

IES PEÑAMAYOR – CURSO 2025-2026

MATERIA: ACTIVIDAD FÍSICA Y VIDA ACTIVA

NIVEL: 2º Bachillerato

PROFESORADO: ALFONSO CANTORA DÍAZ



REFERENCIA NORMATIVA: D60/2022.

1. ORGANIZACIÓN, SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA

Los objetivos generales de etapa que aparecen recogidos en el artículo 7 del Decreto 60/2022 son: (Resaltamos en negrita los aspectos a los que contribuye de manera más directa la presente asignatura de los recogidos en el citado documento)

- a) Ejercer la ciudadanía democrática, desde una perspectiva global, y **adquirir una conciencia cívica responsable**, inspirada por los valores de la Constitución Española, así como por los derechos humanos, que fomente la corresponsabilidad en la construcción de una sociedad justa y equitativa.
- b) Consolidar una madurez personal, afectivo-sexual y social que les permita **actuar de forma respetuosa, responsable y autónoma** y desarrollar su espíritu crítico. Prever, detectar y resolver pacíficamente los conflictos personales, familiares y sociales, así como las posibles situaciones de violencia.
- c) Fomentar **la igualdad efectiva de derechos y oportunidades de mujeres y hombres**, analizar y valorar críticamente las desigualdades existentes, así como el reconocimiento y enseñanza del papel de las mujeres en la historia e impulsar la igualdad real y la no discriminación por razón de nacimiento, sexo, origen racial o étnico, discapacidad, edad, enfermedad, religión o creencias, orientación sexual o identidad de género o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.
- d) Afianzar los hábitos de lectura, estudio y disciplina, como condiciones necesarias para el eficaz aprovechamiento del aprendizaje, y como medio de desarrollo personal.
- e) Dominar, tanto en su expresión oral como escrita, la lengua castellana y, en su caso, la lengua cooficial de su comunidad autónoma.
- f) Expresarse con fluidez y corrección en una o más lenguas extranjeras.
- g) Utilizar con solvencia y responsabilidad las **tecnologías de la información y la comunicación**.
- h) Conocer y **valorar críticamente las realidades del mundo contemporáneo**, sus antecedentes históricos y los principales factores de su evolución. **Participar de forma solidaria en el desarrollo y mejora de su entorno social**.
- i) Acceder a los conocimientos científicos y tecnológicos fundamentales y dominar las habilidades básicas propias de la modalidad elegida.
- j) Comprender los elementos y procedimientos fundamentales de la investigación y de los métodos científicos. Conocer y valorar de forma crítica la contribución de la ciencia y la tecnología en el cambio de las condiciones de vida, así como afianzar la sensibilidad y el **respeto hacia el medio ambiente**.
- k) Afianzar el espíritu emprendedor con actitudes de **creatividad, flexibilidad, iniciativa, trabajo en equipo, confianza en uno mismo y sentido crítico**.
- l) Desarrollar la sensibilidad artística y literaria, así como el criterio estético, como fuentes de formación y enriquecimiento cultural.
- m) **Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Afianzar los hábitos de actividades físico-deportivas para favorecer el bienestar físico y mental, así como medio de desarrollo personal y social.**
- n) **Afianzar actitudes de respeto y prevención en el ámbito de la movilidad segura y saludable.**
- o) **Fomentar una actitud responsable y comprometida en la lucha contra el cambio climático y en la defensa del desarrollo sostenible**

SABERES BÁSICOS

Bloque A. Bloque básico general.

Normas de seguridad y de prevención de accidentes o lesiones en la práctica deportiva.

Pautas para una actividad física saludable (higiene postural, ergonomía, prevención de enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad...).

Primeros auxilios ante un accidente en el ámbito del deporte o la actividad física.

Bloque B. El juego motriz o el deporte con carácter recreativo.

Práctica de juegos alternativos y deportes con un enfoque participativo y de disfrute, centrándonos en el aspecto lúdico y social del ejercicio físico.

La cooperación, la comunicación y la integración a través de juegos y deportes.

Las habilidades sociales y de resolución de conflictos en el contexto de la práctica deportiva recreativa.

Respeto por las reglas, el fair play y la tolerancia.

La importancia del disfrute y la participación activa.

Bloque C. El ejercicio físico con un enfoque salud/fitness.

Actividades como el fitness, el entrenamiento de fuerza, yoga, pilates, crossfit, spinning, ... con el objetivo de mejorar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la flexibilidad y el bienestar general.

Conceptos básicos: carga, volumen, intensidad, recuperación, técnica de ejecución, ...

