

I.E.S Marqués de Casariego.

Programación docente.

1º Bachillerato.

Departamento de Educación Física.
Curso 2025-2026

ÍNDICE

1. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN
2. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN: SITUACIONES DE APRENDIZAJE, TALLERES, PROYECTOS
3. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN
4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO DE ACUERDO CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN
5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES
6. METODOLOGÍA
7. CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS EN EL ÁREA
8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES
9. RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS
10. INSTALACIONES
11. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE
12. COMPOSICIÓN DEL DEPARTAMENTO Y REUNIÓN DEL DEPARTAMENTO

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.

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN	TEMPORALIZACIÓN
1 <i>Mejoramos nuestra condición física. Programa personal de actividad física.</i>	PRIMER TRIMESTRE
2 <i>Alimentación y nutrición. Dieta saludable. Análisis de nuestra dieta.</i>	SEGUNDO TRIMESTRE
3 <i>Mejoramos nuestro nivel en deportes de raqueta y actividades físicas alternativas: Bádminton, tenis de mesa, floorball.</i>	SEGUNDO TRIMESTRE
4 <i>Conocemos los primeros auxilios.</i>	TERCER TRIMESTRE
5 <i>Perfeccionamos nuestro nivel en los deportes colectivos.</i>	TERCER TRIMESTRE

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

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

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

1º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 1 “Mejoramos nuestra condición física”		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptores del perfil de salida

Competencia específica 1.
Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.

Competencia específica 5.
Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad

1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.

1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.

1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.

1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida.

1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.

5.1. Promover y 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 reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.

STEM2, STEM5, CD1, CD4,
CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5,
CE3.

STEM5, CPSAA1.2,
CPSAA2, CC4, CE

Saberes básicos

Bloque A. Vida activa y saludable

- *Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud. Dietas equilibradas según las características físicas y personales. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.*
- *Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.*
- *Salud mental: Técnicas de respiración, visualización y relajación para liberar estrés y enfocar situaciones que requieren gran carga cognitiva. Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación.*

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física

- *Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).*
- *Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).*

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices

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

Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

- *Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas. El aprendizaje de la práctica ciclista segura.*
- *Análisis de las posibilidades del entorno urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.*
- *Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares).*
- *Previsión de riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo. Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares). Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.*
- *Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. El trabajo físico como contribución a la sostenibilidad: actividades agroecológicas, manejo de herramientas, tareas de reparación, creación y mantenimiento de espacios, etc.*
- *Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.*

2º TRIMESTRE

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 2 “Alimentación y nutrición. Dieta saludable. Análisis de nuestra dieta.”		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
<p>Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p>	<p>1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.</p>	<p>STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.</p>
Saberes básicos		
<p>Bloque A. Vida activa y saludable</p> <p>- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad). Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida. Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal. Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados. Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud.</p> <p><u>Dietas equilibradas según las características físicas y personales.</u> Herramientas digitales para la gestión de la actividad física. Técnicas básicas de descarga postural y relajación. Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza. Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas.</p> <p>- Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva. Prácticas de actividad física con efectos positivos sobre la salud personal y colectiva: la práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud. Ventajas e inconvenientes del deporte profesional. Historias de vida de deportistas profesionales.</p>		

2º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 3 <i>“Mejoramos nuestro nivel en deportes de raqueta y actividades físicas alternativas: Bádminton, tenis de mesa, floorball.”</i>		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptorios del perfil de salida

<p>Competencia específica 2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.</p> <p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos.</p>	<p>CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.</p>
<p>Competencia específica 3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.</p>	<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p> <p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.</p> <p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las misma.</p>	<p>CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.</p>

Saberes básicos

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física

- *Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).*
- *Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.*
- *Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).*

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- *Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.*
- *Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica - Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.*
- *Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.*
- *Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.*

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

- *Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.*
- *Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.*
- *Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.*
- *Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.*
- *Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas sexistas y LGTBfóbicas).*

3º TRIMESTRE		
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 3 “<i>Conocemos los primeros auxilios.</i>”		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptores del perfil de salida

<p>Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.</p> <p>Competencia específica 5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, y asumiendo responsabilidades en la seguridad de las prácticas, para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.</p>	<p>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.</p> <p>5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.</p>	<p>STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.</p> <p>STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1.</p>
Saberes básicos.		

