaluación individualizada, en la que se fijan las metas que el alumno/a Ha de alcanzar a partir de criterios derivados de su propia situación inicial, o sea, aplicando una evaluación criterial.
- Adecuar las estrategias de enseñanza-aprendizaje promoviendo la ayuda dentro del grupo-clase, focalizar la atención y ofrecer una gama amplia de actividades para permitir que cada uno se sitúe en su zona de desarrollo próximo.
- Proponer agrupamientos heterogéneos y homogéneos, así como fomentar el buen clima en clase.
- Emplear materiales que todos/as puedan manejar. Los espacios y tiempos destinados al apoyo específico se tendrán en cuenta en la planificación del curso.
- En educación física, al ser un área predominantemente procedimental, el tipo de medida de apoyo más interesante es el apoyo simultáneo e individual. Si es necesario, se emprenderán proceso de Adaptación Curricular o de Diversificación Curricular, con la participación del profesor-tutor, del Departamento de Orientación de la inspección educativa y de las familias.
- Las actividades de **ampliación** (para atender a alumnos/as que muestran dominio de los contenidos trabajados) y **de refuerzo** se realizarán de la siguiente manera:



ACTIVIDADES DE REFUERZO	ACTIVIDADES DE AMPLIACIÓN
<p>Aumento progresivo de la dificultad (más estaciones, por ejemplo).</p> <p>Mayor número de orientaciones (más pistas en el proceso heurístico).</p> <p>Recursos más asequibles (balones más ligeros, por ejemplo).</p>	<p>Aumento del nivel de dificultad (más peso, más estímulos).</p> <p>Incremento de su autonomía y del grado de responsabilidad (ayuda a los compañeros, por ejemplo).</p>

8.3. ALUMNOS/AS EXENTOS/AS.

La exención de un alumno/a deberá estar debidamente justificada (Certificado Médico Oficial). Para compensar y aprovechar el tiempo lectivo al alumno/a exento se le asignará otro tipo de tareas: ejercicios sobre tema trabajados en clase o de interés para la asignatura, elaboración de sesiones sobre el contenido desarrollado, trabajos sobre el problema o enfermedad que le impide realizar las prácticas, participar en las labores relacionadas con el proceso de enseñanza (organizar actividades, cronometrar tiempos, encargarse del material, etc.)... además, por supuesto, de la realización de otros trabajos y/o exámenes teóricos comunes para el resto de compañeros de su curso.

Con respecto a las exenciones totales de la parte práctica de la asignatura, siguiendo directrices de la Consejería de Educación, han de realizarse en Certificado Médico Oficial, especificando su incapacidad y los ejercicios que no son aconsejables que realice, al igual que los que sí benefician y mejoran su incapacidad, debiendo incluir los datos sobre la duración y evolución de la misma. Serán presentadas, junto con una solicitud, en la secretaría del centro en el momento de formalizar la matrícula o una semana después de producirse la enfermedad o deficiencia, si ésta se ha originado a lo largo del curso. El director del centro requerirá el correspondiente estudio e informe del Departamento, y resolverá la exención o, en su caso, adaptación curricular correspondiente.

En cualquier caso, dado que la exención solo afecta a la parte práctica, el alumnado afectado deberá tener su correspondiente calificación en las Actas de Evaluación, sin que exista la posibilidad de reflejar en las mismas el término “exento”, para lo cual deberán superar de forma positiva la parte teóricas de la asignatura, así como complementar mediante trabajos teóricos y colaboraciones en clase su no participación en la parte práctica. Todos los alumnos/as tienen la obligación de asistir a clase con sus compañeros/as.

Alumnado exento, que no pueden realizar la parte práctica durante un largo periodo de tiempo o que presenta dificultades físicas o de motricidad: En función de cada situación particular se podrá reajustar la programación y los criterios de calificación que se debiera alcanzar en cada caso, con la posibilidad de variar la puntuación asignada a cada uno de ellos, y de incluso eliminar algunos estándares o reformularlos para de que el alumnado pueda alcanzarlos.



8.4. ALUMNOS/AS EXTRANJEROS/AS.

Para los alumnos/as que tengan dificultad de integración por el lenguaje, desde el Área de Educación Física, para facilitar la comunicación y comprensión, utilizaremos una técnica basada en la enseñanza mediante el modelo (en nuestras clases prácticas).

Por otro lado, con el tema transversal de interculturalidad se facilitará la integración de estos alumnos/as. Pueden incluso tener un protagonismo especial en unidades didácticas como por ejemplo la de juegos y deportes populares, donde el alumnado podría realizar propuestas de sus países de origen.

El trabajo en clase con estos alumnos/as no varía notablemente a nivel procedimental y actitudinal, pero sí que nos encontramos mayores problemas a nivel conceptual. A la hora de desarrollar estos contenidos realizaremos un seguimiento mucho más individualizado con ellos, con material de más fácil comprensión (actividades de refuerzo) ... con el fin de que con él se alcancen los criterios más teóricos o conceptuales planteados para su curso y nivel. Del mismo modo, a la hora de realizar exámenes y/o pruebas escritas optaremos por la elaboración de exámenes adaptados en los que se pregunten las mismas cosas, pero formuladas de otra manera mucho más sencilla que favorezca su comprensión. De este modo el sistema de porcentajes establecidos para la calificación de su trabajo será exactamente el mismo que el del resto del alumnado.

No obstante, en el caso de encontrarnos con alumnos/as con un nivel curricular muy bajo y/o escaso dominio de nuestra lengua, optaríamos por tratamiento diferente al antes mencionado. En esta ocasión realizaríamos una variación en la calificación asignada a aquellos criterios de evaluaciones más “teóricas”, buscando conseguir la adquisición de esos criterios a través de otro instrumento de evaluación.

8.5. ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO.

La atención ante este grupo de alumnos/as de bajo nivel curricular no tiene gran incidencia en nuestra área y pasa por la adopción y aplicación de actividades de refuerzo a aquellos que las necesiten, mediante las cuales adaptemos los contenidos a trabajar a sus necesidades particulares. Se trata, normalmente, de alumnos/as que no presentan problema para desarrollar nuestros contenidos y actividades y alcanzar los criterios planteados.

No obstante, se trabajará en cada caso concreto, para ello utilizaremos un Programa de Refuerzo de Aprendizaje que se detalla en el siguiente apartado.

