



Doctor **Fleming**
Instituto de Educación Secundaria

IES DOCTOR FLEMING

**OVIEDO PROGRAMACION DOCENTE
EDUCACIÓN FÍSICA**

3º ESO

CURSO 2025-26

INDICE

1 ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN: SITUACIONES DE APRENDIZAJE CON LOS CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVE ASOCIADAS A CADA UNO DE LOS CURSOS.....	2
.2 INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO, DE ACUERDO CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN ESTABLECIDOS PARA CADA MATERIA Y LAS DIRECTRICES GENERALES FIJADAS EN LA CONCRECIÓN CURRICULAR	16
3 MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES QUE SE VAYAN A APLICAR .	23
4. LOS PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA MATERIA. ...	25
5 .LA CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS ACORDADOS Y APROBADOS. EL PLAN DE LECTURA, ESCRITURA E INVESTIGACIÓN.....	28
6 EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y, EN SU CASO, EXTRAESCOLARES DE ACUERDO CON LO ESTABLECIDO EN LA PROGRAMACIÓN GENERAL ANUAL DEL CENTRO.	28
7. LA METODOLOGÍA, LOS RECURSOS DIDÁCTICOS Y LOS MATERIALES CURRICULARES..	29
8.EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE: INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE. ..	31
9 BIBLIOGRAFÍA/ NORMATIVA APLICABLE	34

ELEMENTOS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

1 ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN: SITUACIONES DE APRENDIZAJE CON LOS CONTENIDOS, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, COMPETENCIAS ESPECÍFICAS Y DESCRIPTORES DE LAS COMPETENCIAS CLAVE ASOCIADAS A CADA UNO DE LOS CURSOS.

3ºESO								
1º TRIMESTRE			2º TRIMESTRE			3º TRIMESTRE		
Titulo	Nº Ses	C.Espe	Titulo	NºSes	C.Espe	Titulo	NºSes	C.Espe
1. Calentamos motores	4	1,3	4- Mi ritmo de carrera	5	1	8- Asturias tradición	5	5,1
			5- Just Revolution	5	4			
2. Mens sana in corpore sano	10	1,2,3	6- Prevengo y auxilio	3	5,1	9-Hispanos y Guerreras	7	2,3
3. Pickelball	6	2,3, 4,	7- Pinfuvote	6	2,3,1	10- Cuidamos y disfrutamos de nuestro entorno y nos orientamos	6	1,5

1º TRIMESTRE**1\ UNIDAD DE PROGRAMACIÓN CALENTAMOS MOTORES**

Competencias específicas salida	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de
1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida	1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable. 1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.	<i>CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.</i>
Saberes. Básicos		

1º TRIMESTRE		
2/UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: MENS SANA IN CORPORE SANO		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptorios del perfil de salida
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo</p>	<p>1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculadas al ámbito de la actividad física y el deporte.</p>	<p>CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4.</p>
Saberes. Básicos		
<p>Bloque A. Vida activa y saludable</p> <p>Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Alimentación saludable y análisis crítico de la publicidad (dietas no saludables, fraudulentas o sin base científica. Alimentos no saludables y similares). Educación postural: movimientos, posturas y estiramientos ante dolores musculares. Pautas para tratar el dolor muscular de origen retardado. Ergonomía en actividades cotidianas (frente a pantallas, ordenador, mesa de trabajo y similares).</p> <p>Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos.</p> <p>– Salud mental: Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia).</p>		
<p>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física</p> <p>Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos de autoevaluación para reconducir los procesos de trabajo. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.</p> <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices: calzado deportivo y ergonomía.</p> <p>Medidas de seguridad en actividades físicas dentro y fuera del centro escolar</p>		
<p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p> <p>Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas.</p>		
1º TRIMESTRE		
3/UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: PICKELBALL		

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
--------------------------	-------------------------	---------------------------------

<p>Competencia específica 2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p> <p>Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica FD con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al</p>	<p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos.</p> <p>2.3. Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p> <p>3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador/a, participante u otros.</p>	<p>CPSAA4, CPSAA5, CE2 y CE3.</p> <p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5 y CC3.</p>
--	---	--

compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa		
Saberes básicos		
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices		
Toma de decisiones: Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/ tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil.		
Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.		
Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices		
Respeto a las reglas		
Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBIfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.		
2º TRIMESTRE		
4/ UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: MI RITMO DE CARRERA		
Competencias específicas		
Criterios de evaluación		
Descriptor del perfil de salida		