Planificación y estructuración de sesiones de entrenamiento para el desarrollo de la condición física.

Beneficios de la actividad física para la salud física y mental (reducción de riesgos cardiovasculares, mejora de la salud mental, control de peso, etc.).

La importancia de la actividad física en la prevención de enfermedades como la obesidad, hipertensión, diabetes, etc.

Desarrollo de hábitos de ejercicio físico sostenible.

Evaluación de la condición física personal mediante pruebas simples (test de resistencia, fuerza, flexibilidad).

Bloque D. El deporte con carácter competitivo.

Definición y tipos de deportes competitivos (individuales y colectivos).

Diferencias entre el deporte recreativo y competitivo.

Conocimiento y aplicación de las reglas básicas de diferentes deportes (fútbol, baloncesto, atletismo, etc.).

Técnicas y tácticas deportivas.

Psicología deportiva: la motivación, el control de la ansiedad y la gestión de la presión.

El papel de la concentración, la disciplina y el trabajo en equipo en el rendimiento deportivo.

El deporte y los valores éticos:

Fomentar el respeto, la honestidad y la responsabilidad en el ámbito deportivo.

La importancia de la competencia sana y el respeto por el adversario.

Organización de competiciones:

Planificación y ejecución de eventos deportivos: desde el reglamento hasta la logística.

El trabajo de los árbitros, entrenadores y organizadores.

Bloque B. La práctica física como medio de expresión artística-corporal.

El cuerpo como instrumento de expresión: Introducción a la expresión corporal: conceptos y elementos.

El uso del cuerpo para comunicar emociones, ideas y estados de ánimo.

El movimiento como forma artística: Creación de secuencias de movimiento que expresen sentimientos o relatos. Coreografía básica: construcción de movimientos y secuencias.

Relación entre la música y el movimiento: Sincronización del movimiento corporal con el ritmo musical. La importancia del ritmo y la musicalidad en la danza.

METODOLOGÍA GENERAL

En cuanto a los **principios metodológicos** básicos a considerar a lo largo de cada una de las sesiones señalamos como fundamentales los siguientes aspectos:

- Diversificación metodológica: Seleccionaremos la metodología más adecuada en base a lograr un mayor aprendizaje, la seguridad, el tipo de contenido a trabajar, los objetivos o finalidades planteados, las características del alumnado....
- Metodología activa: pese a lo dicho en el punto anterior, partimos de la idea de conseguir una participación activa y creativa del alumno en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por eso se deben primar los métodos o estilos de enseñanza donde se requieran una mayor implicación cognitiva por parte del alumno.
- Funcionalidad o utilidad de los aprendizajes: Se debe dar funcionalidad a los aprendizajes impartidos, que entiendan las actividades de EF como algo que ellos pueden utilizar en su tiempo de ocio, no como algo exclusivo de la clase de EF. Por ello se trata de trabajar contenidos con posibilidades de práctica en el entorno cercano por la accesibilidad de instalaciones, bajo coste del material, la existencia de clubes deportivos...

- Significatividad de los aprendizajes (Ausubel): Estableciéndose relaciones entre los conocimientos nuevos y los ya adquiridos, por ejemplo, en el caso de las relaciones entre los principios tácticos en los deportes colectivos, o las que se dan con contenidos de otras áreas.
- Individualización: Los alumnos/as aprenden a ritmos muy diferentes, al igual que también son diferentes los procesos de desarrollo, presentan distintas capacidades... de ahí la importancia de este aspecto. Se adaptarán las intensidades de trabajo en la UD de Fuerza, los ritmos de carrera en la de Resistencia, la dificultad de las tareas en la de Patines...
- Autonomía: No sólo intentando que el alumno aprenda los conocimientos necesarios para desarrollar una práctica física autónoma (UDD de Condición Física), sino también trabajar estrategias que le permitan "aprender a aprender" (UDD Combas, Lectura y Debate...).
- Partir del principio de "enseñanza para el éxito": Muy relacionado con el principio de individualización. Si somos capaces de ajustar la exigencia de las tareas el alumno no se sentirá frustrado ante el fracaso repetido.
- Motivación: Es una condición indispensable. Indudablemente la actitud del profesor hacia los alumnos en este aspecto es fundamental (para motivar hay que estar motivado). Utilizar refuerzos positivos, contenidos atractivos (patines), aprendizaje jugado en los deportes...
- Socialización e interacción con sus iguales y con los profesores: Son factores cruciales en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Trataremos de fomentar el trabajo en equipo mediante los deportes colectivos o por parejas planteados (fútbol y bádminton), los proyectos grupales en la UD de Combas y PPAA, el intercambio de puntos de vista en la UD Lectura y Debate...