9. PROGRAMAS DE REFUERZO DEL APRENDIZAJE.

De acuerdo con la Orden de 15 de enero de 2021, el Departamento de Educación Física del I.E.S. Alarifes Ruiz Florindo propone los siguiente Programas de Refuerzo del Aprendizaje para el/la alumno/a **con necesidades educativas, repetidor/a o con la materia pendiente**, con el objetivo de facilitarle la tarea de superar la asignatura de Educación Física.



9.1. ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO.

ALUMNO/A		GRUPO	
MATERIA			
PROFESOR/A			

MEDIDAS GENERALES DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD QUE YA RECIBE:
<ul style="list-style-type: none"> <input type="radio"/> Refuerzo lengua, matemáticas, inglés. <input type="radio"/> Optativa: <input type="radio"/> Repetición de curso <input type="radio"/> PMAR <input type="radio"/> FPB <input type="radio"/> Otras (especificar cuál):

ORGANIZACIÓN DE LOS ESPACIOS, TIEMPOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS	
Tipos de agrupamiento	
Proporcionar al alumno/a un sistema de tutoría por parte de otro alumno/a que le ayude en los temas más importantes.	
Adaptación de los tipos de agrupamiento. <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Trabajo individual. <input type="checkbox"/> Trabajo en gran grupo. <input type="checkbox"/> Trabajo en pareja. <input type="checkbox"/> Trabajo en pequeño grupo. 	
Adaptaciones del tiempo	
Tener flexibilidad en el tiempo/descansos de trabajo	
Dar más tiempo para la realización de tareas	
Disposición del alumno/a dentro del aula	
Sentar al alumno cerca del profesor y/o alumno/a ayudante	
Adaptaciones de recursos y materiales didácticos	
Utilizar y revisar diariamente la agenda escolar	
Permitir el uso del ordenador	
Permitir el uso de apoyos materiales: calculadora, ábacos, tablas de multiplicar, etc.	
Adaptación/cambio de material didáctico	
METODOLOGÍA	
Utilizar el refuerzo positivo	
Evitar la corrección sistemática de los errores.	
Darle atención individualizada siempre que sea posible	
Asegurar que el alumno ha entendido las instrucciones de la tarea	
Tener en cuenta que llevará más tiempo hacer las tareas para casa que a los demás alumnos de la clase.	
Procurarle un trabajo más ligero y más breve.	



Proporcionar esquemas, mapas conceptuales, etc.	
Se programarán actividades que permitan distintas formas de respuesta: escritas, orales u otras.	
Utilización y revisión diaria de la agenda escolar. Asignarle un compañero/a con el que puedan comparar la agenda.	
PROCEDIMIENTOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
Se permitirá al alumno realizar/completar el examen de forma oral.	
Reducir la cantidad de preguntas o ejercicios	
Usar, en lugar de preguntas que exigen redactar frases largas o pequeños textos, preguntas con respuestas de verdadero/falso, completar frases con una o dos palabras, respuestas de clasificar palabras, de relacionar palabras o conceptos con flechas, etc.	
Utilizar frases cortas y claras. Las preguntas deberán ser breves y cerradas.	
Elaborar exámenes adaptados a su situación.	
Leerle las preguntas del examen.	
Examen con material complementario: Esquemas, Reglas de ortografía, Apoyos visuales, Ábacos, Tablas de multiplicar, Calculadora	
Apoyar con imágenes y gráficas el material escrito.	
Valorar el contenido de las respuestas y no la ortografía o la composición del texto.	
Supervisar el examen durante su realización	
Exámenes más frecuentes, pero más cortos.	
Dividir el examen en dos sesiones y/o dedicarle más tiempo al examen.	
Realizar los exámenes con el profesor/a de apoyo en un aula más tranquila, y tener una persona cercana para dudas.	
Revisar el examen posteriormente con el alumno/a para analizar los errores y ayudarle a buscar las alternativas adecuadas para la próxima ocasión.	

COMENTARIOS A LOS RESULTADOS DE LAS DIFERENTES EVALUACIONES
EVALUACIÓN INICIAL
FECHA:



1º EVALUACIÓN FECHA:	2ª EVALUACIÓN FECHA:	EVALUACIÓN ORDINARIA FECHA:
OBSERVACIONES:		

9.2. ALUMNADO REPETIDOR.

Al alumnado repetidor, aunque hubiera superado la materia, se le realizará un seguimiento continuo. Las calificaciones obtenidas en el curso anterior servirán de punto de partida en la búsqueda de un mejor y mayor rendimiento. Para ello se intentará que adquiera mejores calificaciones en los criterios de evaluación no adquiridos, en los que presentaba carencias o mayores dificultades. También en aquellos con buena calificación, pero susceptibles de mejora o incluso en mantener la excelencia en los que obtuvo puntuaciones máximas intentando ampliar conocimientos en los mismos si fuese posible.

ALUMNO/A	GRUPO
MATERIA	
PROFESOR/A	

INFORMACIÓN SOBRE SU EVOLUCIÓN EL CURSO ANTERIOR (Nota del curso anterior)	
POSIBLES CAUSAS DE LA REPETICIÓN	
ESTRATEGIAS DE MEJORA	



✓	ACCIÓN	HORAS / SEMANA	RESPONSABLE	SEGUIMIENTO
	1. Asiste con aprovechamiento al PROA (Programa de Refuerzo, Orientación y Apoyo)		Profesorado tanto de la materia como del PROA	Información mensual del profesorado del PROA al profesorado de Educación Física y trimestral a la familia
	2. Plan de Mejora del Aprendizaje y el Rendimiento (PMAR)		Profesorado de Educación Física	
	3. Medidas de Atención Educativa Ordinaria a Nivel de Aula (Ver por detrás)		Profesorado de Educación Física	
	4. Fichas / actividades de Refuerzo / Cuaderno de clase		Profesorado de Educación Física	Control, evaluación e información mensual individualizada al alumnado
	5. Seguimiento individualizado del trabajo en el nivel que cursa.			
	6. Entrevista con el alumno/a		Profesorado de Educación Física	
	7. Entrevista con la familia		Profesorado de Educación Física	
	8. Otros			

Medidas de Atención Educativa Ordinaria a Nivel de Aula

Tipos de agrupamiento

- Trabajo en pequeño grupo (Refuerzos, PMAR o desdoble)

Contenidos

- Priorizar contenidos.