3º TRIMESTRE

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 3 “Perfeccionamos nuestro nivel en los deportes colectivos.”

Competencias específicas

Criterios de evaluación

Descriptor del perfil de salida

ajeno: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad.

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

Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

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

Competencia específica 2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.

Competencia específica 3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.

2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.

2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los Mismos.

3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.

3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.

3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las misma.

5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera

CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.

CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.

Saberes básicos

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física

- *Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).*
- *Selección responsable y sostenible del material deportivo. Análisis crítico de estrategias publicitarias.*
- *Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).*

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- *Toma de decisiones: resolución de situaciones motrices variadas ajustando eficientemente los componentes de la motricidad en actividades individuales. Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas. Acciones que provocan situaciones de ventaja con respecto al adversario en las actividades de oposición. Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival. Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.*
- *Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica - Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento.*
- *Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.*
- *Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles.*

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

- *Gestión del éxito y la fama en contextos físico-deportivos: ejemplos, dificultades y estrategias. Historias de vida significativas.*
- *Habilidades sociales: estrategias de integración de otras personas en las actividades de grupo.*
- *Normas extradeportivas para garantizar la igualdad en el deporte: fair-play financiero, coeducación en deporte base y similares.*
- *Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros.*
- *Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas sexistas y LGTBfóbicas).*

3. Procedimientos e instrumentos de evaluación.

En Educación Física tenemos gran diversidad de criterios y aspectos posibles de medición y evaluación. De entre los instrumentos existentes tendremos en cuenta los siguientes:

- Pruebas de Condición Física. Test de condición física:
 - Prueba de resistencia: Course Navette y/o Test de Cooper.
 - Prueba de velocidad de desplazamiento: 50 m.
 - Prueba de flexibilidad. Flexión profunda del tronco.
 - Prueba de agilidad. Circuito de agilidad.
 - Prueba de fuerza-resistencia abdominal. 45" en posición de flexión de piernas y con apoyo.
 - Prueba de fuerza en tronco y tren superior. Lanzamiento de balón medicinal. 3 Kg.
 - Prueba de potencia de piernas. Salto en horizontal a pies juntos.

Para evaluar estas pruebas se dispondrá de unos baremos establecidos al efecto, en base a la edad y entorno de referencia y aprobados en reunión de departamento.

- Cuaderno del alumno. Realización de las tareas encomendadas.
- Pruebas orales.
- Cuestionarios o pruebas escritas. Podrán ser tipo test, de respuesta corta o tipo tema.
- Registro anecdótico (Actitud, grado de participación y esfuerzo, asistencia con atuendo deportivo, hábitos higiénicos)
- Realización de trabajos y tareas encomendadas a lo largo del curso.
- Pruebas prácticas para la valoración del grado de adquisición de habilidades técnico-tácticas individuales y su aplicación al juego o deporte correspondiente, así como el conocimiento de los aspectos reglamentarios.
- Observación directa.
- Listas de control.
- Escalas de valoración.
- Rúbricas.

Baremos de las pruebas de condición física.

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Curso 1º Bach.

CHICOS								
Nota	C. Navette	Velocidad	Flexibilid.	Abdomin.	Salto horiz.	Lanzam.	Agilidad	Nota
10	13	00:06,5	42	50	2,35	9,00	00:12,5	10
9,5	12,5	00:06,6	40	49	2,30	8,75	00:12,7	9,5
9	12	00:06,7	38	48	2,25	8,50	00:12,9	9
8,5	11,5	00:06,8	36	47	2,20	8,25	00:13,1	8,5
8	11	00:06,9	34	46	2,15	8,00	00:13,3	8
7,5	10,5	00:07,0	32	45	2,10	7,75	00:13,5	7,5
7	10	00:07,1	30	44	2,05	7,50	00:13,7	7
6,5	9,5	00:07,2	29	43	2,00	7,25	00:13,9	6,5
6	9	00:07,3	28	42	1,95	7,00	00:14,1	6
5,5	8,75	00:07,4	27	41	1,90	6,75	00:14,3	5,5
5	8,5	00:07,5	26	40	1,85	6,50	00:14,5	5
4,5	8	00:07,6	25	39	1,80	6,25	00:14,7	4,5
4	7,5	00:07,7	24	38	1,75	6,00	00:14,9	4
3,5	7	00:07,8	23	37	1,70	5,75	00:15,1	3,5
3	6,5	00:07,9	22	36	1,65	5,50	00:15,3	3
2,5	6	00:08,0	21	35	1,60	5,25	00:15,5	2,5
2	5,5	00:08,1	20	34	1,55	5,00	00:15,7	2
1,5	5	00:08,2	19	33	1,50	4,75	00:15,9	1,5
1	4,7	00:08,3	18	32	1,45	4,50	00:16,1	1
0,5	4,5	00:08,4	17	31	1,40	4,25	00:16,3	0,5

