

IES CANGAS DEL NARCEA
PROGRAMACIÓN DOCENTE
EDUCACIÓN FÍSICA (LOMLOE)

3º ESO

CURSO 2025-2026



Principado de
Asturias

Consejería
de Educación

INDICE

1. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN.....	4
2. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN: SITUACIONES DE APRENDIZAJE, TALLERES, PROYECTOS U OTRO	4
3. INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO DE ACUERDO CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....	17
4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES	22
ALTAS CAPACIDADES	22
INCORPORACIÓN TARDÍA AL SISTEMA EDUCATIVO	23
DIFICULTADES DE APRENDIZAJE (DEA).....	23
ALUMNADO CON TDAH	23
ALUMNADO CON CONDICIONES PERSONALES O DE HISTORIA ESCOLAR (CPHE).....	23
5. CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS EN EL ÁREA	25
6. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES	25
7. RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS	26
Orientaciones Metodológicas	26
Aspectos Organizativos	26
8. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.	27
9. COEDUCACIÓN	27

Los elementos prescriptivos que debe de contener toda programación docente, según establece la normativa vigente, el Decreto 59/2022 de 30 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de la Educación Secundaria en el Principado de Asturias en su artículo 50; son los siguientes:

- a) Organización y secuenciación del currículo en unidades de programación: situaciones de aprendizaje, con los contenidos, criterios de evaluación, competencias específicas y descriptores operativos de las competencias clave.
- b) Instrumentos, procedimientos de evaluación y criterios de calificación del aprendizaje del alumnado, de acuerdo con los criterios de evaluación establecidos para cada materia y las directrices generales fijadas en la concreción curricular.
- c) Las medidas de atención a las diferencias individuales que se van a aplicar.
- d) Los programas de refuerzo para recuperar los aprendizajes no adquiridos cuando se promocione con evaluación negativa en la materia.
- e) La concreción de los planes, programas y proyectos acordados y aprobados, relacionados con el desarrollo del currículo, entre los que deberán contemplarse, en todo caso, las actividades que estimulen el interés por la lectura, escritura e investigación.
- f) El desarrollo de las actividades complementarias y, en su caso, extraescolares, de acuerdo con lo establecido en la programación general anual del centro.
- g) Los recursos didácticos y los materiales curriculares, incluidos, en su caso, los libros de texto.
- h) Indicadores de logro y procedimiento de evaluación de la programación docente.

1. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN.

Las Unidades de Programación, en esencia, se centran en concretar el currículo en un período temporal específico y en definir las situaciones de aprendizaje, proyectos, talleres u otras acciones competenciales que llevamos a cabo con nuestro alumnado. Cabe destacar que dicha temporalización podrá sufrir ciertas modificaciones debido a posibles factores y circunstancias que se den a lo largo del curso.

Nº	UNIDADES DE PROGRAMACIÓN	TRIMESTRE
1	DESAFÍOS COOPERATIVOS	1
2	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL Y CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA	1
3	DEPORTE DE ADVERSARIO	1
4	JUEGOS TRADICIONALES	2
5	PRIMEROS AUXILIOS	2
6	EXPRESION CORPORAL: MONTAJES DE COREOGRAFIAS	2
7	DEPORTE COLECTIVO-ALTERNATIVO	3
8	ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	3

2. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN: SITUACIONES DE APRENDIZAJE, TALLERES, PROYECTOS U OTRO.

Cada unidad de programación podrá contener una o varias situaciones de aprendizaje.

Secuenciación y distribución temporal de los diferentes elementos del currículo de las situaciones de aprendizaje distribuida por trimestres.

3º ESO	1º T	1. DESAFÍOS COOPERATIVOS
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		
<p>COE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		
<p>COE2. CR1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>COE3. CR.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>		
DESCRIPTORES DE SALIDA		
<p>COE2: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.</p>		
SABERES BÁSICOS		

Bloque A. Vida activa y saludable

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

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

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

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices

3º ESO	1º T	2. ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y CONDICIÓN FÍSICA: FUERZA
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		
<p>COE1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>COE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos</p> <p>COE5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físicodeportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		

<p>COE1.CR1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>COE1.CR2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>COE1. CR6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.</p> <p>COE2. CR1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>COE5. CR2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.</p>
<p>DESCRIPTORES DE SALIDA</p> <p>COE1: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4. COE2: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3. COE5: STEM5, CC4, CE1 y CE3.</p>
<p>SABERES BÁSICOS</p> <p>Bloque A. Vida activa y saludable Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares). Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física. <u>Salud mental:</u> Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.</p> <p>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física. Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización</p> <p>Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano</p>

3º ESO	1º T	3. DEPORTE DE ADVERSARIO
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		

COE1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente Actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

COE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

COE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

COE2. CR2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.