Metodología

- Utilizar el refuerzo positivo.
- Evitar la corrección sistemática de los errores.
- Darle atención individualizada siempre que sea posible.
- Asegurarse de que el alumno ha entendido las instrucciones de la tarea.
- Programar actividades que permitan distintas formas de respuesta: escritas, orales u otras.



Procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación

- Focalizar las preguntas del examen en conceptos “claves”. Resaltar las palabras clave.
- Usar, en lugar de preguntas que exigen redactar frases largas o pequeños textos, preguntas con respuestas de verdadero/falso, completar frases con una o dos palabras, respuestas de clasificar palabras, de relacionar palabras o conceptos con flechas, etc.
- Elaborar exámenes adaptados a su situación.
- Apoyar el material escrito con imágenes y gráficas.
- Permitirle más tiempo para realizar el examen, cuando lo necesite.

COMENTARIOS A LOS RESULTADOS DE LAS DIFERENTES EVALUACIONES
EVALUACIÓN INICIAL FECHA:

1º EVALUACIÓN FECHA:	2ª EVALUACIÓN FECHA:	EVALUACIÓN ORDINARIA FECHA:
OBSERVACIONES:		



9.3.ALUMNADO CON LA MATERIA PENDIENTE.

ALUMNO/A		GRUPO	
MATERIA			
PROFESOR/A			

CRITERIOS/CONTENIDOS SUPERADOS EL CURSO ANTERIOR	
INFORMACIÓN SOBRE SU EVOLUCIÓN EL CURSO ANTERIOR	
ESTRATEGIAS DE MEJORA	

✓	ACCIÓN	HORAS / SEMANA	RESPONSABLE	SEGUIMIENTO
	1. Asiste con aprovechamiento al PROA (Programa de Refuerzo, Orientación y Apoyo)		Profesorado tanto de la materia como del PROA	Información mensual del profesorado del PROA al profesorado de Educación Física y trimestral a la familia
	2. Plan de Mejora del Aprendizaje y el Rendimiento (PMAR)		Profesorado de Educación Física	
	3. Medidas de Atención Educativa Ordinaria a Nivel de Aula (Ver por detrás)		Profesorado de Educación Física	
	4. Fichas / actividades de Refuerzo		Profesorado de Educación Física	Control, evaluación e información mensual individualizada al alumnado
	5. Entrevista con el alumno/a		Profesorado de Educación Física	
	6. Entrevista con la familia		Profesorado de Educación Física	
	7. Otros			



Medidas de Atención Educativa Ordinaria a Nivel de Aula

Contenidos

- Priorizar contenidos.

Metodología

- Utilizar el refuerzo positivo.
- Evitar la corrección sistemática de los errores.
- Darle atención individualizada siempre que sea posible.
- Asegurarse de que el alumno ha entendido las instrucciones de la tarea.
- Programar actividades que permitan distintas formas de respuesta: escritas, orales u otras.

Procedimientos, técnicas e instrumentos de evaluación

- Focalizar las preguntas del examen en conceptos “claves”. Resaltar las palabras clave.
- Usar, en lugar de preguntas que exigen redactar frases largas o pequeños textos, preguntas con respuestas de verdadero/falso, completar frases con una o dos palabras, respuestas de clasificar palabras, de relacionar palabras o conceptos con flechas, etc.
- Elaborar exámenes adaptados a su situación.
- Apoyar el material escrito con imágenes y gráficas.
- Permitirle más tiempo para realizar el examen, cuando lo necesite.

COMENTARIOS A LOS RESULTADOS DE LAS DIFERENTES EVALUACIONES		
EVALUACIÓN INICIAL		
FECHA:		

1º EVALUACIÓN	2ª EVALUACIÓN	EVALUACIÓN ORDINARIA
FECHA:	FECHA:	FECHA:
OBSERVACIONES:		



10. ACTIVIDADES GENERALES, COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Las actividades representan el aspecto más concreto dentro del currículo para el profesor. Permiten alcanzar los objetivos didácticos y por lo tanto los de área, de etapa y el dominio de las competencias básicas. Por eso es fundamental reflexionar sobre la esencia de cada una de las que seleccionamos en nuestras sesiones. Se dirigen a todos los alumnos/as por lo que deben facilitar la atención a la diversidad, en cuanto a intereses, motivaciones y capacidades.

Deberá proponerse una variada gama de actividades que puedan practicarse, favoreciéndose así transferencias válidas a posteriores etapas educativas y diferentes momentos de ocio y recreación.

Antes y después de la actividad física deberán favorecerse hábitos como el aseo corporal, cambio de vestuario, calentamiento, prevención ante la fatiga, relajación, etc. En todo momento habrá de garantizarse la seguridad del alumnado, valorando periódicamente su estado físico con objeto de evitar riesgos y acondicionando las actividades propuestas el desarrollo normalizado de cada alumno, sin forzarlo.

Las actividades propuestas deben poseer diferentes niveles de solución y posibilidad de adaptaciones. Así mismo, deben adecuarse a las diferentes situaciones climáticas y la selección, duración e intensidad de las mismas.

También habrá que diferenciar entre trabajo individual, es decir, la misma tarea para todos realizada de forma individual y el trabajo individualizado, adaptado a cada alumno y preparado para él. Las adaptaciones curriculares tienen aquí su máxima expresión, para dar respuesta adecuada a todos, en función de sus características e intereses. En cualquier caso, esta necesaria adaptación no debe implicar una distinta asignación de tareas a los alumnos/as en función de sus supuestas diferencias en relación con la potencia física y la resistencia ante al esfuerzo.

Los intereses de los alumnos/as van definiéndose a lo largo de la etapa, por lo que es aconsejable diferenciar entre actividades comunes y actividades diversificadas, que atienden a los diferentes intereses y aptitudes. Las actividades comunes incluirán aspectos de salud física y hábitos de ejercicio físico y de práctica deportiva, como medios de inserción social y empleo creativo del ocio. Las actividades diversificadas estarán enfocadas a cubrir los intereses de especialización de los alumnos en determinadas habilidades y actividades deportivas.