Dentro de la metodología y enlazando con los estilos cobra especial importancia la **organización y control en la clase** pues ella puede favorecer o perjudicar el proceso de enseñanza-aprendizaje. A este respecto, el profesor tratará de regular aquellos aspectos que puedan afectarla, y que son:

- Control de la disciplina en las clases: **dejar claras las reglas** desde un principio (mediante hoja informativa a inicio de curso que puede ser elaborada tipo contrato firmado por los padres y por ellos), **no mirar para otra parte** cuando se den comportamientos inadecuados (mala utilización del material e instalaciones, dejadez o falta de implicación, conflictos entre alumnos...) ya que puede hacer que se reproduzcan, **crear rutinas** ayuda a prevenir/controlar el grupo (nos sentamos todos siempre en orden de lista al comienzo de la clase para pasar lista y explicar la sesión), **adaptarnos al nivel de madurez del grupo/alumno** cediendo autonomía y responsabilidad con grupos/alumnos maduros, **ser coherentes / dar ejemplo** (no pedir que sean puntuales si nosotros llegamos tarde), tratar de **no ser autoritario** (a esta edad no funciona) intentar que el alumno analice lo hecho...
- Agrupamientos: estos afectan directamente a la organización y en ocasiones se perderá mucho tiempo en realizarlos, se tratará por tanto de que no varíen mucho a lo largo de una clase o que los cambios de agrupaciones sean dinámicos (estamos en parejas y pasamos a grupos de 4). Respecto a los agrupamientos, también se pueden buscar grupos reducidos para aumentar la participación (ej. fútbol 3x3), o no para practicar en situaciones reales.
- Distribución en el espacio: teniendo en cuenta su mejor aprovechamiento, la seguridad, su adaptación a la tarea ya que no siempre más espacio es mejor...
- Organización de los materiales: prever que material será necesario, rotaciones de material en caso de ser escaso, establecer reglas de transporte, colocación, etc. implicando al alumno en estas labores, utilizar material apropiado volantes lentos, bolas de cuatreada ligeras...
- El tiempo como factor organizativo: generalmente intentaremos evitar los tiempos de espera, aunque no siempre ya que en ocasiones son necesarios para posibilitar la recuperación física o psíquica, el tiempo empleado en cada tarea será el necesario para la consecución del objetivo que en ella se perseguía, se buscará una adecuada relación entre tiempo de práctica/de explicación/de transición... Dentro de éste apartado me gustaría mencionar la **estructura general de la sesión**, que a pesar de que en momentos puntuales se pueda variar constará de las siguientes partes:

MOMENTO DE ENCUENTRO.

- Cambio de ropa y/o calzado, y organización en los bancos para sentarse.
- Saludo y presentación de la clase/unidad didáctica.

MOMENTO DE ACTIVIDAD MOTRIZ

- Calentamiento.
- Parte central de la sesión (ejercicios, explicaciones, puestas en común...).

- Vuelta a la calma.

MOMENTO DE DESPEDIDA

- Valoración de la sesión / Momento de preguntas.
- Recogida del material.
- Cambio de ropa/atuendo.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	DESCRIPTORES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Competencia específica 1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando y 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.	STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.	1.1. Planificar, desarrollar y poner en práctica de manera autónoma una sesión de entrenamiento 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. 1.2. Mostrar una actitud participativa y activa en el desarrollo de actividades y ejercicios para el desarrollo de la condición física, asumiendo que sólo con esta predisposición se alcanzarán los objetivos buscados con los ejercicios planteados. 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.
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.	CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o competitivo, 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.

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.	CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.	3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, 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 mismas.
Competencia específica 4. Analizar críticamente e investigar acerca de las prácticas y manifestaciones culturales vinculadas con la motricidad según su origen y su evolución desde la perspectiva de género y desde los intereses económicos, políticos y sociales que hayan condicionado su desarrollo, practicándolas y fomentando su conservación para ser capaz de defender desde una postura ética y contextualizada los valores que transmiten.	STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1.	4.1. Comprender y contextualizar la influencia cultural y social de las manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria. 4.2. Crear y representar composiciones corporales individuales o colectivas, con y sin base musical, aplicando con precisión, idoneidad y coordinación escénica las técnicas expresivas más apropiadas a cada composición para representarlas ante sus compañeros u otros miembros de la comunidad.