CHICAS								
Nota	C. Navette	Velocidad	Flexibilidad.	Abdomin.	Salto horiz.	Lanzam.	Agilidad	Nota
10	10	00:07,4	40	41	2,05	6,75	00:13,9	10
9,5	9,5	00:07,5	38	40	2,00	6,50	00:14,1	9,5
9	9	00:07,6	36	39	1,95	6,25	00:14,3	9
8,5	8,5	00:07,7	34	38	1,90	6,00	00:14,5	8,5
8	8	00:07,8	32	37	1,85	5,75	00:14,7	8
7,5	7,5	00:07,9	31	36	1,80	5,50	00:14,9	7,5
7	7	00:08,0	30	35	1,75	5,25	00:15,1	7
6,5	6,5	00:08,1	29	34	1,70	5,00	00:15,3	6,5
6	6	00:08,2	28	33	1,65	4,75	00:15,5	6
5,5	5,25	00:08,3	27	32	1,60	4,50	00:15,7	5,5
5	5	00:08,4	26	31	1,55	4,25	00:15,9	5
4,5	4,5	00:08,5	25	30	1,50	4,00	00:16,1	4,5
4	4,25	00:08,6	24	29	1,45	3,75	00:16,3	4
3,5	4	00:08,7	23	28	1,40	3,50	00:16,5	3,5
3	3,5	00:08,8	22	27	1,35	3,25	00:16,7	3
2,5	3	00:08,9	21	26	1,30	3,00	00:16,9	2,5
2	2,5	00:09,0	20	25	1,25	2,80	00:17,1	2
1,5	2,3	00:09,1	19	24	1,20	2,70	00:17,3	1,5
1	2	00:09,2	18	23	1,15	2,60	00:17,5	1
0,5	1,7	00:09,3	16	22	1,10	2,50	00:17,9	0,5

4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

De acuerdo a la normativa vigente, se establecen los siguientes criterios de calificación:

PRUEBAS FÍSICAS Y/O DEPORTES: 30% Con ella se desarrolla las siguientes competencias: C.E.1 (Criterios 1.1,1.2,1.5). C.E.2.(Criterios 2.1,2.2) C.E.4 (Criterios 4.2) C.E.5 (Criterios 5.1,5.2)

PRUEBA TEÓRICA: 20% Con ella se desarrolla las siguientes competencias: C.E.1 (Criterios 1.2,1.3,1.4,1.5). C.E.2 (Criterios 2.2,2.3) C.E.4 (Criterios: 4.1) C.E.5 (Criterios: 5.2)

TRABAJOS Y/ PROYECTOS: 20% Con ella se desarrolla las siguientes competencias: C.E.1(Criterios 1.4.) C.E.2(Criterios 2.1)

ACTITUD: 20% Con ella se desarrolla las siguientes competencias: C.E.3 (Criterios 3.1, 3.2, 3.3)

HÁBITOS HIGIÉNICOS: 10% Con ella se desarrolla las siguientes competencias C.E.1(Criterios 1,2)

Los instrumentos de evaluación utilizados serán los siguientes:

- Realización de pruebas prácticas
- Realización de pruebas escritas y/o cuestionarios
- Realización de pruebas orales
- Listas de control
- Observación directa
- Escala de valoración
- Autoevaluación
- Cuaderno de clase
- Realización de tareas, trabajos y/o proyectos
- Registro anecdótico
- Rúbricas

La nota final será la media de las tres evaluaciones.