COE2. CR3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.

COE3. CR1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador/a, participante u otros.

COE3. CR3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.

DESCRIPTORES DE SALIDA

COE1: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4.

COE2: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.

COE3: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.

SABERES BÁSICOS

Bloque A. Vida activa y saludable.

Salud mental:

Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.

La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.

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

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

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad,

contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.

Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

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

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

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.

Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

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

Asertividad y autocuidado.

3º ESO	2º T	4. JUEGOS TRADICIONALES
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		
<p>COE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>COE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>COE4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		
<p>COE2. CR1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>COE2. CR2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática</p>		

<p>procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>COE2. CR3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>COE3. CR3. Hacer uso con progresiva autonomía de habilidades sociales, diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, mostrando una actitud crítica y un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y de cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</p> <p>COE4. CR1. Gestionar la participación en juegos motores y otras manifestaciones artístico-expresivas vinculadas tanto con la cultura propia como con otras, favoreciendo su conservación y valorando sus orígenes, evolución e influencia en las sociedades contemporáneas.</p> <p>COE4. CR2. Analizar objetivamente las diferentes actividades y modalidades deportivas según sus características y requerimientos, evitando los posibles estereotipos de género o capacidad o los comportamientos sexistas vinculados a dichas manifestaciones.</p>		
DESCRIPTORES DE SALIDA		
<p>COE2: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.</p> <p>COE3: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.</p> <p>COE4: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4.</p>		
SABERES BÁSICOS		
<p>Bloque A. Vida activa y saludable.</p> <p>Salud física: tasa mínima de actividad física diaria y semanal. Adecuación del volumen y la intensidad de la tarea a las características personales. Alimentación saludable y valor nutricional de los alimentos.</p> <p>Educación postural: técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) y su relación con el mantenimiento de la postura. Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado.</p> <p>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.</p> <p>La higiene como elemento imprescindible en la práctica de actividad física y deportiva.</p> <p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.</p> <p>Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; integración de los diferentes aspectos coordinativos, espaciales y temporales en determinadas secuencias motrices o deportivas.</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p> <p>Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas.</p> <p>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.</p> <p>Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los juegos y las danzas como manifestación de la interculturalidad. Juegos y danzas propios del Principado de Asturias.</p> <p>Influencia del deporte en la cultura actual.</p>		

3º ESO	2º T	5. PRIMEROS AUXILIOS
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		

COE1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida

COE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

COE1 CR3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.

COE1. CR4. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.

COE3. CR2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.

COE3. CR3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.

DESCRIPTORES DE SALIDA

COE1: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3

COE2: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.

COE3: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.

SABERES BÁSICOS

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física

Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del ajeno. Medidas colectivas de seguridad.

Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).

3º ESO	2º T	6. COMBAS Y DRAMATIZACIÓN
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		
<p>COE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>COE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>COE4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		
<p>COE2. CR1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>COE2. CR3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>COE3. CR2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p> <p>COE3. CR3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.</p> <p>COE4. CR3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.</p>		
DESCRIPTORES DE SALIDA		
<p>COE2: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.</p> <p>COE3: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.</p> <p>COE4: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4</p>		
SABERES BÁSICOS		

Bloque A. Vida activa y saludable.

Salud mental:

Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.

La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

Reflexión sobre actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas.

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.

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

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

Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.

Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

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

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

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

Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz

Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes asturianos como seña de identidad cultural.

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

Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos. - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros).

Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica.

Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

3º ESO	3º T	7. DEPORTE COLECTIVO-ALTERNATIVO
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		
<p>COE1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente Actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.</p> <p>COE2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>COE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		
<p>COE1.CR3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>COE2. CR2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>COE2. CR3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>COE3. CR1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador/a, participante u otros.</p> <p>COE3. CR3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno</p>		
DESCRIPTORES DE SALIDA		
<p>COE1: CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4.</p> <p>COE2: CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.</p> <p>COE3: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.</p>		
SABERES BÁSICOS		
<p>Bloque A. Vida activa y saludable.</p> <p><u>Salud física:</u></p>		

Cuidado del cuerpo: calentamiento general autónomo.

Salud mental:

Aceptación de limitaciones y posibilidades de mejora ante las situaciones motrices.

La actividad física como fuente de disfrute, liberación de tensiones, cohesión social y superación personal.

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.