10.1. ACTIVIDADES DE EXPLORACIÓN INICIAL.

Mediante una evaluación inicial, trataremos de conocer el grado de desarrollo del alumnado y los conocimientos previos que tienen adquiridos. El análisis de los resultados de la misma, nos permitirá establecer las distancias entre la situación del alumnado y los nuevos aprendizajes y poder adaptarnos a la realidad diagnóstica a la hora de planificar el proceso de enseñanza.

La evaluación inicial se realizará en las primeras sesiones del curso. En la primera nos presentaremos como docentes y se mostrará de forma detallada y clarificadora la asignatura: contenidos, objetivos, forma y normas de trabajo en las clases, sistemas de evaluación y calificación que emplearemos, Unidades Didácticas a trabajar, etc. (deben dejarse muy claras desde el primer momento las normas de clase).



Se entregará una ficha personal a cada alumno/a para recoger información acerca de sus datos personales, motivaciones, trabajo realizado en años anteriores y se rellenará una ficha con datos médicos, posibles patologías o enfermedades.

Se entregará también una ficha en la que se pedirá autorización a los padres o tutores de nuestros alumnos/as para realizar determinadas clases prácticas en las instalaciones polideportivas municipales (frente al instituto). Señalar que las relaciones entre el centro y el Ayuntamiento, respecto a este tema, son inmejorables.

Además, pasaremos un cuestionario donde se plantearán preguntas para detectar los conocimientos teóricos iniciales, así como el nivel inicial respecto a ciertos contenidos que pretendemos trabajar a lo largo del curso.

También podremos determinar la capacidad motriz y/o procedimental previa que presenta el alumnado mediante pruebas, juegos y/o ejercicios físicos con los que detectar su nivel de partida y así poder valorar la adecuación del currículo que nos habíamos planteado

10.2. LAS ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA.

En su práctica docente, cada profesor plantea las actividades y tareas de clase según juzgue interesante. El tipo de actividades del profesor depende del tipo de interacción que busca con los alumnos/as en determinados momentos.

ACTIVIDADES DEL PROFESOR	ACTIVIDADES DEL ALUMNADO
Exposición: cuando presenta de forma verbal, instrumental o audiovisual la información.	Asimilación
Demostración: si se ejecuta una tarea o habilidad delante del alumnado para que la reproduzcan	Ejecución
Orientación: cuando se dan pistas, instrucciones que les guían hacia la respuesta correcta.	Ejecución
Retroalimentación: cuando señalamos aciertos y errores, indicando como subsanarlos u obtener mejores resultados.	Ejecución
Planteamiento: si el profesor plantea una situación-guión problema para que los alumnos/as busquen la información necesaria y lleguen a una conclusión.	Indagación

Otras actividades realizadas por el profesor son: introducción, asesoramiento, evaluación y comentario.



10.3. LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE.

Las actividades de aprendizaje son, como indica su nombre, propias del aprendizaje que se desarrolla. Aunque cada una es específica, se pueden clasificar en grandes grupos de actividades. En educación física, nos interesan particularmente las siguientes:

- De introducción (torbellino de ideas, interrogantes previos, conflictos cognitivos o textos motivadores).
- De conocimiento (pruebas de reconocimiento V-F, preguntas orales).
- De comprensión (debates, dramatizaciones).
- De elaboración y aplicación (resolución de situaciones-problemas, uso de técnica, anticipación de soluciones).
- De refuerzo y de ampliación (para alumnos con características educativas específicas).
- De evaluación (pruebas específicas).

10.4. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

Las actividades extraescolares en el área de Educación Física tienen una importancia capital por dos motivos diferentes. En primer lugar, porque uno de los núcleos temáticos es el de Actividades en el Medio Natural, lo cual requiere necesariamente salir del centro para poner en práctica estos contenidos. Y, en segundo lugar, porque debido a la escasez de tiempo que tiene el área (incrementada en este centro por los traslados continuos al polideportivo), es fundamental el fomento de las actividades extraescolares para que este tiempo aumente. No hay que olvidar que una de las máximas aspiraciones del área es la de dotar al alumnado de un hábito para la práctica de actividad física y el deporte de una forma saludable, y esto, no se puede realizar sólo en el horario lectivo.

Consideramos muy interesantes estas actividades en nuestra área por lo que se hará especial hincapié en la propuesta y selección de una variada gama de actividades con las que complementar los contenidos desarrollados en las clases ordinales.

Como actividades complementarias y extraescolares podemos mencionar las siguientes: realización de campeonatos y ligas internas de diferentes deportes, actividades acuáticas en piscinas climatizadas, visionado de películas sobre la materia o charlas sobre diversos temas de interés (primeros auxilios, drogas, hábitos alimenticios...), salidas al medio natural (acercamiento a la nieve, a la montaña para realizar actividades en la naturaleza...), rutas en bicicleta por el entorno próximo, carreras de orientación, gymkhanas...

Podrán incluirse además todas aquellas actividades puntuales que este Departamento crea convenientes, en función de las necesidades y posibilidades del Centro, previo consentimiento y aprobación del Consejo Escolar.

También cabe la posibilidad de asistir a todos aquellos acontecimientos deportivos, que por su interés crea necesario el Departamento de E.F. y que se determinará en su momento.



Al inicio de cada curso académico se trasladará al jefe/a del departamento de actividades extraescolares y complementarias la propuesta de actividades seleccionadas.

Para el presente curso académico 2020-2021, el Departamento de Educación Física propone las siguientes Actividades extraescolares y complementarias, teniendo en cuenta que algunas de ellas no tenemos certeza de poder realizarlas debido a la situación de excepcionalidad que atraviesa el país con la crisis sanitaria del Coronavirus. Aun así, queremos dejarlas reflejadas en la programación por si la situación cambia y pudiesen llevarse a cabo. Actualmente, la mayor dificultad la encontramos en la imposibilidad de utilizar el autobús y poder juntar más de un grupo-clase para la realización de las actividades. Dentro de lo posible intentaremos diseñar y llevar a cabo aquellas actividades que cumplan con las medidas higiénico-sanitarias propuestas desde las administraciones competentes.