4.1. Alumnos lesionados y exentos.

Los alumnos lesionados y exentos, que temporalmente o de forma permanente no puedan realizar las actividades físicas propuestas en clase, realizarán las tareas, trabajos y/o proyectos que el profesor les indique en sustitución de la práctica, computando por tanto un 40% a efectos de calificación.

Entre otras podrán ser las siguientes:

- Dirección de actividades a sus compañeros como calentamientos, juegos, ejercicios, etc.
- Elaboración de trabajos y /o proyectos, actividades y ejercicios de carácter teórico relacionados con las diferentes sesiones y exposiciones.
- Arbitraje de partidos y juegos.
- Elaboración y dirección de sesiones.

4.2. Evaluación de alumnos a los que no se les pueda aplicar la evaluación continua.

Los alumnos a los que no se les pueda aplicar la evaluación continua, por tener más de un 25% de faltas de asistencia, serán evaluados en junio con pruebas teóricas y prácticas que supondrán un 80% de la nota (40% la teoría y 40% la práctica). El 20% restante de la nota lo aportará la evaluación de trabajos, proyectos y actividades que el profesor le propondrá. Para superar la materia el alumno tendrá que obtener la calificación de suficiente entre todos los apartados anteriores.

4.3. Plan de refuerzo para los alumnos que promocionen de curso en la ESO con EF pendiente (PRF).

Los alumnos que promocionen de curso en la ESO con la EF pendiente del año anterior seguirán el siguiente Plan de recuperación del área:

1. Entrega trimestral por parte del profesor de las tareas que considere más necesarias en función de las necesidades del alumno en concreto. El departamento dispondrá de actividades para cada nivel de todos los contenidos tratados en cada curso.
2. Los alumnos entregarán los trabajos en las convocatorias correspondientes y realizarán las pruebas escritas y las pruebas o test prácticos previstos para cada nivel en cada trimestre.
3. Los trabajos encomendados supondrán un 20% de la nota, las pruebas escritas un 40% y las pruebas y test prácticos un 40%.
4. Los exámenes serán trimestrales.
5. Para superar la materia el alumno tendrá que obtener una calificación de suficiente o superior entre todos los apartados anteriores y entre las tres evaluaciones.

4.4. Plan específico personalizado para alumnos que no promocionen y hayan suspendido la EF en el curso anterior (PEP).

El profesor correspondiente podrá proponer actividades de refuerzo, tanto trabajos Teóricos y proyectos como actividades prácticas, a aquellos alumnos que no promocionen y no hayan superado el área de EF. el curso anterior, si a su juicio lo necesitan. El Departamento dispondrá actividades para todos los niveles.

Los criterios e instrumentos de evaluación serán los dispuestos en la presente programación para cada nivel.

5. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES

La concreción de la respuesta a las diferencias individuales tomará como referencia el marco del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA), tanto en las Unidades de Programación y Situaciones de Aprendizaje que se programen en el aula.

Todos aquellos alumnos que por unas causas u otras (obesidad, falta de coordinación, etc.) tengan grandes problemas de adaptación-realización de tareas a realizar a lo largo del curso, tendrán un seguimiento más personalizado mediante programas específicos de adaptación curricular significativa o no significativa dependiendo de los casos que se nos presenten. Hemos de tener siempre presente que la calidad del movimiento debe ser exigido según su capacidad y no sólo en términos de rendimiento deportivo. El ejercicio ha de ser un recurso para educar al alumno para una vida activa normal y para que disponga de herramientas para desarrollar una vida sana. Igualmente nos ha de servir para evaluar la capacidad de aprendizaje y en todo caso, harán referencia a los ajustes razonables curriculares y/o metodológicos que pudieran derivarse de las necesidades del alumnado.

Para la concreción de estas actuaciones, se tomará como referencia la normativa legal vigente, así como el Programa de Atención a la Diversidad del centro.

En coordinación con jefatura de estudios y según la disponibilidad horaria del departamento, se desdoblarán los grupos que lo necesiten. También se dispondrán apoyos con otro profesor en la clase.

Partiendo de esta premisa, en este apartado se incluirán aquellas medidas de atención a las diferencias individuales que permitan la personalización del aprendizaje del alumnado del grupo clase. Estas medidas deberán dar respuesta a los distintos ritmos, situaciones y estilos de aprendizaje de los alumnos.