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

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

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

Toma de decisiones: utilización consciente del cuerpo en función de las características de la actividad, contexto y parámetros espaciales en las que se desarrolla en situaciones motrices individuales.

Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.

Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición.

Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.

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

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

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

Gestión emocional: el estrés en situaciones motrices. Sensaciones, indicios y manifestaciones.

Estrategias de autorregulación colectiva del esfuerzo y la capacidad de superación para afrontar desafíos en situaciones motrices.

Perseverancia y tolerancia a la frustración en contextos físico-deportivos.

Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.

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

Asertividad y autocuidado.

3º ESO	3º T	8. ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS		

COE3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

COE4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico-políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.

COE5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

COE3. CR3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno.

COE4. CR1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.

COE4. CR2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.

COE5. CR1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

COE5. CR2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.

DESCRIPTORES DE SALIDA

COE3: CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.

COE4: CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3 y CCEC4.

COE5: STEM5, CC4, CE1 y CE3.

SABERES BÁSICOS

Bloque A. Vida activa y saludable.

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

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física.

Elección de la práctica física: gestión y enfoque de los diferentes usos y finalidades de la actividad física y del deporte en función del contexto, actividad y compañeros de realización..

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

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

Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz.

Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes asturianos como seña de identidad cultural.

Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

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

Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: gestión del riesgo propio y del ajeno en el medio natural. Medidas colectivas de seguridad.

Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.

Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural del Principado de Asturias.

3. INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO DE ACUERDO CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Según la normativa vigente, la evaluación del alumnado será global, continua y formativa, y tendrá en cuenta el grado de desarrollo de las competencias clave y su progreso en el conjunto de los procesos de aprendizaje.

La evaluación continua es un tipo de evaluación que busca la obtención de información en cada momento, para detectar el nivel de adquisición de los retos propuestos, sus dificultades de haberlas y, desde ahí, aplicar las medidas adecuadas. Es el primer paso para la atención a la diversidad.

- ✓ La evaluación se integra en el quehacer diario.
- ✓ La evaluación es personalizada.
- ✓ Necesita de instrumentos de evaluación variados.
- ✓ Permite detectar carencias y aplicar medidas de refuerzo educativo, ampliación o enriquecimiento.

La evaluación formativa es la que permite retroalimentar el proceso de enseñanza con nuevos planteamientos didácticos, permitiendo al equipo docente dar una respuesta adecuada al ritmo de aprendizaje del alumnado. Su finalidad principal es mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje que tienen lugar.

A esta evaluación formativa tenemos que sumar la evaluación compartida; un proceso de diálogo, de reflexión y de decisiones mutuas y/o colectivas, más que un proceso individual e impuesto. Dentro de estos procesos, la autoevaluación, la coevaluación, la autocalificación y la calificación dialogada, son técnicas que juegan un papel fundamental.

Por su parte, la evaluación global, es aquella que valora en su conjunto el nivel de adquisición de los referentes de aprendizaje del alumnado, implicando en ella a todo el Equipo Docente.

¿**Qué evaluar?** Nuestro referente de evaluación son los Criterios de Evaluación que, a su vez, se encuentran relacionados con el resto de elementos curriculares en el apartado anterior conformando las unidades de programación: competencias específicas, descriptores de salida y saberes básicos. Estas unidades de programación podrán estar asociadas a una o varias Situaciones de Aprendizaje.

¿**Cómo evaluar?** A través de los **PROCEDIMIENTOS** de evaluación; es decir *“todo aquel método a través de cual se lleva a cabo la recogida de información sobre los Criterios de Evaluación, Competencias Específicas y Saberes Básicos”*. Se podrán aplicar los siguientes procedimientos de evaluación a lo largo del curso:

- ✓ Observación Directa del alumnado.
- ✓ Producciones del alumnado.
- ✓ Pruebas y Cuestionarios.
- ✓ Autoevaluaciones, Coevaluaciones y Heteroevaluaciones.
- ✓ Entrevistas personales.

¿**Con qué evaluar?** Con los **INSTRUMENTOS** de evaluación, definidos como “*las herramientas (documentos o registros) que permiten obtener información sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje*”. Deberán ser flexibles (adaptarse a las circunstancias), objetivos (aportando información real) y variados (para ofrecer una información más completa de los aprendizajes alcanzados y adaptarse mejor a la diversidad del alumnado). Se podrán aplicar los siguientes instrumentos de evaluación a lo largo del curso:

- ✓ Dianas de Evaluación.
- ✓ Rúbricas (de cualquier tipo).
- ✓ Escalas (de cualquier tipo).
- ✓ Listas de Control.
- ✓ Portfolio.
- ✓ Investigaciones.
- ✓ Producciones motrices.
- ✓ Exámenes.
- ✓ Puestas en común.