10.4.1. Actividades 1º ESO

Denominación Actividad		Senderismo y Multiaventura	
Responsable	Francisco Gómez Márquez	Fecha probable	1º Trimestre
Organizador	Dpto de Educación Física	Alumnos implicados	1º ESO A/B
Lugar	Hornachuelos y Écija	Presupuesto	-
Recursos	Autobús para traslado al espacio natural para senderismo y a las instalaciones de multiaventura.		
Objetivos	Propuesta interdisciplinar del departamentos de Educación Física con relación a la materia de Biología, busca trabajar los contenidos relacionados con el medio natural dentro de la materia de Educación Física, a la vez que van adquiriendo conceptos relacionados con la flora y la fauna de la materia de Biología. También se intenta que el alumno tome conciencia del cuidado del medio ambiente.		

10.4.2. Actividades 2º ESO

Denominación Actividad		Fab. Guitarra + El Bosque	
Responsable	Gonzalo García Martínez	Fecha probable	2º Trimestre
Organizador	Departamento de EF	Alumnos implicados	2º ESO A/B/C
Lugar	Algodonales + El Bosque	Presupuesto	-
Recursos	Autobús para el traslado hasta Algodonales (taller de fabricación de guitarras) + el desplazamiento hasta el sendero de El Bosque.		
Objetivos	Esta actividad se plantea de forma interdisciplinar con el departamento de música, ya que se visitará un taller de fabricación de guitarras españolas de manera artesanal y posteriormente se hará un sendero en el espacio natural de la localidad de El Bosque.		



Denominación Actividad		Ruta cicloturista BTT	
Responsable	Paco Gómez	Fecha probable	3º Trimestre
Organizador	Departamento de EF	Alumnos implicados	2º ESO A/B/C
Lugar	Entorno cercano al centro	Presupuesto	Gratis
Recursos	1 bicicleta por alumno		
Objetivos	Con esta actividad pretendemos que el alumno valore la actividad de ciclismo como una buena alternativa para la práctica de este deporte en su tiempo libre y de ocio para mejorar su salud y calidad de vida. Además se realiza en el entorno próximo al instituto para dar a conocer zonas de la localidad donde practicar este deporte.		

10.4.3. Actividades 3º ESO

Denominación Actividad		Piragüismo río Guadalquivir	
Responsable	Gonzalo García Martínez	Fecha probable	2º Trimestre
Organizador	Departamento de EF	Alumnos implicados	3º ESO A/B/C
Lugar	Sevilla (CAR Cartuja)	Presupuesto	-
Recursos	Materiales para la práctica de piragüismo y autobús hasta las instalaciones del CAR de la Cartuja.		
Objetivos	El alumno tendrá la posibilidad de practicar el deporte de piragüismo en las aguas del río Guadalquivir. El objetivo de esta actividad es que el alumno conozca y valore la actividad del piragüismo como un recurso para trabajar en contacto con el medio natural mejorando sus cualidades físicas básicas.		

Denominación Actividad		Ruta cicloturista BTT	
Responsable	Gonzalo García Martínez	Fecha probable	3º Trimestre
Organizador	Departamento de EF	Alumnos implicados	3º ESO A/B/C
Lugar	Entorno cercano al centro	Presupuesto	Gratis
Recursos	1 bicicleta por alumno		
Objetivos	Con esta actividad pretendemos que el alumno valore la actividad de ciclismo como una buena alternativa para la práctica de este deporte en su tiempo libre y de ocio para mejorar su salud y calidad de vida. Además, se realiza en el entorno próximo al instituto para dar a conocer zonas de la localidad donde practicar este deporte. Está la posibilidad de hacerla junto con 2º ESO.		



10.4.4. Actividades 4º ESO

Denominación Actividad		El Caminito del Rey	
Responsable	Manuel Valencia Gutiérrez	Fecha probable	3º Trimestre
Organizador	Departamento de EF	Alumnos implicados	4º ESO A/B
Lugar	Árdales (Málaga)	Presupuesto	35€ / Alumno
Recursos	Autobús para traslado al espacio natural de El Caminito del Rey.		
Objetivos	El objetivo es trabajar con los alumnos los contenidos relacionados con el bloque de medio natural del currículum, entrando en contacto con el medio ambiente para que sean conscientes de la importancia de respetarlo y mantenerlo. Se presenta como una opción excelente para la práctica de actividad física enfocada a la mejora de la salud y calidad de vida, fomentando hábitos de vida saludable en los alumnos.		

10.4.5. Actividades 1º Bachillerato

Denominación Actividad		El Caminito del Rey	
Responsable	Manuel Valencia Gutiérrez	Fecha probable	3º Trimestre
Organizador	Departamento de EF	Alumnos implicados	1º Bachillerato A/B
Lugar	Árdales (Málaga)	Presupuesto	35€ / Alumno
Recursos	Autobús para traslado al espacio natural de El Caminito del Rey.		
Objetivos	El objetivo es trabajar con los alumnos los contenidos relacionados con el bloque de medio natural del currículum, entrando en contacto con el medio ambiente para que sean conscientes de la importancia de respetarlo y mantenerlo. Se presenta como una opción excelente para la práctica de actividad física enfocada a la mejora de la salud y calidad de vida, fomentando hábitos de vida saludable en los alumnos.		

Además de estas actividades, el departamento de Educación Física deja abierta la posibilidad de realizar otro tipo de actividades durante el curso con su alumnado, actividades que en este curso toman mayor importancia debido a la situación que hemos comentado anteriormente:

- Salidas para practicar senderismo en el entorno cercano al IES y polideportivo.
- Salidas para practicar ciclismo en el entorno cercano al IES y polideportivo.
- Participación en algunas carreras o marchas.
- Realización de gymkhanas en el entorno cercano al instituto o en el núcleo urbano de la localidad.
- Taller: Un día de campo. El alumnado debe adquirir conocimientos relacionados con geografía económica, donde a través de visitas a explotaciones ganaderas estabuladas y semiestabuladas, se documentan cómo funciona el sector primario (visita a la cooperativa y empresas locales relacionadas con el sector primario) y la capacidad de este sector en nuestro municipio. Así mismo podremos observar en el transcurso de la visita la flora autóctona del paisaje mediterráneo y con suerte, también la fauna. Lugares donde se desarrolla el taller Se visitarán las ganaderías de:



- Explotación extensiva de producción de leche “Camino del Castillo”
- Explotación de carne de ternera “castillo de la Monclova” y almazara de aceite.