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.	STEM5, CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1	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 éstas 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.
UNIDADES DE PROGRAMACIÓN		
UP. Condición Física. Mi píldora de preparación física	Temporalización:	1ª Eva. 2ª Eva. 3ª Eva.
DESCRIPCIÓN/INTENCIÓN: El trabajo de condición física se desarrollará a lo largo de todo el curso ocupando unos 10-15 minutos de cada sesión. Los alumnos podrán preparar una sesión de trabajo de condición física con un objetivo específico.		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 1.1; 1.2; 1.3; 2.1, 3.3		
SABERES BÁSICOS: Bloque C. El ejercicio físico con un enfoque salud/fitness. Actividades como el fitness, el entrenamiento de fuerza, yoga, pilates, crossfit, spinning, ... con el objetivo de mejorar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la flexibilidad y el bienestar general. Conceptos básicos: carga, volumen, intensidad, recuperación, técnica de ejecución, ... Planificación y estructuración de sesiones de entrenamiento para el desarrollo de la condición física. Beneficios de la actividad física para la salud física y mental (reducción de riesgos cardiovasculares, mejora de la salud mental, control de peso, etc.). La importancia de la actividad física en la prevención de enfermedades como la obesidad, hipertensión, diabetes, etc. Desarrollo de hábitos de ejercicio físico sostenible. Evaluación de la condición física personal mediante pruebas simples (test de resistencia, fuerza, flexibilidad).		
UP. Deporte.	Temporalización:	1ª Eva. 2ª Eva. 3ª Eva.
DESCRIPCIÓN/INTENCIÓN: la parte principal de la sesión se ocupará en la práctica de un deporte tradicional, juego alternativo o contenido expresivo-corporal. Los deportes pueden estar planteados desde una perspectiva recreativa o tener un enfoque más competitivo. La elección del contenido correrá a cargo del profesor o de los alumnos que deseen proponer una actividad concreta.		
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 2.2; 2.3; 3.1; 3.3		
SABERES BÁSICOS: Bloque D. El deporte con carácter competitivo. Definición y tipos de deportes competitivos (individuales y colectivos). Diferencias entre el deporte recreativo y competitivo. Conocimiento y aplicación de las reglas básicas de diferentes deportes (fútbol, baloncesto, atletismo, etc.). Técnicas y tácticas deportivas. psicología deportiva: la motivación, el control de la ansiedad y la gestión de la presión. El papel de la concentración, la disciplina y el trabajo en equipo en el rendimiento deportivo. El deporte y los valores éticos:		

Fomentar el respeto, la honestidad y la responsabilidad en el ámbito deportivo. La importancia de la competencia sana y el respeto por el adversario. Organización de competiciones: Planificación y ejecución de eventos deportivos: desde el reglamento hasta la logística. El trabajo de los árbitros, entrenadores y organizadores.				
UP. Juego/Deporte alternativo	Temporalización:	1ª Eva.	2ª Eva.	3ª Eva.
DESCRIPCIÓN/INTENCIÓN: la parte principal de la sesión se ocupará en la práctica de un deporte tradicional, juego alternativo o contenido expresivo-corporal. Los deportes o juegos alternativos planteados deberán organizarse en base a favorecer la participación de todos los alumnos buscando un enfoque recreativo o lúdico. La elección del contenido correrá a cargo del profesor o de los alumnos que deseen proponer una actividad concreta.				
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 3.3				
SABERES BÁSICOS: Bloque B. El juego motriz o el deporte con carácter recreativo. Practica de juegos alternativos y deportes con un enfoque participativo y de disfrute, centrándonos en el aspecto lúdico y social del ejercicio físico. La cooperación, la comunicación y la integración a través de juegos y deportes. Las habilidades sociales y de resolución de conflictos en el contexto de la práctica deportiva recreativa. Respeto por las reglas, el fair play y la tolerancia. La importancia del disfrute y la participación activa.				
UP. Talent show	Temporalización:	1ª Eva.	2ª Eva.	3ª Eva.
DESCRIPCIÓN/INTENCIÓN: la parte principal de la sesión se ocupará en la práctica de un deporte tradicional, juego alternativo o contenido expresivo-corporal. Las actividades artístico-expresivas de carácter corporal podrán estar orientadas hacia contenidos rítmicos, de expresión corporal o artísticos. La elección del contenido correrá a cargo del profesor o de los alumnos que deseen proponer una actividad concreta.				
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 2.1; 3.2; 3.3, 4.2				
SABERES BÁSICOS: Bloque B. La práctica física como medio de expresión artística-corporal. El cuerpo como instrumento de expresión: Introducción a la expresión corporal: conceptos y elementos. El uso del cuerpo para comunicar emociones, ideas y estados de ánimo. El movimiento como forma artística: Creación de secuencias de movimiento que expresen sentimientos o relatos. Coreografía básica: construcción de movimientos y secuencias. Relación entre la música y el movimiento: Sincronización del movimiento corporal con el ritmo musical. La importancia del ritmo y la musicalidad en la danza.				
UP. Salud, prevención y primeros auxilios	Temporalización:	1ª Eva.	2ª Eva.	3ª Eva.
DESCRIPCIÓN/INTENCIÓN: La unidad de programación pretende ver el conocimiento y dominio para la aplicación de aspectos vinculados a la práctica de actividad física saludable y segura, la prevención de lesiones y los protocolos de actuación en el caso de un accidente deportivo. Será una unidad totalmente transversal que se trabajará a lo largo de todo el curso.				
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: 1.3, 1.5; 3.3				
SABERES BÁSICOS: Bloque A. Bloque básico general. Normas de seguridad y de prevención de accidentes o lesiones en la práctica deportiva. Pautas para una actividad física saludable (higiene postural, ergonomía, prevención de enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad...). Primeros auxilios ante un accidente en el ámbito del deporte o la actividad física.				

2. INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN									
Instrumentos y procedimientos de evaluación									
<table> <tr> <th>INSTRUMENTO</th><th>FRECUENCIA</th></tr> <tr> <td>1. Observación del trabajo diario, evaluado mediante lista de verificación.</td><td>Cada sesión a lo largo de todo el curso.</td></tr> <tr> <td>2. Producciones prácticas sobre los contenidos trabajados, evaluadas mediante rúbricas.</td><td>De manera puntual en sesiones en las que el alumno de manera voluntaria elija realizar un trabajo para subir nota.</td></tr> <tr> <td>3. Producciones escritas, evaluadas mediante rúbrica.</td><td>De manera puntual en sesiones en las que el alumno de manera voluntaria elija realizar un trabajo para subir nota.</td></tr> </table>	INSTRUMENTO	FRECUENCIA	1. Observación del trabajo diario, evaluado mediante lista de verificación.	Cada sesión a lo largo de todo el curso.	2. Producciones prácticas sobre los contenidos trabajados, evaluadas mediante rúbricas.	De manera puntual en sesiones en las que el alumno de manera voluntaria elija realizar un trabajo para subir nota.	3. Producciones escritas, evaluadas mediante rúbrica.	De manera puntual en sesiones en las que el alumno de manera voluntaria elija realizar un trabajo para subir nota.	
INSTRUMENTO	FRECUENCIA								
1. Observación del trabajo diario, evaluado mediante lista de verificación.	Cada sesión a lo largo de todo el curso.								
2. Producciones prácticas sobre los contenidos trabajados, evaluadas mediante rúbricas.	De manera puntual en sesiones en las que el alumno de manera voluntaria elija realizar un trabajo para subir nota.								
3. Producciones escritas, evaluadas mediante rúbrica.	De manera puntual en sesiones en las que el alumno de manera voluntaria elija realizar un trabajo para subir nota.								
Criterios de calificación									
La calificación de un criterio de evaluación será la media de las calificaciones de las actividades evaluables asociadas a él. En el registro de notas se introducirá la calificación de cada actividad evaluable y se le asignarán sus correspondientes criterios de evaluación. Para la calificación final de la materia se realizará una ponderación de las calificaciones de todos los criterios de evaluación. En relación a los instrumentos utilizados la calificación obtenida de la observación del trabajo diario tendrá un peso del 80% mientras que la resultante de los otros instrumentos tendrá un peso del 20%.									
4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES									
Principios básicos con relación a la atención a la diversidad.									
Es perfectamente constatable en el aula el hecho de que no todos los alumnos aprenden igual. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal y familiar, los factores genéticos... son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias entre nuestros alumnos a la hora de aprender. El carácter eminentemente práctico de nuestra materia hace que además de los factores cognitivos —desarrollo intelectual, pensamiento abstracto, capacidad de síntesis, razonamiento lógico...— que inciden de forma más o menos homogénea en el rendimiento en otras áreas, también van a tener influencia factores motrices (cognitivo-motrices, perceptivo-motrices, afectivo-motrices, de control postural...), lo cual supone que alumnos que no requieran una atención especial en otras materias si la precisen en la nuestra. Partiendo de esta base y tomando como referencia las indicaciones recogidas en el Plan de Atención a la Diversidad del centro, desde el departamento de Educación Física estableceremos unos principios en relación a la atención a la diversidad en nuestra aula: <u>Inclusión</u>: se debe procurar que todo el alumnado alcance similares competencias, partiendo de la no discriminación y no separación en función de la o las condiciones de cada alumno o alumna e implicándolos en las mismas actividades. <u>Normalidad</u>: todo alumno ha de incorporarse al desarrollo normal y ordinario de las actividades y de la vida académica de los centros docentes. <u>Flexibilidad</u>: del proceso de enseñanza-aprendizaje pudiendo variarse la programación establecida para adaptarse mejor a las peculiaridades detectadas durante el mismo. <u>Contextualización</u>: debemos tener presente el contexto social, familiar, cultural, étnico o lingüístico del alumnado. <u>Perspectiva múltiple</u>: adoptar distintos puntos de vista para superar estereotipos, prejuicios y discriminaciones de cualquier clase, procurando la integración del alumnado. <u>Expectativas positivas</u>: las actividades propuestas y metodologías empleadas deberán fortalecer la autoestima en el alumnado (retos alcanzables, sensación de autonomía...). <u>Validación por resultados</u>: las medidas de atención a la diversidad han de validarse por el grado de consecución de los objetivos por parte de los alumnos a quienes se aplican									
Medidas ordinarias. Referencia al DUA									
A la hora de llevar a cabo las medidas generales de atención a la diversidad se considerarán aspectos como los que a continuación se recogen:									