¿**Cuándo evaluar?** Teniendo en cuenta que la evaluación debe de ser continua, ésta se realizará en tres momentos, al inicio, durante y al final del proceso educativo.

- ✓ **La evaluación inicial:** Busca ajustar el proceso de enseñanza-aprendizaje a los conocimientos previos, niveles coordinativos y de condición física, etc. al inicio de cada UD.
- ✓ **La evaluación formativa:** Se pretende ajustar progresivamente el proceso de enseñanza-aprendizaje a través de la información obtenida de la observación por parte del profesor o de alguna prueba desarrollada en la Unidad de Programación.
- ✓ **La evaluación sumativa:** Se podrá establecer el grado de aprendizaje alcanzado por cada alumno, al final de cada UD o evaluación.
- ✓ **¿Cómo se obtiene la nota de la U. de Programación?** Evaluando/calificando los referentes de evaluación de dicha unidad.
- ✓ **¿Cómo se obtiene la nota del Trimestre?** Hallando la nota media de cada una de las Unidades de Programación de cada trimestre.
- ✓ **¿Cómo se obtiene la nota del Curso?** Con la nota media de cada uno de los trimestres.

¿**Cómo se ponderan los aprendizajes?** A través de los **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN** asignados a cada unidad de programación. “*Los principios, normas o ideas de valoración en relación a los cuales se emite un juicio valorativo sobre el objeto evaluado*”. Los criterios de calificación buscan cuantificar el resultado alcanzado por el alumnado en el logro de los criterios de evaluación y, por tanto, en la consecución de las competencias específicas de la materia de Educación Física. Los criterios de calificación aparecen recogidos a continuación:

1. **ADECUACIÓN:** Se refiere al hecho de que los instrumentos de evaluación/calificación sean coherentes y adecuados en tres aspectos:
 - a. Respecto al diseño curricular.
 - b. Respecto a las características del alumnado y el contexto.
 - c. Respecto a los planteamientos docentes.
2. **RELEVANCIA:** Si la información que aporta es relevante, significativa y útil para los implicados en los procesos de enseñanza-aprendizaje. La calificación del alumnado debe reflejar su trabajo

global en una unidad de programación, trimestre o curso.

3. **VIABILIDAD:** La utilización sistemática de las técnicas e instrumentos de evaluación/calificación debe ser aplicable en las condiciones concretas de trabajo en el aula y adaptada a las circunstancias personales de cada persona.
4. **INTEGRADA:** Los procesos de evaluación/calificación estarán integrados en el día a día en vez de constituir procesos puntuales y finales; pudiendo ser aplicados tanto por el profesorado como por el alumnado.
5. **ÉTICA:** La calificación no será utilizada como herramienta de control, poder, amenaza o venganza sobre el alumnado. La información obtenida en los procesos de evaluación/calificación será utilizada en beneficio del alumnado y no en su perjuicio.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN EN 3º ESO	PONDERACIÓN
COE1.CR1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal	5,88
COE1.CR2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.	5,88
COE1. CR3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	5,88
COE1. CR4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	
COE1. CR5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.	5,88
COE1. CR6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.	5,88
COE2. CR1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.	5,88
COE2. CR2. Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.	5,88
COE2. CR3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.	5,88
COE3. CR1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador/a, participante u otros.	5,88
COE3. CR2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	5,88
COE3. CR3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-	5,88

<p>económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el ajeno</p> <p>COE4. CR1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.</p>	5,88
<p>COE4. CR2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad, identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo.</p>	5,88
<p>COE4. CR3 Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros u otros miembros de la comunidad.</p>	5,88
<p>COE5. CR1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen</p>	5,88
<p>COE5. CR2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.</p>	5,88

***** En el caso de que alguno de los criterios de evaluación citados en el cuadro anterior se trabaje en repetidas ocasiones a lo largo del curso, se realizará la media aritmética de todas las ocasiones en las que dicho criterio se lleve a cabo, para posteriormente aplicarle ese 5,88 % de ponderación.**

En el caso de los alumnos que hayan perdido el derecho a la evaluación continua. El Decreto 249/2007 por el que se regulan los derechos y deberes del alumnado de los centros docentes no universitarios del Principado de Asturias, en el artículo 36.3, indica que *“los planes integrales de convivencia de los centros establecerán el número máximo de faltas de asistencia por materia (...) a efectos de aplicación del proceso de evaluación continua”*. El Reglamento de Régimen Interior del IES Cangas del Narcea recoge que al alcanzar un número de faltas de asistencia igual al 25% de la carga lectiva en un período de evaluación, se deberá advertir de tal situación por escrito a la familia del alumno/a en cuestión y se aplicarán las siguientes medidas extraordinarias de evaluación/calificación:

1. Realización de una prueba, que puede ser oral, escrita o de carácter motriz, que permita evaluar los criterios de evaluación trabajados durante el trimestre en cuestión.