Material necesario para realizar el taller: Bicicletas, cuaderno y lápiz y aquel material que la materia considere oportuno.

Nota: Esta salida puede ser aprovechada por el Departamento de Educación Física y Biología y Geología, Departamento de Educación Física y por el Departamento de Historia.

11. EVALUACIÓN.

Atendiendo al R.D 1105/2014 de 26 de diciembre por el que se establece el currículo de ESO y Bachillerato, la evaluación será continua, formativa e integradora. En las clases de Educación Física se utilizará una evaluación criterial donde se valora el progreso realizado por el alumno/a en función de los objetivos propuestos, y donde el profesor determinará el nivel mínimo que es necesario que alcance el alumno, teniendo en cuenta su situación inicial, el progreso y la participación de cada uno de ellos.

11.1. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL ALUMNADO.

Evaluar consiste en un conjunto de actividades, análisis y reflexiones destinadas a conocer y valorar de forma real, objetiva y sistemática todo el proceso de enseñanza y aprendizaje, con el fin de comprobar en qué medida se han logrado los objetivos marcados para actuar en consecuencia. Es lo que nos garantiza que la intervención sea la adecuada.

Los criterios de evaluación marcan el tipo y grado de aprendizaje que se espera del alumnado, sirviendo de indicador sin que haga referencia a un mismo nivel de adquisición por parte de todo el alumnado. Vienen establecidos en el currículo por cada curso. Nuestros contenidos y actividades deben permitir responder a los criterios y estos deben de estar en relación con los objetivos.

✓ Evaluación Inicial

Trata de conocer el grado de desarrollo del alumnado y los conocimientos previos que tienen adquiridos. El análisis de los resultados de la misma, permite al docente establecer las distancias entre la situación del alumnado y los nuevos aprendizajes y poder adaptarse a la realidad diagnóstica a la hora de planificar el proceso de enseñanza.

En la evaluación inicial nos presentaremos como docentes y se presentará de forma detallada y clarificadora la asignatura. Deben dejarse muy claras desde el primer momento las normas de clase. Se utilizará una ficha personal de cada alumno/a para recoger información acerca de sus datos personales, motivaciones, trabajo realizado en años anteriores y datos médicos, posibles patologías o enfermedades (Ejemplo: asma). Además, pasaremos un cuestionario donde se plantearán preguntas para detectar los conocimientos teóricos iniciales. Para conocer su nivel respecto a la condición física realizaremos pruebas físicas que abarquen la resistencia, la velocidad, la fuerza y la flexibilidad; esto nos dará el punto de partida para las siguientes unidades.



✓ **Evaluación procesal.**

Es decir, estamos evaluando durante todo el proceso de forma ininterrumpida, detectando los progresos y dificultades que se van originando para introducir las modificaciones que desde la práctica se vayan estimando convenientes. Usaremos los instrumentos de evaluación que detallaremos a continuación con el fin de controlar todo el proceso.

✓ **Evaluación Sumativa.**

Se pretende conocer lo que se ha aprendido en cada unidad didáctica. Se recomienda que sea una consecuencia de la evaluación continua, completada, si fuera necesario, con alguna prueba específica.

Normalmente las unidades didácticas tendrán unas actividades culminativas, donde se pongan de manifiesto los objetivos fundamentales de las mismas. Estas actividades sirven para darle funcionalidad al aprendizaje, para motivar a los alumnos/as y para completar el proceso de evaluación. Realizaremos algunas de estas actividades de evaluación durante algunas unidades didácticas (ejemplo: carrera de orientación con plano y brújula en la unidad didáctica de orientación).

Terminaremos de completar las listas de control y escalas de valoración, pasaremos cuestionarios finales, escalas de valoración para que los alumnos/as se coevalúen y autoevalúen, y se recogerán los trabajos.

11.2. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

La importancia y la utilización de varias y diversas técnicas, procedimientos e instrumentos de evaluación viene exigida por varios aspectos y el propio sentido de la evaluación:

- La complejidad del hecho que hay que evaluar.
- El conocimiento lo más objetivo y real del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- La sistematicidad que requiere cualquier tarea de trascendencia.

La utilización de unos u otros instrumentos está en función de lo que se quiere evaluar y para qué se evalúa, teniendo siempre en cuenta la eficacia de la tarea.

Los procedimientos de evaluación que más se emplearán son las técnicas de observación como el registro personal del alumno, las escalas de valoración; las técnicas de análisis de los trabajos de los alumnos, como los trabajos monográficos; y las pruebas específicas de evaluación, como las actividades de clase, las preguntas directas o las situaciones-problemas. Estos procedimientos se aplican dentro de cada unidad didáctica o como evaluación final de cada trimestre, dándole mayor protagonismo a unas técnicas u otras según sea conveniente. Por ejemplo, en actividades de expresión corporal, las técnicas de observación son muy interesantes.

Se concreta en el **apartado 6** los instrumentos que se utilizará para la evaluación de cada uno de los criterios y subcriterios de evaluación a lo largo del curso.



11.3. CALIFICACIÓN.

La nota y calificación de cada trimestre se detalla en el *apartado 6* de la programación. Ahí se concreta la puntuación y valoración que se le da a cada criterio y subcriterio trabajado durante cada uno de los tres trimestres del curso.

La calificación final obtenida por el alumnado de ESO y BACHILLERATO en la evaluación ordinaria resultará de realizar la media ponderada de los criterios de evaluación.

11.4. ACTIVIDADES DE ORIENTACIÓN Y APOYO ENCAMINADAS A LA SUPERACIÓN DE LAS PRUEBAS EXTRAORDINARIAS.

El alumno/a que haya sido calificado negativamente al realizar la evaluación criterial de los aprendizajes a lo largo del curso académico 21/22, de la manera detallada con anterioridad, podrá recuperar la asignatura y ser calificado positivamente en la evaluación extraordinaria si, en la media ponderada de los criterios de evaluación, obtiene una puntuación igual o superior a 5.

En el caso de que un alumno/a obtenga una nota media negativa al final de curso, podrá recuperar la asignatura de forma extraordinaria en dicha convocatoria en la que se examinará de los criterios, objetivos y contenidos no superados a lo largo del curso.