<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida</p>	<p>1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.</p> <p>1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de una práctica motriz saludable y responsable.</p> <p>1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad.</p>	<p>CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2 y CPSAA4.</p>
<p>Saberes Básicos</p>		
<p>Bloque A. Vida activa y saludable: Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia del ejercicio físico. Autorregulación y planificación del entrenamiento. Salud mental: exigencias y presiones de la competición.</p>		
<p>2º TRIMESTRE</p>		
<p>5/ UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: JUST REVOLUTION</p>		
<p>Competencias específicas</p>	<p>Criterios de evaluación</p>	<p>Descriptores del perfil de salida</p>

<p>4. Analizar y valorar manifestaciones de la motriz aprovechando las posibilidades y expresivos que ofrecen el y el movimiento y en las consecuencias del como fenómeno social, críticamente sus desde la perspectiva de género desde los intereses políticos que lo rodean, alcanzar una visión más contextualizada y justa de motricidad en el marco de sociedades actuales.</p>	<p>4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos de género y comportamientos sexistas que siguen produciendo en algunos contextos de motricidad, identificando los factores contribuyen a su mantenimiento y ayudando difundir referentes de distintos géneros en ámbito físico-deportivo.</p> <p>4.3. Crear y representar individuales o colectivas con y sin base y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de técnicas expresivas específicas, y difundir y compartir dichas prácticas entre compañeros u otros miembros de comunidad</p>	<p>CC2, CC3, CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4</p>
--	---	--

Saberes. Básicos

Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz

Usos comunicativos de la corporalidad técnicas específicas de expresión corporal. Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices

Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.

2º TRIMESTRE

6/UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: PREVENGO Y AUXILIO

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias a partir de un análisis crítico de los modelos corporales y del rechazo de las prácticas que carezcan de base científica, para hacer un uso saludable y autónomo del tiempo libre y así mejorar la calidad de vida</p>	<p>1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer situaciones de riesgo para actuar preventivamente.</p> <p>1.4. Actuar de acuerdo con los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.</p>	<p>CCL3, STEM2, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA4</p>

Saberes Básicos

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física

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

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

2º TRIMESTRE**7/UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: PINFUVOTE**

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a	2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado. 2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados obtenidos	CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.

<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los</p>	<p>3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.</p>	<p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>
<p>Saberes. Básicos</p>		
<p>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</p>		
<p>Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/ tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil y/o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción</p> <p><u>Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas:</u></p>		
<p>Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices</p>		
<p>Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices.</p> <p>Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices.</p>		
<p>Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz</p>		
<p>Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.</p>		
<p>3 TRIMESTRE</p>		
<p>8/UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: ASTURIAS TRADICIÓN</p>		
<p>Competencias específicas</p>	<p>Criterios de evaluación</p>	<p>Descriptor del perfil de</p>

<p>4. Analizar y valorar distintas manifestaciones de la cultura motriz aprovechando las posibilidades y recursos expresivos que ofrecen el cuerpo y el movimiento y profundizando en las consecuencias del deporte como fenómeno social, analizando críticamente sus manifestaciones desde la perspectiva de género y desde los intereses económico- políticos que lo rodean, para alcanzar una visión más realista, contextualizada y justa de la motricidad en el marco de las sociedades actuales.</p>	<p>4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución, distintas manifestaciones e intereses económico-políticos.</p>	<p>CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.</p>
<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la</p>	<p>5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas.</p>	<p>STEM5, CC4, CE1, CE3.</p>

Saberes Básicos

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices
Pautas grupales para optimizar los recursos motrices del grupo de cara a la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas.
Análisis de movimientos y patrones motores del adversario para actuar en consecuencia en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil.
Adecuación de los movimientos propios a las acciones del contrario en situaciones de oposición. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil
Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas

Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices
Habilidades sociales: conductas prosociales en situaciones motrices colectivas.
Respeto a las reglas: las reglas de juego como elemento de integración social. Funciones de arbitraje deportivo

9/UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: HISPANOS Y GUERRERAS

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de
<p>2. Adaptar, con progresiva autonomía en su ejecución, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones con dificultad variable, para resolver situaciones de carácter motor vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, para consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a</p>	<p>2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto del proceso como del resultado.</p> <p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación, reflexionando sobre las soluciones y resultados</p>	<p><i>CPSAA4, CPSAA5, CE2, CE3.</i></p>

<p>3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir con progresiva autonomía al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p>	<p>3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de espectador/a, participante u otros.</p> <p>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia haciendo respetar el</p>	<p>CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC3.</p>
--	--	---

Saberes Básicos

Bloque B. Organización y gestión de la actividad física

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

Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices

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

Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes.