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES.

La atención a la diversidad se define como el conjunto de actuaciones educativas dirigidas a dar respuesta a las diferentes capacidades, ritmos y estilos de aprendizaje, motivaciones, intereses, situaciones sociales, culturales, lingüísticas y de salud del alumnado. Está regida por los principios de calidad, equidad e igualdad. El alumnado con Necesidades específicas de Apoyo Educativo (NEAE) se divide en seis tipos:

ALUMNADO CON NEE (Necesidades Educativas Especiales).

Son aquellos que requieren, por un periodo de su escolarización o a lo largo de toda ella, determinados apoyos y atenciones educativas específicas derivadas de discapacidad (*trastornos graves de desarrollo*) o *trastornos graves de conducta*, de acuerdo con el correspondiente dictamen de escolarización. Para su evaluación se requiere de una evaluación psico-pedagógica y un dictamen de escolarización.

El desarrollo máximo de las capacidades llegará tras la aplicación de medidas donde caben las adaptaciones curriculares significativas que deben tomar como referencia los elementos curriculares prescriptivos.

Se tomarían como referencia los criterios de evaluación, estableciendo los niveles de capacidad adecuados al desarrollo del alumno/a concreto, modificando así los niveles de logro.

Dentro de los principios de inclusión y normalización debemos partir, en lo posible, de las tareas comunes del grupo que deben especificarse en la adaptación curricular. El alumno/a tendrá un Plan de Trabajo Individualizado.

Dentro de esta primera clasificación nos encontramos con la siguiente tipología de alumnado:

- ✓ Discapacidad psíquica.
- ✓ Discapacidad Sensorial: auditiva y visual.
- ✓ Discapacidad motora.
- ✓ Trastorno generalizado del desarrollo.
- ✓ Trastorno del espectro autista.
- ✓ Trastorno emocional grave.
- ✓ Trastorno grave de conducta.

ALTAS CAPACIDADES:

Este alumnado requiere, de igual modo, una evaluación psico pedagógica para su identificación. En el plano docente suelen llevarse a cabo tres tipos de medida en función de los momentos del proceso enseñanza aprendizaje, tipología del alumnado o características del centro.

- ✓ **La adecuación del currículo**, consiste en, desde el currículo del curso actual, variar los enfoques de saberes básicos, metodológicos, recursos, etc. Para que el alumnado responda de una manera adecuada al desarrollo de sus capacidades. La enseñanza entre iguales, microenseñanza, etc. pueden ser algunos recursos.
- ✓ **Medidas de enriquecimiento curricular**, que consiste en ofrecer al alumnado actividades de profundización en aspectos relacionados con temas curriculares, fuera del horario lectivo, mediante talleres u otras actividades.
- ✓ **Medidas de ampliación curricular**, consiste en introducir saberes básicos de cursos superiores al que está cursando actualmente el alumno o alumna.

INCORPORACIÓN TARDÍA AL SISTEMA EDUCATIVO:

En este caso hay que prestar especial atención a dos aspectos. Por un lado, su nivel de competencia curricular que, como sabemos, puede hacer que se le escolarice en un curso inferior al que le correspondería por la edad si hubiera un desfase de más de dos años.

El segundo aspecto es el dominio de la lengua castellana que podría llevar a la necesidad de desarrollar en el centro programas de inmersión lingüística que serán, en todo caso, simultáneos a su escolarización en los grupos ordinarios, con los que compartirá el mayor tiempo posible del horario semanal.

DIFICULTADES DE APRENDIZAJE (DEA):

Encaja en esta tipología el alumnado que presenta alteraciones en algunos procesos psicológicos básicos implicados en el lenguaje, la lectura, la escritura y/o el cálculo aritmético, con implicaciones relevantes en el ámbito escolar. Podríamos definir algunos claros ejemplos:

- ✓ Trastorno grave del lenguaje oral.
- ✓ Trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad (TDA/H).
- ✓ Trastorno de aprendizaje: lectura (dislexia)
- ✓ Trastorno de aprendizaje: escritura (disgrafía).
- ✓ Trastorno de aprendizaje: cálculo aritmético (discalculia).