6. Metodología

Las orientaciones metodológicas que se describen a continuación para la etapa de Bachillerato deben favorecer un aprendizaje competencial que tenga en cuenta los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado y orientado a favorecer el ejercicio de una ciudadanía activa. Para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje en Educación Física se implementarán modelos que favorecerán la capacidad del alumnado para aprender de forma autónoma, para trabajar en equipo y aplicar los métodos de investigación apropiados.

El proceso de enseñanza-aprendizaje en la materia de Educación Física iniciado en la etapa anterior tiene continuidad en el Bachillerato favoreciendo que el alumnado consolide un estilo de vida activo, asiente el conocimiento de la propia corporalidad, disfrute de las manifestaciones culturales de carácter motriz, integre actitudes ecosocialmente responsables o afiance el desarrollo de todos los procesos decisionales que intervienen en la resolución de situaciones motrices.

Estos desempeños, propios de la Educación Física, permitirán que nuestro el alumnado pueda progresar con garantías de éxito en su itinerario formativo, y afrontar los principales retos y desafíos globales y locales, participando en la consecución de los objetivos establecidos para la etapa que le permitan desarrollar funciones sociales e incorporarse a la vida activa con responsabilidad y aptitud.

Para ello, se propone abordar nuestra materia con un enfoque claramente competencial, que promueva la construcción de aprendizajes basados en la adquisición de las competencias clave en conexión con los retos del siglo XXI, que permita a nuestro alumnado dar respuesta a situaciones, cuestiones y problemas reales de la vida cotidiana.

Esta conexión determina que la meta de la Educación Física no se centre en la mera adquisición de saberes, destrezas o actitudes, sino en descubrir el cómo movilizarlos para solucionar necesidades reales, tales como: la adopción de un estilo de vida activo, la gestión emocional y social al servicio de la convivencia igualitaria, la autonomía personal relacionada con la higiene y la alimentación, la motivación hacia la práctica físico-deportiva y la adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludables asumiendo la responsabilidad personal en la promoción de la salud pública e incorporando actitudes inclusivas y ecosocialmente responsables.

El análisis del perfil competencial de Educación Física para esta etapa, como elemento de reflexión, nos permitirá identificar y concretar, a través del análisis de los descriptores operativos, las interacciones entre las competencias específicas y los criterios de evaluación, definiendo la contribución al desarrollo de las competencias clave de nuestra materia.

La Competencia Ciudadana (CC) se podrá desarrollar a través de la participación en actividades físico-deportivas y artísticas que estimulen la toma de decisiones y el respeto a las reglas del juego como elemento de integración social, que promuevan la reflexión individual y en grupo sobre

actitudes negativas hacia la actividad física derivadas de ideas preconcebidas, prejuicios, estereotipos o experiencias negativas y que favorezcan la adquisición de un estilo de vida activo, sostenible y ecosocialmente responsable.

La Competencia Personal, Social y de Aprender a Aprender (CPSAA) se movilizará a través de las situaciones de aprendizaje, retos cooperativos, actividades artísticas y físico-deportivas, y proyectos motrices grupales que sean fuente de disfrute, de liberación de

tensiones, gestión de emociones, cohesión social y superación personal, facilitando la adaptación al cambio en relación a la salud emocional y la convivencia igualitaria.

Será también relevante la aportación de la educación física a la adquisición de la Competencia Matemática y Competencia en Ciencia, Tecnología e Ingeniería (STEM) fomentando el pensamiento científico en aspectos como la gestión del volumen y la intensidad en las prácticas físico-deportivas, la autorregulación y planificación del entrenamiento, el control de resultados mediante la puesta en práctica de programas personalizados al servicio de la mejora de la condición física y llevando a cabo proyectos para transformar su entorno próximo y convertirlo en un espacio más saludable.

La Competencia Emprendedora (CE) aportará en Educación Física las estrategias necesarias para que el alumnado reconozca y analice necesidades relacionadas con la condición física, la higiene postural y corporal, las patologías relacionadas con la inactividad física y los problemas sociales y afectivo-emocionales, elaborando ideas originales y proponiendo soluciones innovadoras, igualitarias y éticas, en conexión con la promoción de la actividad física, la prevención de lesiones, la creación de una identidad corporal definida y consolidada y la puesta en marcha de nuevas actividades y espacios deportivos.