10/UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: CUIDAMOS Y DISFRUTAMOS DE NUESTRO ENTORNO

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de
--------------------------	-------------------------	--------------------------

<p>5. Adoptar un estilo de vida sostenible y eco socialmente responsable aplicando medidas de seguridad individuales y colectivas en la práctica físico-deportiva según el entorno y desarrollando colaborativa y cooperativamente acciones de servicio a la comunidad vinculadas a la actividad física y al deporte, para contribuir activamente a la conservación del medio natural y urbano</p>	<p>5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.</p> <p>5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando</p>	<p>STEM5, CC4, CE1, CE3</p>
<p>Saberes Básicos</p>		
<p>Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices</p>		
<p>Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. Diseño y organización de actividades físicas en el medio natural y urbano. Cuidado del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural del Principado de Asturias</p>		

.2 INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO, DE ACUERDO CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN ESTABLECIDOS PARA CADA MATERIA Y LAS DIRECTRICES GENERALES FIJADAS EN LA CONCRECIÓN CURRICULAR

1.1. Planificar y autorregular la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida activo, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal.
Indicador de ev/logro del aprendizaje
Planificar la práctica de actividad física orientada al concepto integral de salud y al estilo de vida
COMO -PROCEDIMIENTO
Análisis de Tareas Observación
CON QUE -INSTRUMENTO
Escalas de valoración. Pruebas de ejecución Dianas de evaluación
CUANDO
1. Calentamos motores 2. Mens sana in corpore sano 5 Mi ritmo de carrera
EVIDENCIA-ACTIVIDAD
Aprender a calentar/Aprender a correr /Mi marca son los 20 minutos de carrera continua / Diseño

1.2. Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo , alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas propias de
Indicador de ev/logro del aprendizaje
Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, durante la práctica de actividades motrices, interiorizando las rutinas
COMO- PROCEDIMIENTO
Observación análisis de producciones
CON QUE
Rúbrica calentamiento Vuelta a la calma /Rúbrica Aseo
CUANDO
Todas las sesiones. En especial en 1.Calentamos motores 2. Mens sana in corpore sano 5 Mi ritmo de carrera
EVIDENCIA-ACTIVIDAD
Calentamiento Estiramientos Aseo diario. Elaboración ficha calentamiento Rey - Reina del

1.3. Adoptar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a
Indicador de ev/logro del aprendizaje
Adoptar de manera responsable medidas generales para la prevención de lesiones antes, durante y después de la práctica de actividad física, aprendiendo a reconocer
COMO- PROCEDIMIENTO
Observación, análisis de producciones
CON QUE
Lista de control /monografías
CUANDO
Todas las sesiones / 1.Calentamos motores 2. Mens sana in corpore sano
EVIDENCIAS -ACTIVIDAD
Trabajo diario -Encargado/a de material – Si prevengo actuó. Calentamientos y vueltas a la

1.4. Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o
INDICADOR DE EV /LOGRO DEL APRENDIZAJE
Actuar ante accidentes aplicando medidas básicas de primeros auxilios
COMO /PROCEDIMIENTO
Análisis de producciones/ Observación sistemática
CON QUE /INSTRUMENTO
Diario de Aprendizaje /Rúbrica
CUANDO
En todas las sesiones y en especial en 1.Calentamos motores 2. Mens sana in corpore sano 6-
EVIDENCIAS
Recreación de situaciones, Historias corporales

1.5. Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud , contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos
INDICADOR DE EV /LOGRO DEL APRENDIZAJE
Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales
COMO /PROCEDIMIENTO
Análisis de producciones
CON QUE /INSTRUMENTO
Textos escritos
CUANDO
PLEI 4- Mi ritmo de carrera
EVIDENCIA
Análisis de casos y textos o contenidos audiovisuales