ALUMNADO CON TDAH:

Cuando, en relación con su grupo de referencia, los patrones de desatención, de impulsividad, de hiperactividad... se hacen más frecuentes hablaremos este tipo de alumnado dentro de las Necesidades Específicas de Apoyo Educativo.

Estos síntomas suelen estar presentes en su historial educativo, todos o en parte, y no deberían ser consecuencia de otras alteraciones o situaciones personales.

Es necesaria una evaluación psicopedagógica, ya que suelen ser alumnos con atención externa.

ALUMNADO CON CONDICIONES PERSONALES O DE HISTORIA ESCOLAR (CPHE):

Este tipo de alumnado (CPHE) presenta un desfase curricular de dos o más cursos académicos entre su nivel de competencia curricular y el curso en el que está escolarizado.

Las causas pueden deberse a condiciones graves de salud, o relacionadas con aspectos sociales, económicos, culturales, geográficos y étnicos, y tener además dificultades de inserción educativa, debido a su pertenencia a grupos socialmente desfavorecidos a causa de factores sociales, económicos o de otra índole. No solo se refiere al alumnado con problemas de conducta ni retraso sobre la exigencia escolar normalizada.

Es necesario establecer una clara *evaluación inicial* y, desde ahí, determinar las medidas de refuerzo y las adaptaciones que sean necesarias según lo establecido. Las medidas adoptadas para este tipo de alumnado quedarán registradas en su PTI personal (Plan de Trabajo Individualizado).

Pero la atención a la diversidad no solo se aplica a aquel alumnado con Necesidades específicas de Apoyo Educativo (NEAE). Cualquier modificación del proceso de E-A supone una atención a la diversidad. Por tanto, todos los alumnos/as sufrirán, en algún momento, una atención a la diversidad en mayor o menor grado. Por ejemplo, un alumno experto en fútbol no necesitará ninguna adaptación en dicha unidad, pero puede que sí las necesite en la UD de bailes de salón.

Se pueden aplicar tres tipos de medidas: ordinarias (metodológicas y organizativas), extraordinarias (de tipo curricular (ACS)) y de acceso (arquitectónicas). Se adaptarán los estilos y técnicas de enseñanza al nivel madurativo y de autonomía del alumnado, seleccionando el que más se ajuste a las características del grupo y a las características de los aprendizajes a desarrollar. Las actividades de E-A atenderán a las características psicoevolutivas y necesidades del alumnado, se desarrollarán en los espacios disponibles del centro educativo, aprovechando los recursos materiales con los que se cuenta y se organizarán de manera adecuada en las sesiones.

POSIBLES MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	
Alumnado lesionado temporalmente	Adaptar la práctica a su capacidad motriz. Realizar un trabajo paralelo al grupo de rehabilitación de la lesión. Asumir roles que le impliquen en marcha normal de la sesión: ayudante del profesor, reportero, entrenador...
Alumnado con problemas de conducta	Reforzar las actitudes positivas. Realizar agrupamientos funcionales. Atribuirles responsabilidades.
Alumnado con un nivel alto de capacidades	Tutorización de compañeros. Colaboración en las tareas y en las actividades de grupo. Actividades de ampliación.
Alumnado con dificultades de aprendizaje	Tutorización de compañeros. Colaboración en las tareas y en las actividades de grupo. Actividades de refuerzo y repaso.
Alumnado con condiciones especiales	Tutorización de compañeros. Colaboración en las tareas y en las actividades de grupo. Actividades de repaso y adaptadas.

Sin duda, la metodología juega un papel fundamental en este apartado. En caso de aplicar alguna medida nos centraremos en los tiempos de práctica, agrupamientos, modelos y actividades de E-A. En todas las UD realizaremos actividades de desarrollo de los contenidos, actividades de repaso, de refuerzo y de ampliación; todas ellas, primeras medidas de atención a la diversidad.

Es importante tener en cuenta las **Medidas de Recuperación**. Durante el curso, el alumnado podrá recuperar los aprendizajes no superados mediante trabajos, pruebas, investigaciones... o mediante la observación directa en función del tipo de aprendizaje y la manera en que se trabajase, intentando, en la medida de lo posible, que la prueba de recuperación sea lo más fiel posible a la prueba original. Estas medidas se aplicarán cuando la nota del trimestre sea de insuficiente.