- **Valoración** de las diferencias individuales del alumnado, partiendo de una evaluación previa o inicial respecto a aquellos aspectos que más afecten a nuestro ámbito: problemas de salud (mediante la ficha médica de inicio de curso o informes médicos), del nivel de condición física (a través de las pruebas de condición física de inicio de curso), del nivel de coordinación motriz (en la sesión inicial de cada unidad didáctica) ...
- **Ajustar** la dificultad/exigencia de las tareas en base al análisis inicial y continuo de la capacidad de los alumnos. Por ejemplo, en la UD de Fuerza ejercicios con alternativas para ajustar la intensidad, en la UD de Patines alternativas en función del nivel...
- Seleccionar **contenidos variados** que permitan a cada cual encontrar sus afinidades e intereses. Valorar en qué medida los contenidos que proponemos refuerzan o benefician a una parte del alumnado en función de sus experiencias previas, género, nivel de competencia motriz, procedencia cultural, etc., para buscar propuestas diversas que equilibren situaciones socialmente construidas en torno al cuerpo y la motricidad.
- Utilizar como fórmula de funcionamiento habitual **distintos agrupamientos** variando estos de forma que se potencien los contactos con personas de diferente género, capacidad, habilidad, personalidad, cultura, etc. En este sentido, se podrá formar grupos por niveles de aprendizaje para adaptar los contenidos a las capacidades de los alumnos o para permitir una mayor interacción del profesor con aquellos alumnos que lo requieran; o grupos que incluyan alumnos con diferentes niveles de aprendizaje, para facilitar la interacción entre el alumnado y permitir la ayuda de aquéllos que dominan mejor los contenidos.
- Se podrá **establecer refuerzos o ayudas** para aquellos alumnos que encuentren mayores dificultades de las habituales en su aprendizaje. Dificultades referidas a la adquisición de determinados contenidos.
- Se podrá plantear **la ampliación** de contenidos de algunas U.D. o de su complejidad para aquella parte del alumnado que presenta altas capacidades.
- Se organizarán **actividades de recuperación** para aquellos alumnos que en su momento no hayan alcanzado los objetivos propuestos.
- Además, se podrán tomar otras **medidas complementarias** a estas según las características del problema detectado. Si estamos hablando de diversidad las situaciones que se pueden dar son múltiples y las medidas a adoptar por tanto también lo serán.

Con estas adaptaciones genéricas pretendemos dar respuesta a la mayoría de las particularidades personales que nos podemos encontrar en el grupo-clase.

No obstante, quizá, aun así, no demos respuesta a todas las necesidades educativas del alumnado, pudiéndonos encontrar alumnos que presentan dificultades en la adquisición de aprendizajes y que puedan pertenecer a alguno de estos

Medidas de atención personalizadas - Alumnos con Necesidad Específica de Apoyo Educativo

Debemos de recordar que con la aprobación de la LOE (Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo) aparece el término de **alumnos con necesidad específica de apoyo educativo (ACNEAE)**, que se mantendrá con la LOMCE (Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre), y con la actual LOMLOE. En esta categoría se incluyen:

Alumnos con necesidades educativas especiales

Aquí estarían alumnos con discapacidad (física, psíquica o sensorial) o trastornos graves de conducta (trastorno espectro autista, trastorno disocial o trastorno negativista-desafiante).