A la familia del alumnado cuya media final sea inferior a 5 puntos se le entregará **un informe individualizado** en el que constarán los criterios de evaluación, los objetivos y los contenidos no superados, además de una propuesta de actividades de recuperación.

Este informe se entregará junto a los boletines de notas de la evaluación ordinaria y será orientativo para la superación de la prueba correspondiente a la evaluación extraordinaria en la fecha de celebración de la misma.

Las calificaciones obtenidas durante la prueba extraordinaria sobre los criterios, objetivos y contenidos no superados se usarán para realizar la media con las notas de los contenidos superados durante la evaluación ordinaria y de este modo obtener la calificación final.

Aquellos alumnos/as que después de las evaluaciones ordinarias y la evaluación extraordinaria obtengan una nota por debajo del 5, es decir sean calificados negativamente, suspenderán la asignatura y, en caso de promocionar, la llevarán pendiente para el curso académico posterior.



11.5. EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE.

No sólo se evaluará al alumnado, sino que también se valorará nuestro propio trabajo, mediante autoevaluaciones y coevaluaciones que solicitaremos a los alumnos y alumnas. La opinión del alumnado sobre nuestra actuación es fundamental en el caso de proponer un trabajo novedoso con un contenido innovador.

✓ Criterios e instrumentos para la valoración.

Entre los aspectos o criterios que conviene tener en cuenta para realizar la evaluación del proceso de enseñanza están:

a) En cuanto al diseño del currículo:

- Adecuación de los objetivos y contenidos planteados según las características y peculiaridades del centro.
- Validez y eficacia de las actividades, medios didácticos y situaciones de aprendizaje.
- Validez y eficacia de las actividades, mecanismos e instrumentos de evaluación.

b) En cuanto a la práctica docente:

- La actuación del docente.
- El ambiente de trabajo en clase.
- El grado de satisfacción de las relaciones humanas.

Los instrumentos de evaluación que se pueden utilizar para la evaluación del proceso de enseñanza son los siguientes:

- Cuestionarios a los alumnos/as. Se trata de sondear la opinión del alumnado.
- Evaluación de los aprendizajes de los alumnos/as. Cuyos resultados vendrán reflejados en los documentos de evaluación. No se puede desligar la evaluación de los aprendizajes de los alumnos/as de la evaluación del proceso de enseñanza.
- El diario del profesor: a través de la autoevaluación se debe reflexionar sobre la propia acción docente. En este diario se pueden recoger los siguientes aspectos:
 - En cada sesión la contrastar el trabajo planteado y el realizado.
 - Las incidencias en clase.
 - El ambiente de trabajo.
 - El interés o desinterés que una actividad ha provocado...



✓ Evaluación de la programación en la práctica docente.

En primer lugar, es importante dejar que los alumnos expresen su opinión con respecto a los resultados obtenidos y el transcurso de su aprendizaje a lo largo del curso y cada evaluación. Por esta razón, a los alumnos se les podrá brindar la opción de realizar una autoevaluación escrita, en la que harán una reflexión y crítica personal acerca de su propio trabajo durante el trimestre. Se les debe permitir opinar sobre sus resultados y, en caso de que no sean tan positivos como ellos esperaban, reflexionar sobre las causas de dicho resultado final.

Asimismo, también podrán expresar sus opiniones acerca de la asignatura, qué les resulta positivo y qué negativo, qué Unidades Didácticas les han parecido más amenas y cuáles más tediosas, y hacer sugerencias para su mejora.

Este proceso resulta útil para recoger una serie de datos informativos que permitirán mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje, además de ser un ejercicio de reflexión y crítica para el propio alumno. Con respecto a la autoevaluación del propio profesor, se llevará a cabo una reflexión y análisis de la propia labor docente, atendiendo, en especial, a aspectos como si la relación profesor-alumnos ha sido positiva, motivadora y enriquecedora, si la mayoría de los alumnos han conseguido las capacidades y aptitudes que nos proponíamos o si hemos atendido lo suficiente las necesidades especiales de cada alumno.

Para concluir este apartado destacamos que “una programación no sería completa ni correcta si no se contemplara la posibilidad de realizar reajustes en base a los resultados obtenidos, tanto durante su aplicación como en el resultado de las mismas” (Díaz, 1994).

12. ELEMENTOS TRANSVERSALES – ESO y BACHILLERATO.

Educación Física trabaja los distintos elementos transversales del currículo, especialmente aquellos relacionados con las habilidades sociales, la convivencia, la tolerancia y la igualdad.

La educación para la convivencia y el respeto se desarrolla especialmente en esta materia, pues se interacciona constantemente y se fomentan habilidades básicas de comunicación interpersonal, escucha, respeto, resolución pacífica de conflictos, el establecimiento y respeto de normas, etc.

La igualdad real y efectiva se fomentará a través del análisis crítico y superación de estereotipos socioculturales implantados en nuestra sociedad y más en concreto en el ámbito de la actividad física-deportiva.

La educación vial se potenciará con actividades tales como el fomento de la práctica de desplazamientos activos al centro urbano y en la vida cotidiana.

La finalidad de estos elementos transversales es favorecer el desarrollo integral del alumnado, acercando los centros educativos a la vida cotidiana. Queremos destacar, entre otros: Educación para la Salud y Educación Sexual, Educación Moral y Cívica, Educación para la Paz, Coeducación e igualdad de oportunidades entre sexos, Educación Vial, Educación del Consumidor y Educación Ambiental.



✓ **Educación para la Salud y Educación Sexual.**

Se pretende conseguir una actitud positiva y responsable hacia los aspectos de la salud y la sexualidad, despertando en los alumnos /as un espíritu crítico que les permita rechazar comportamientos que se alejen de su bienestar físico y mental. Desde nuestra asignatura trabajamos para conseguir que los alumnos tomen conciencia de la importancia de practicar actividad física de forma continuada y evitar todos aquellos actos que pueden resultar nocivos para la salud.

✓ **Educación Moral y Cívica.**

Se trata de orientar al alumnado hacia comportamientos justos y solidarios que los capacite para integrarse en la sociedad. Por tanto, deben adquirir un espíritu crítico que les permita discernir entre las situaciones cotidianas aquellas que sean más correctas. Desde nuestra materia se intentan fomentar las siguientes capacidades:

Hábitos de convivencia y sentido del respeto y la solidaridad con los compañeros. Esto se manifiesta tanto en el uso del material como en la actitud a la hora de realizar los juegos y deportes que llevamos a cabo. Esforzarse por mantener el sentido de cooperación y de diálogo aceptando opiniones diversas y modelos de comportamiento y de expresión diferentes.