En caso de promoción con el área de EF no superada se aplicará un **Programa de Refuerzo Individualizado** teniendo en cuenta las dificultades que motivaron la no superación del área; estableciendo un calendario de entrega de materiales derivados de los aprendizajes no superados en el curso anterior. Este programa quedará registrado en el PTI (Plan de Trabajo Individualizado). Para la evaluación del área se tendrán en cuenta los progresos en las actividades del programa de refuerzo, así como la evolución en el área del curso siguiente.

En caso de repetición con EF suspensa se debe realizar un **Plan Específico Personalizado** tendrá el mismo procedimiento de ejecución que el Programa de refuerzo.

5. CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS EN EL ÁREA.

Como docentes, debemos concretar en nuestras programaciones el Plan de Lectura, Escritura e Investigación. Desde la dirección del centro se ha dejado que cada departamento lo concrete según su singularidad en base a cuatro criterios: Debe trabajarlo, al menos una vez al trimestre, temporalizar las actividades, que éstas formen parte del desarrollo curricular propio de la asignatura y realizar una evaluación del plan a final del curso.

En EF, **el PLEI está relacionado con las TIC**; en todas las Unidades de Programación habrá una pequeña lectura o imagen con pistas para que el alumnado visite webs, lea, investigue y obtenga conclusiones por escrito de lo trabajado que debe entregar como parte del trabajo de una Unidad de Programación del trimestre. Potenciaremos la parte de investigación tal y como recomendó la administración asturiana.

Así mismo, existe una vinculación directa de la asignatura con el PAT, concretamente en la actividad destinada a la concienciación sobre la Higiene Postural que impartida por personal sanitario cualificado.

6. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.

De acuerdo con lo establecido en la Programación General Anual del centro (**PGA**), se ha decidido, desde el departamento de EF, proponer las siguientes actividades complementarias y extraescolares. Su presencia queda justificada en la **Resolución de 12 mayo de 2014**: contribuyen a la formación plena de nuestro alumnado, permiten la participación de la comunidad educativa y potencian la socialización y la asunción de responsabilidades.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS		
Nombre	Explicación	Trim.
Visita instalación deportiva	Charla sobre 1º auxilios en el C. de Salud	2º
Carrera de orientación	Participar en los juegos deportivos del Principado de Asturias	3º
Bolera	Introducción al bolo vaqueiro	2º
Día de la EF en la calle	Divulgación de la práctica saludable de actividad física.	3º

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES		
Nombre de la Actividad	Actividad de Pago	Trimestre
Temporada de Cross (Tineo, Ibias, Pola).	No	1º y 2º
Día Blanco	Sí	2º
Senda del oso	Sí	3ª

7. RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS.

Podemos definir metodología como “*el conjunto de estrategias, procedimientos y acciones organizadas y planificadas por el profesorado, de manera consciente y reflexiva, con la finalidad de posibilitar el aprendizaje del alumnado y el logro de los objetivos planteados*”. La metodología didáctica comprende: la descripción de las prácticas docentes y la organización del trabajo de los docentes, dividiremos el apartado en: Aspectos metodológicos y aspectos organizativos.

Orientaciones Metodológicas:

Las **Pautas Metodológicas Curriculares** están basadas en las recomendaciones del Decreto asturiano 59/2022. Teniendo en consideración que el alumnado es el verdadero protagonista de la clase de Educación Física, y que esta materia en esta etapa se sustenta en un enfoque metodológico variado y global, es aconsejable utilizar todo tipo de métodos (de reproducción o de descubrimiento), todo tipo de estrategias (analíticas o globales), y otras materias, diseñando o propiciando situaciones que permitan una mayor y diferente profundización en los aprendizajes, dotándolos de un marco social y un carácter práctico.

Las **Opciones Metodológicas Propias** están basadas en los vanguardistas Modelos Pedagógicos de EF.; que están en consonancia con las pautas metodológicas curriculares que nos ofrece la ley. Destacamos:

MODELO PEDAGÓGICO	CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES O EJEMPLOS DE APLICACIÓN
Aprendizaje Cooperativo	Trabajo en equipo, socialización.
M. Educación Deportiva	De la técnica a la táctica.
M. Comprensivo de ID	De la táctica a la técnica.
Modelo Ludotécnico	Trabajo analítico, propuestas lúdicas, habilidad global.
M. de Educación Aventura	Riesgo controlado, trabajo en equipo, seguridad.
Gamificación/ABJ	Dinámicas de juegos de mesa aplicados al ámbito motriz.