Estas necesidades educativas serán identificadas mediante evaluación psicopedagógica, y en base a ella los diferentes departamentos realizarán las adaptaciones curriculares oportunas, pudiendo ser éstas significativas o no.

Alumnos con Altas Capacidades

Aunque el DC 43/2015 hace mención a las adaptaciones curriculares para alumnos con altas capacidades intelectuales, las cuales evidentemente serán tenidas en cuenta, en nuestro caso, será también el alumno con talento motriz el que requiera algún tipo de adaptación de acceso al currículo. Por lo tanto, se prevé en ambos casos ampliar los contenidos en alguna de las UD planteadas tanto a nivel teórico como motriz.

Alumnos con Integración tardía en el sistema educativo

Se englobarían aquí alumnos que por proceder de otro país o por otros motivos se han incorporado de forma tardía a la educación. Recibirán los apoyos oportunos en función de su situación (problemas de idioma, nivel curricular...), y se fomentará su integración en el grupo.

Alumnos con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH)

El área de Educación Física dentro del ámbito educativo se convierte en un pilar fundamental para conseguir mejorar la conducta de este tipo de alumnos, ayudando a canalizar la energía en las UDD de Condición Física, aprendiendo a relajarse en la UD de Activación y Recuperación, adquiriendo habilidades de trabajo en equipo UD Combas, desarrollando la capacidad de concentración y evitando la dispersión en la UD Bádminton...

Alumnos con dificultades específicas de aprendizaje

Donde nos podemos encontrar con alumnos con capacidad intelectual límite, con problemas de lenguaje y absentistas, que requerirán un tratamiento especial.

ACNEAE derivada de sus condiciones personales o historia escolar

Estamos frente a alumnado con problemas socio-familiares y que pueden derivar en problemas de convivencia en su relación con los demás o en el control de la clase.

Para todo este tipo de alumnado se prevé la adopción de medidas o adaptaciones no significativas del tipo que sean a fin de conseguir que puedan alcanzar las competencias previstas. El alumnado con NEE además podrá requerir adaptaciones de tipo significativo como ya comentamos. Todas estas adaptaciones individuales (ACI) serán recogidas en el Plan de Trabajo Individual (PTI).

Alumnos con discapacidad física transitoria o contraindicaciones para un determinado contenido

Ésta es una situación específica de nuestra materia. Aquí se encontrarían tanto alumnos con lesiones o enfermedades crónicas (asma grave, escoliosis, valgo de rodilla importante...), como aquellos que presentan algún tipo de indisposición temporal (catarros, esguinces...). Hemos de recordar que no existen los alumnos exentos totales, ya que la Educación Física es una materia obligatoria, y siempre habrá algo que pueda hacer el alumno, a pesar de que sí pueda estar exento de realizar unos determinados contenidos.

En estos casos, procuraremos que estos alumnos sigan, en el mayor grado posible, el currículo ordinario, el ritmo del resto del grupo, evitando aquellos ejercicios que puedan agravar la lesión o enfermedad. Para ello podremos establecer un programa de trabajo individualizado y adaptado al tipo de lesión o dolencia como, por ejemplo: colaborando con el profesor en el desarrollo de las sesiones, ayudando a sus compañeros en la medida de sus posibilidades, arbitrar partidos, dirigir equipos como entrenador, anotando las clases por escrito, realizando trabajos sobre los contenidos tratados, etc.

En los dos casos anteriores, en los que algún alumno no pueda desarrollar la actividad normal de Educación Física deberá presentar un Certificado Médico en el que deberá constar expresamente la lesión o enfermedad, así como la duración prevista. Para las lesiones o enfermedades de uno o dos días, bastará con que el alumno presente un justificante paterno.

Plan individualizado de refuerzo para repetidores

Está claro que los alumnos que repiten cuarto de ESO habiendo aprobado nuestra materia han superado los criterios de evaluación establecidos para el curso, por lo que se podrá plantear la **ampliación de contenidos** en algunas U.D. o de su complejidad.

5. CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS

1.	Plan de lectura, escritura e investigación. A este plan se contribuye a través de la realización de la entrega de trabajos escritos en los que el alumno deberá realizar lectura comprensiva de la bibliografía que considere oportuna, contraste de fuentes de información, de noticias de prensa o artículos vinculados con la materia sobre los que hay que dar respuesta a una serie de preguntas de comprensión de texto o una opinión personal de la que puede surgir un debate posterior en el aula; la elaboración de trabajos escritos... Además, en la biblioteca del centro se pueden encontrar algunas lecturas vinculadas al campo de la actividad física y el deporte. Así, el alumno puede realizar una lectura voluntaria para obtener un positivo, teniendo que atestiguarlo mediante la entrega de un resumen/opinión personal acerca del mismo.
----	---

2.	Plan de digitalización. Este plan persigue la integración de las tecnologías de la información y la comunicación en los entornos escolares. El departamento de educación física contribuye al mismo de diversas formas, fundamentalmente a través del grupo de “Teams” de cada grupo clase donde se cuelga información sobre evaluación, contenidos, apuntes teóricos, enlaces de interés, etc. También se contribuye a este plan mediante la petición de actividades online, el enlace a páginas web con contenido relacionado a través de “códigos QR”, con la recomendación a los alumnos de distintas aplicaciones vinculadas a la EF (IGN Mapas de España en la salida de los escolinos, Strava para contenidos de resistencia, Mis Torneos para organizar torneos...), etc.
6. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES	
1T	–
2T	–
3T	– Descenso del Sella
7. RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS	
Materiales didácticos	El Inventario de material realizado por el departamento de educación física que recoge como material disponible para el presente año académico se encuentra en el cuarto de material con la fecha correspondiente a la última revisión realizada. En él consta, el material deportivo, de condición física, de ritmo y expresión, para actividades en la naturaleza, material inespecífico, y el contenido del botiquín.
TIC	Los recursos específicos relacionados con las tecnologías de la información y la comunicación con los que cuenta el departamento de educación física se reducen a una Tablet y un proyector digital.
Otros	
8. PROCEDIMIENTO EN CASO DE INAPLICABILIDAD DE LA EVALUACIÓN CONTINUA	
EN REVISIÓN (art. 63 del RRI. Aparece en la página 16 de la revista de inicio de curso) La falta a clase de modo reiterado puede imposibilitar la correcta aplicación de los criterios generales de evaluación y la propia evaluación continua. A este respecto, al margen de las correcciones que se adopten en el caso de las faltas injustificadas, ante la pérdida de un número de clases equivalente o superior al 20% del periodo lectivo de una evaluación en la materia, sean justificadas o no, el profesorado podrá aducir que no tiene suficientes criterios para realizar la evaluación continua del alumnado en su materia (proponer revisión en CCP).	
1. Medidas preventivas	
a) El profesorado que constate que un alumno/a está empezando a acumular faltas de asistencia en su materia, advertirá oralmente que, si sigue faltando, llegará a ser imposible aplicarle la evaluación continua, informándole del número de faltas por evaluación que en esa materia provoca dicha circunstancia son 6.	
b) El profesorado informará al tutor/a que contactará con la familia para informarla.	
c) Si el alumno/a sigue acumulando faltas, el profesor, en coordinación con el tutor/a y Jefatura de Estudios, entregará por escrito a la familia la comunicación de inaplicabilidad de la evaluación continua, así como los criterios de calificación para la evaluación correspondiente.	
d) El tutor/a registrará estas actuaciones y realizará un seguimiento del tutorado, procurando que modifique su conducta absentista.	
2. Procedimiento de actuación	
a) El profesor informa al tutor/a del número de faltas en su materia.	
b) El tutor/a comprueba las faltas registradas en SAUCE e imprime dicho registro.	
c) El tutor/a lo comunica a Jefatura de Estudios, cita a la familia en caso de menores de edad y pide al docente el plan de evaluación, incluyendo los criterios de evaluación y calificación, según lo recogido en la correspondiente programación docente.	

d) En la reunión del tutor/a con la familia se entregan los siguientes documentos:

1. Comunicación de la imposibilidad de aplicación de la evaluación continua en la materia y evaluación correspondientes.
2. Registro de las ausencias durante el periodo correspondiente a esa evaluación.
3. Plan de evaluación, incluyendo criterios de evaluación y de calificación.

9. INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE

La evaluación de la práctica docente, fundamental para la mejora en el proceso de aprendizaje, se realizará a través de:

- Análisis de resultados.
- Cumplimiento de la temporalización de la PPDD
- Metodología: acuerdos, modificaciones, idoneidad de textos utilizados, integración de las TIC, recursos y organización de espacios.
- Medidas de atención a la diversidad: valoración de medidas generales (AF, desdobles, apoyos, ...), de medidas específicas (ACIs, planes de pendientes, repetidores, ...), de Diversificación (si procede), coordinación con PT.
- Contribución a proyectos y programas del centro.
- Organización y funcionamiento del DD: desarrollo de las reuniones y actas, información al profesorado del DD, coordinación del profesorado del DD, información al alumnado y familias, idoneidad de las actividades complementarias y extraescolares.
- Propuestas de mejora.