1.6. Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando
INDICADOR DE EV /LOGRO DEL APRENDIZAJE
Planificar con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales
COMO /PROCEDIMIENTO
Análisis de producciones /observación
CON QUE /INSTRUMENTO
Lista de control /Escalas de valoración
CUANDO
2. Mens sana in corpore sano
EVIDENCIA
Utilización de Teams, Wikiloc, aplicaciones para el móvil de orientación, las tic-tac Word, Power

2.1 Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una participación equilibrada, incluyendo estrategias de autoevaluación y coevaluación tanto
INDICADOR DE EV /LOGRO DEL APRENDIZAJE
Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, estableciendo mecanismos para reconducir los procesos de trabajo y asegurar una
COMO /PROCEDIMIENTO
Análisis de producciones /observación sistemática
CON QUE /INSTRUMENTO
Rubricas, Listas de control
CUANDO
3. Pickelball, 9. Hispanos y Guerreras
EVIDENCIAS/ACTIVIDADES
Realización cooperativa de proyectos motores, Retos cooperativos

<p>2.2 Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos</p>
<p>INDICADORES DE EVALUACION /DE LOGRO DEL AP</p>
<p>Mostrar habilidades para la adaptación y la actuación ante situaciones con una elevada incertidumbre, aprovechando eficientemente las propias capacidades y aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos</p>
<p>COMO /PROCEDIMIENTO</p>
<p>Análisis de producciones /observación</p>
<p>CON QUE /INSTRUMENTO</p>
<p>Rúbricas</p>
<p>CUANDO</p>
<p>En todas las Unidades de Programación.</p>
<p>EVIDENCIA</p>
<p>Actuaciones en contextos motrices variados, toma de decisiones...</p>

<p>2.3 Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices transferibles a su espacio vivencial con autonomía.</p>
<p>IND DE EVALUACION /DE LOGRO DEL AP</p>
<p>Evidenciar control y dominio corporal al emplear los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente y creativa, resolviendo problemas en todo tipo de situaciones motrices.</p>
<p>COMO /PROCEDIMIENTO</p>
<p>Análisis de producciones /observación</p>
<p>CON QUE /INSTRUMENTO</p>
<p>Rúbricas</p>
<p>CUANDO</p>
<p>En todas las Unidades de Programación.</p>
<p>EVIDENCIA</p>
<p>Solución eficiente de problemas motores</p>

3.1. Practicar y participar activamente asumiendo responsabilidades en la organización de una gran variedad de actividades motrices , valorando las implicaciones éticas de las prácticas antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con
IND DE EVALUACION /DE LOGRO DEL AP
Practicar, asumiendo responsabilidades en la organización, de una gran variedad de actividades motrices, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al
COMO /PROCEDIMIENTO
Observación
CON QUE /INSTRUMENTO
Rúbrica /Registro anecdótico
CUANDO
En todas las Unidades de Programación y situaciones de aprendizaje, especialmente en 3. Pickelball
EVIDENCIAS/ACTIVIDADES
Practicas actividades motrices: Juego limpio ,actitudes positivas , códigos verbales no

3.2. Cooperar o colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones vinculadas a la asignación de roles , la gestión del tiempo de práctica y la
IND DE EVALUACION /DE LOGRO DEL AP
Colaborar en la práctica de diferentes producciones motrices y proyectos para alcanzar el logro individual y grupal, participando con autonomía en la toma de decisiones
COMO /PROCEDIMIENTO
Observación
CON QUE /INSTRUMENTO
Rúbrica
CUANDO
En todas las Unidades de Programación y situaciones de aprendizaje, especialmente en 3. Pickelball
EVIDENCIAS /ACTIVIDADES
Práctica de diferentes producciones motrices

<p>3.3. Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y</p>
IND DE EVALUACIÓN /DE LOGRO DEL AP
<p>Relacionarse y entenderse con el resto de los participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género,</p>
COMO /PROCEDIMIENTO
Observación
CON QUE /INSTRUMENTO
Rúbrica
CUANDO
En todas las Unidades de Programación y situaciones de aprendizaje.
EVIDENCIA
Practica de diferentes producciones motrices, equipos, torneos...