Aspectos Organizativos:

En primer lugar, debemos hablar de los **recursos didácticos y materiales curriculares**. Serán de elaboración propia, no usando libro de texto de Educación Física, lo que potenciará la creación de material didáctico específico para la singularidad de nuestro alumnado. Es importante destacar el uso que tendrá la plataforma TEAMS para el intercambio de información, entrega de tareas, comunicación con alumnado y familias, etc. También como medio para reducir al mínimo el uso de papel (conciencia ecológica). La selección del material específico de EF está íntimamente relacionada con los objetivos que queramos lograr. Buscaremos el uso de material seguro, adaptado, polivalente, transversal y potenciaremos la autoconstrucción de materiales.

En segundo lugar, hablaremos de la **organización de los espacios y tiempos**. A lo largo del curso utilizaremos principalmente el gimnasio, la pista deportiva cubierta, el patio exterior, así como el entorno cercano al centro. De forma puntual utilizaremos el aula, la biblioteca del centro y la sala de

ordenadores. La organización del tiempo hace referencia a la estructura temporal de la sesión; optaremos por una estructura temporal de sesión con tres partes principales: Rutina Inicial, Actividad Motriz y Rutina Final.

También debemos analizar los **criterios de agrupamiento del alumnado**. Estos agrupamientos se realizarán en función de los objetivos de la actividad. Realizaremos agrupamientos individuales, por parejas, por grupos reducidos y grandes grupos principalmente.

En cuanto a las **actividades de enseñanza-aprendizaje** optaremos por usar la clasificación que estableció el MECD (1992) y que todavía en la actualidad tienen plena vigencia. Propondremos pues: actividades de desarrollo, cuyo objetivo es la vivenciación por parte del alumnado de los contenidos del currículo. Previamente a estas actividades realizaremos actividades de evaluación inicial, para determinar el punto de partida de los aprendizajes, de introducción y de motivación del alumnado. Por supuesto realizaremos actividades de síntesis, donde se recogerá la información y aprendizajes esenciales y de refuerzo y ampliación, primera medida de atención a la diversidad. Por último, realizaremos actividades de evaluación para determinar el grado de logro del proceso de E-A.

8. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.

Esta evaluación se realizará través del chequeo de una serie de indicadores de logro, utilizando para ellos una escala de observación a través de una reunión de departamento, siguiendo las sugerencias del Servicio de Inspección Educativa. Se llevará a cabo la modificación de aquellos aspectos calificados negativamente.

Indicadores de logro para la evaluación de la Programación Docente
Adecuación de los materiales, recursos didácticos y distribución, en su caso, de espacios y tiempos a la secuenciación de contenidos y criterios de evaluación asociados.
Contribución de los métodos pedagógicos y medidas de atención a la diversidad aplicadas a la mejora de los resultados obtenidos.
Resultados de la evaluación de EF por curso y grupo.
Evaluación del proceso E-A por parte del alumnado.
Propuestas de mejora.

9. COEDUCACIÓN

En las sesiones de Educación Física, la coeducación será un eje central. La enseñanza promoverá la igualdad real entre mujeres y hombres, eliminando cualquier rol de género estereotipado en la práctica deportiva, conforme a los principios de los Decretos 59/2022 y 60/2022. Estos decretos subrayan la necesidad de una educación inclusiva, que evite mecanismos discriminatorios y fomente la participación equitativa. Las actividades serán diseñadas para garantizar que los estudiantes, independientemente de su sexo, accedan a las mismas oportunidades, sin diferenciaciones basadas en el género. Se incluirán dinámicas que favorezcan la colaboración, la cooperación y el respeto mutuo, superando el enfoque exclusivo en la competitividad. El currículo también buscará enseñar al alumnado a identificar y rechazar actitudes discriminatorias y a valorar la diversidad como un recurso positivo en el aula y en el entorno de la actividad física.

Asimismo, el desarrollo de la autoestima, la seguridad personal y el respeto al cuerpo serán componentes

esenciales, promoviendo la práctica deportiva como una vía de bienestar físico y emocional. De acuerdo con la normativa autonómica, el aprendizaje no se limitará a las habilidades físicas, sino que se centrará también en la transmisión de valores cívicos como la solidaridad, la tolerancia y la empatía.

El objetivo es preparar al alumnado para ser ciudadanos comprometidos con una sociedad plural, eliminando estereotipos de género y construyendo una visión más inclusiva del deporte. Además, se ofrecerán oportunidades para reflexionar sobre las desigualdades históricas de género en el deporte, fomentando el cambio hacia una sociedad más equitativa. Estas directrices, alineadas con los decretos autonómicos, garantizarán un entorno de respeto, igualdad y diversidad en la Educación Física, contribuyendo al desarrollo integral de todos los estudiantes, sin distinción de género.