✓ **Educación para la Paz.**

Debemos fomentar valores a favor de una convivencia pacífica y en contra de la intolerancia y la discriminación, demostrando coherencia entre ideas y actos y favoreciendo el diálogo entre todos. Esta materia resulta indispensable para crear en los alumnos hábitos de respeto y Fair Play mientras practican los contenidos

✓ **Coeducación e igualdad de oportunidades entre los sexos.**

Debemos conseguir una educación donde, a través de un planteamiento equitativo, se proporcionen las mismas oportunidades que ayuden a desarrollar la personalidad del alumno sea cual sea su sexo. En la dinámica diaria de clase es donde debemos demostrar un trato igualitario a alumnos/as. Es muy importante que las agrupaciones y equipos que formamos en nuestras clases sean lo más igualitarios posibles. De esta manera, contribuiremos a un modelo donde se valore el individuo independientemente de su sexo.

✓ **Educación Vial.**

La complejidad del tráfico conlleva que debamos dotar al alumnado de unos mínimos conocimientos sobre las normas que regulan nuestro comportamiento en la calle y en la carretera como peatones y conductores. Tenemos que conseguir que los alumnos/as sean conscientes de la responsabilidad que supone conocer y respetar las normas viales, ya que, contribuirá no sólo a su seguridad sino también a la de los demás. En este sentido, y cuando nos dirigimos hacia el pabellón insistimos en cruzar por los pasos de peatones, andar siempre por la acera...



✓ **Educación del consumidor.**

Vivimos inmersos en una sociedad fuertemente consumista en la que, a través de los diversos medios de comunicación, y especialmente la imagen, los jóvenes son continuamente incitados a comprar artículos innecesarios. La educación de los adolescentes debe ir encaminada a despertar una opinión sobre la publicidad bajo una óptica de análisis sin dejarse llevar por la presentación que se realiza de los productos. El alumnado debe conocer sus derechos y deberes como consumidor y establecer una relación calidad-precio por encima de las marcas. También debemos concienciar a los jóvenes sobre las implicaciones ecológicas derivadas de un consumo masivo, siendo en este punto donde podemos enlazar con el siguiente tema transversal.

✓ **Educación Ambiental.**

Nuestro planeta atraviesa un momento crítico respecto al medio ambiente, por lo que es de suma importancia crear en las futuras generaciones la idea de no deteriorar nuestro entorno natural. Desde nuestra área podemos fomentar el respeto por la naturaleza participando en el reciclado de papel, vidrio, etc., utilizando nuestras salidas al medio natural para aprovechar e inculcar en ellos ese sentido de protección y conservación del medio ambiente.

**13. PROPUESTA PARA EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA LINGÜÍSTICA.
ESTRATEGIAS DE ANIMACIÓN A LA LECTURA Y EL DESARROLLO DE LA
EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA.**

Al igual que el resto de las materias, Educación Física contribuirá a la adquisición de la competencia en comunicación lingüística, ofreciendo una variedad de intercambios comunicativos y a través del vocabulario específico que aporta.

El Departamento de Educación Física tratará de contribuir a que su alumnado consiga mejorar en los siguientes elementos de la competencia:

- ✓ Identificar la idea general y la intención comunicativa en textos escritos continuos y discontinuos próximos a la experiencia del alumno incluyendo los del ámbito académico y educativo (comprensión escrita).
- ✓ Extraer informaciones concretas o precisas de textos escritos, realizando las inferencias que sean necesarias (comprensión escrita).
- ✓ Identificar los enunciados en los que está explícito el tema general (comprensión escrita).
- ✓ Interpretar y valorar el contenido y los elementos formales básicos de textos escritos (comprensión escrita)
- ✓ Mejorar la comprensión lectora a través de material propio de la asignatura (comprensión oral).
- ✓ Expresar su opinión tanto de forma oral como escrita.



Para ello proponemos:

- ✓ Realizar actividades y ejercicios que demuestren y fomenten la comprensión lectora: esquemas de contenidos trabajados, resúmenes, búsqueda de palabras concretas...
- ✓ Elaborar trabajos escritos, usando las nuevas tecnologías de la información y comunicación, sacando conclusiones propias sobre el contenido estudiado.
- ✓ Elaborar controles y exámenes con preguntas de desarrollo de determinados contenidos. Las incorrecciones sobre competencia lingüística serán tenidas en cuenta en la nota de los mismos.
- ✓ Fomentar el desarrollo de la expresión oral y que los alumnos sean capaces de expresarse con corrección hacia el grupo explicando contenidos, reglas de juegos y/o ejercicios que tengamos que realizar en clase.
- ✓ Se propondrá, al menos, **una lectura por trimestre** en todos los cursos (artículos, textos periodísticos, informativos, entrevistas y blogs relacionados...), a través de las que abordar y profundizar en los diferentes contenidos de nuestra materia. Sobre dichas lecturas, el alumnado deberá realizar (usando soporte digital e impreso) actividades de comprensión, debates, y actividades de exposición y opinión, etc.
- ✓ Para llevar a cabo el trabajo de la competencia lectora y de la expresión escrita desde nuestra asignatura, los alumnos deberán realizar distintos trabajos a lo largo de las tres evaluaciones que fomenten la capacidad de expresarse tanto de manera escrita como oral. De este modo, y en consonancia con los criterios de evaluación, así como sus correspondientes estándares de aprendizaje de los distintos niveles, los alumnos realizarán trabajos de carácter escrito tales como un programa personal de entrenamiento, la realización de una dieta, primeros auxilios...
- ✓ De igual manera, deberán llevar a cabo la exposición oral en algunos de dichos trabajos, como por ejemplo en el caso de los primeros auxilios, donde tendrán que exponer al resto de la clase las pautas a realizar en el caso de un incidente o accidente deportivo de cualquier índole.
- ✓ No podemos olvidar la evaluación trimestral del Plan de Lectura, incluido en esa observación continuada de la evolución del proceso de aprendizaje y en el apartado de pruebas teórico-prácticas (trabajos).