La Competencia en Conciencia y Expresiones Culturales (CCEC) implica que el alumnado de esta materia reconozca y aprecie críticamente aspectos esenciales del patrimonio cultural, artístico y físico-deportivo como pueden ser los juegos, danzas y bailes de diferente origen, en especial los del Principado de Asturias. Esta competencia también conlleva que sepan utilizar técnicas específicas de expresión corporal, que practiquen actividades rítmico-musicales y que organicen espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos conociendo la influencia del deporte en la cultura actual.

La Competencia Lingüística (CL) supone poner las prácticas comunicativas al servicio de la convivencia en el desarrollo de las prácticas motrices, la comprensión de las normas, el uso de estrategias de negociación y mediación entre iguales en contextos motrices y las reflexiones críticas que se hagan del deporte desde una perspectiva de género, que aseguren la igualdad de derechos de todas las personas mediante un uso eficaz, ético y no sexista del lenguaje.

La Competencia Digital (CD) se desarrolla a través del tratamiento metodológico y el diseño de tareas y situaciones de aprendizaje que demanden el uso de herramientas digitales enfocadas a la búsqueda avanzada de información, la confección de materiales audiovisuales relacionados con la práctica motriz, la utilización de diferentes plataformas virtuales y el empleo de Apps para la gestión de la actividad física, reconociendo tanto su potencial como los riesgos que conllevan y tomando las medidas de seguridad necesarias.

Por otro lado, la Competencia Plurilingüe (CP) se movilizará al implicarnos en diferentes lenguas, orales o signadas a través de juegos, deportes, proyectos artísticos, bailes y danzas multiculturales, etc. Esta competencia también es esencial en el conocimiento del patrimonio cultural y deportivo del Principado de Asturias, para el que también deberemos ampliar el repertorio lingüístico individual.

Para la adquisición y desarrollo, tanto de las competencias clave como de las competencias específicas, se planificarán y diseñarán situaciones de aprendizaje en coordinación con el resto del equipo docente, de acuerdo a los principios que, con carácter orientativo, se recogen en el decreto 60/2022 de 30 de agosto, por el que se regula la ordenación y se establece el currículo de Bachillerato en el Principado de Asturias.

Por la vital influencia del movimiento en el aprendizaje, se recomienda el desarrollo de distintas situaciones de aprendizaje que incorporen el movimiento como recurso, así como enfoques y proyectos interdisciplinarios en la medida en que sea posible. Estas situaciones de aprendizaje integrarán procesos orientados a la adquisición de las competencias y deberán enfocarse desde diferentes bloques de saberes, evitando centrarse en uno de manera exclusiva y, simultáneamente, desde la articulación con elementos plurales como son las diferentes opciones metodológicas de carácter participativo, modelos pedagógicos, el tipo y la intención de las actividades planteadas, la organización de los grupos, la consolidación de una autoestima positiva o la creación de una conciencia de grupo-clase.

Será igualmente importante tener en cuenta la regulación de los procesos comunicativos, el desarrollo de las relaciones interpersonales, la conversión de espacios y materiales en oportunidades de aprendizaje o la transferencia del conocimiento adquirido a otros contextos sociales próximos que permitan comprobar el valor de lo aprendido, aspecto este último clave para una sociedad más justa y equitativa.

Todos estos procesos deben establecerse en función de la interrelación de los saberes, el docente, el alumnado y el contexto en el que se aplican; pero, sobre todo, teniendo claro por qué y para qué se utilizan. Esto, a su vez, permitirá experimentar y evidenciar el carácter propedéutico de la materia.

La intervención didáctica en el aula de Educación Física deberá favorecer el desarrollo competencial de nuestro alumnado a través de procesos de enseñanza-aprendizaje activos, dinámicos y significativos que faciliten que el alumnado:

- Comprenda e interiorice los conceptos claves y las relaciones entre diferentes elementos propios de la materia.
- Movilice esos saberes básicos y los conecte con la vida cotidiana.
- Relacione los saberes de diferentes materias para abordar problemas complejos.
- Perciba las implicaciones personales y sociales que derivan del conocimiento de la materia.
- Se interese por profundizar en el conocimiento presentado.
- Desarrolle estrategias para seguir aprendiendo sobre la materia, si lo necesita.

7. CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS EN EL AREA

Contribución que desde el área o materia se lleva a cabo en los planes, programas y proyectos de centro (el Plan de digitalización, Plan de Lectura, escritura e investigación...)

CONTRIBUCIÓN DEL ÁREA O MATERIA EN LOS PLANES Y PROGRAMAS DEL CENTRO

Plan de lectura, escritura e investigación

Desde el área de Educación Física colaboramos con el PLEI del centro estableciendo en tiempo y

forma las lecturas relacionadas con la materia. Estas lecturas se establecen por cursos y por trimestres y se cuelgan en los canales pertinentes

Otros planes y programas (ejemplos)

Sección bilingüe	Coeducación	PROA+	Programa de salud	Digitalización e innovación	Otros
------------------	-------------	-------	-------------------	-----------------------------	-------

El departamento también ha creado otros cursos el grupo de salud, desde el cual se establecían actividades que tienen como objetivo favorecer la salud de nuestros alumnos, con actividades formativas dentro del ámbito escolar y que buscan también la implicación de las familias. Aunque este curso no está activo recurriremos a material creados en su momento para continuar trabajando en dicho objetivo.

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Actividad	Tipo	Fecha estimada	Vinculación con de Unidades Programación
Curso de iniciación al esquí en Andorra	AE	diciembre	U.P1
Campeonatos escolares	AC	2º -3º trimestre	U.P3,5
Día de la Educación Física en la calle	AC	3º trimestre	U.P3,5
Visita y colaboración asociación fraternidad	AC	3º trimestre	U.P 3,5

9. RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS

MATERIAL DE USO GENERAL

Materiales didácticos	Referencia	fotocopias, recursos de creación propia, etc.
	Forma de acceso	Se entregan y se difunden a través de plataforma de manera gratuita

Materiales digitales	Referencia	Blogs, web, materiales en teams
	Forma de acceso	Teams, Educastur, aplicaciones digitales (strava, Tábata...)
Libro de texto	Referencia	No hay libro de texto para este curso
Otros	Referencia	
	Forma de acceso	

MATERIALES DE USO ESPECÍFICO
Se detallará en cada situación de aprendizaje. El material en la asignatura es muy variado, desde material de tipo gimnástico (colchonetas, bancos suecos..), balones de diferentes deportes, material de juegos populares, material de orientación (mapas, brújulas...) reproductores musicales, cronómetros....

10. Instalaciones.

En cuanto a instalaciones debemos hacer notar la carencia de las mismas, disponiendo de un gimnasio, pequeño a todas luces, y un patio descubierto de sólo 22 X 13 metros, que la mayoría de las veces no se puede utilizar porque llueve o ha llovido y está llena de charcos. Además, cuando está mojado se vuelve resbaladizo y peligroso. No es un problema menor la existencia de una alcantarilla en el centro del patio que se desborda algunas veces llenando la cancha de aguas fecales y todo tipo de inmundicias.

Otro problema añadido y muy común es encontrar el patio lleno de cristales, latas y otros objetos arrojados al patio durante el fin de semana.

Todo lo anterior lo compensamos, cuando el tiempo lo permite, con las prácticas de resistencia por las calles de Tapia, las de atletismo, actividades en el medio natural y deportes alternativos en la playa

y las de fútbol sala en la cancha municipal situada a 200 metros del IES.

Esperemos que, para el próximo curso, dicho patio sea cubierto como nos prometió el Sr. Consejero de Educación. En las condiciones actuales es muy difícil cumplir el programa establecido.

Destacamos también que, por motivos de horario, coincidimos a veces dos grupos en el gimnasio, y compartimos el poco espacio disponible gracias a la buena relación existente entre los miembros del departamento.

El polideportivo se encuentra a unos 300 m del IES, trayecto que hay que recorrer por las calles de Tapia y cruzando la antigua carretera nacional, además del tiempo que se pierde en estos desplazamientos. Todo ellos van en detrimento de la seguridad de los alumnos y de la calidad de la enseñanza.

Precisamente para evitar tantos desplazamientos que, como decimos, suponen riesgo para los alumnos y pérdida de tiempo para la práctica deportiva, este año en los cursos bajos se vuelven a unir las dos sesiones semanales en una única sesión semanal de 110 minutos de clase. Esto no ha sido posible en todos los grupos debido a la limpieza del pabellón, que se realiza varios días a mitad de la mañana. Es por ello que los grupos de 3º de la ESO, 4º de la ESO y 1º de Bachillerato continúan con dos sesiones de 55 min. en días diferentes.

Destacar también que a pesar de disponer de alguna hora de pabellón en nuestro horario suele ocurrir que, al coincidir con horario de limpieza del mismo no se haga efectiva esta disponibilidad, no pudiendo, por tanto, realizar práctica en el polideportivo.

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

La programación se considerará un documento vivo, sujeto a cambios si son necesarios, para lo cual, y siguiendo lo que establece la normativa, se realizará un seguimiento de efectividad y funcionalidad del documento.

Para realizar el seguimiento se generarán una serie de indicadores de logro de manera que el docente pueda comprobar de una manera rápida si la efectividad y funcionalidad obtenida es la planificada. Sirvan de ejemplo los propuestos en la siguiente tabla:

Indicadores de logro de la programación (autoevaluación)

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN ----- EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE			
INDICADORES DE LOGRO		SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA
TEMPORALIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN			
1.	Se realiza la unidad de programación teniendo en cuenta la programación de aula y la temporalización propuesta.		
2.	El número de sesiones previstas se adecúa a las necesarias para el desarrollo de las situaciones de aprendizaje.		

ORGANIZACIÓN DEL AULA			
3.	La distribución de la clase favorece la metodología elegida.		
4.	La distribución de la clase fomenta las relaciones de grupo clase y el trabajo individual.		
RECURSOS EN EL AULA			
5.	Se utilizan recursos didácticos variados.		
6.	Los recursos son los adecuados y suficientes para las situaciones de aprendizaje.		
METODOLOGÍA EN EL AULA			
7.	Se utilizan metodologías activas, actividades significativas y tareas variadas.		
8.	La metodología favorece la participación de todo el alumnado.		
9.	La metodología es atractiva para el alumnado.		
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
10.	Se realizan actividades multinivel para dar respuesta a los distintos ritmos de aprendizaje		
11.	Todos los alumnos se sienten importantes en la consecución del resultado final.		
OTROS			
12.	Se observa el progreso de los alumnos.		
13.	Los alumnos saben aplicar los aprendizajes a situaciones reales de práctica.		

Propuestas de mejora

Propuestas de mejora y objetivos a trabajar para el próximo curso.

Evaluación de la programación y de la práctica docente basado en:			
<input checked="" type="checkbox"/> Resultados académicos	<input checked="" type="checkbox"/> Cuestionarios o encuestas	<input type="checkbox"/> Rúbricas	<input type="checkbox"/> Otros:
Propuestas de mejora:			

Otra propuesta de valoración

Se valorarán de 1 a 4 los siguientes aspectos siendo 1 la calificación más baja y 4 la más alta:

	1	2	3	4
1. Distribución temporal de los contenidos.				
2. Validez de los procedimientos, instrumentos de evaluación y criterios de calificación aplicados.				
3. Eficacia de la metodología.				
4. Validez de los recursos didácticos y los materiales curriculares.				
5. Eficacia de las medidas de refuerzo y atención a la diversidad.				
6. Validez del programa de refuerzo de la materia pendiente.				
7. Desarrollo e interés de las actividades complementarias y extraescolares.				
8. Desarrollo, en su caso, de los programas y proyectos en que participe el Departamento.				
9. Incorporación de las TIC en la práctica docente.				
10. La coordinación entre el profesorado de los distintos grupos es la adecuada.				

En caso de que se hayan valorado con un 1 o 2 alguno de los apartados, se señalarán las causas y se harán propuestas de mejora.

12. Composición del departamento.

La composición del departamento de Educación Física es la siguiente:

- M^a José Fernández Carbajales. (Jefa de departamento)
- José Antonio Rodríguez Martínez

La reunión del departamento será semanal y cuantas fueren necesarias a lo largo del curso.

Tapia de Casariego, 07de Octubre de 2025