<p>4.1. Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la tradicional o las procedentes de otros lugares del mundo, identificando y contextualizando la influencia social del deporte en las sociedades actuales y valorando sus orígenes, evolución,</p>
IND DE EVALUACIÓN /DE LOGRO DEL AP
Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura propia, la
COMO /PROCEDIMIENTO
Observación /análisis de producciones
CON QUE /INSTRUMENTO
Rúbrica
CUANDO
8- Asturias tradición.
EVIDENCIA
Participar en juegos y deportes autóctonos populares y tradicionales y en Actividades

4.2. Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y comportamientos sexistas que se siguen produciendo en algunos contextos de la motricidad , identificando los factores que contribuyen a su mantenimiento
IND DE EVALUACION /DE LOGRO DEL AP
Adoptar actitudes comprometidas y conscientes acerca de los distintos estereotipos de género y
COMO /PROCEDIMIENTO
Observación /cuestionarios
CON QUE /INSTRUMENTO
Rúbrica /Forms /Producciones escritas, Rubricas
CUANDO
En todas las Unidades de Programación y situaciones de aprendizaje.
EVIDENCIA /ACTIVIDAD
Distintos tipos de modalidades deportivas

4.3. Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el movimiento como herramienta de expresión y comunicación a través de diversas técnicas expresivas específicas , y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas
IND DE EVALUACION /DE LOGRO DEL AP
Crear y representar composiciones individuales o colectivas con y sin base musical y de manera coordinada, utilizando intencionadamente y con autonomía el cuerpo y el
COMO /PROCEDIMIENTO
Observación
CON QUE /INSTRUMENTO
Rúbrica
CUANDO
5- Just Revolution
EVIDENCIA /ACTIVIDADES
Retos expresivos corporales, Creación de coreografías

5.1. Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir, siendo conscientes de su huella ecológica y desarrollando actuaciones intencionadas dirigidas a la conservación y mejora de las
IND DE EVALUACION /DE LOGRO DEL AP
Participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales, terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental
COMO /PROCEDIMIENTO
Observación
CON QUE /INSTRUMENTO
Rúbrica
CUANDO
En todas las Unidades de Programación y situaciones de aprendizaje (cuidado y mantenimiento del espacio exterior del centro)/ 10- Cuidamos y disfrutamos de nuestro entorno y nos
EVIDENCIA /ACTIVIDADES
Participación en actividades Complementarias y Extraescolares relacionadas con el medio natural. Concienciación en mantener el entorno y el material limpio.

5.2. Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y
IND DE EVALUACION /DE LOGRO DEL AP
Organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de
COMO /PROCEDIMIENTO
Observación
CON QUE /INSTRUMENTO
Rúbrica
CUANDO
En todas las Unidades de Programación y situaciones de aprendizaje (cuidado y mantenimiento del espacio exterior del centro)/ 10- Cuidamos y disfrutamos de nuestro
EVIDENCIA /ACTIVIDADES
Participación en Actividades Complementarias y Extraescolares relacionadas con el

3 MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES QUE SE VAYAN A APLICAR

:

La intención del Departamento es tratar de garantizar la atención a la diversidad mediante la enseñanza individualizada, y las adaptaciones curriculares están presentes de forma explícita o implícita en la programación, ya que se pretende y se pide que cada alumno y alumna trabaje según su nivel y sus capacidades.

Es un hecho que no todo el alumnado aprende igual. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal y familiar los factores genéticos y de desarrollo son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias entre nuestros alumnos a la hora de aprender.

La tradicional concepción de la enseñanza, cuyo objeto se centraba en la consecución de unos

contenidos marcados, ha incidido poco en la forma de aprender que tiene cada alumno, de forma que

el fracaso se ha identificado con la no consecución de esos objetivos sin prestar atención a las características que condicionan el aprendizaje de cada uno. Integrar ambos factores (cumplimiento de unos objetivos teniendo en cuenta las características individuales del alumno) debe aumentar el éxito del proceso de enseñanza- aprendizaje al tener en cuenta más elementos los que lo constituyen.

A los actores que inciden de forma más o menos homogénea en la mayor parte de las disciplinas de carácter teórico (desarrollo intelectual, pensamiento abstracto, capacidad de síntesis, razonamiento lógico, etc.) se unen en nuestra área aquellas que vienen condicionadas por el carácter eminentemente práctico de los contenidos impartidos.

La riqueza y variedad del carácter de los objetivos (condición física, cualidades motrices, juegos, deportes populares...) unidas a la gran importancia del desarrollo de los ámbitos de Expresión y Comunicación, Relación e interacción y desarrollo personal, dentro de la asignatura implican gran variedad de respuestas que no siempre van a venir condicionadas por la realización o no de una tarea o la consecución o no de unos objetivos.

Como valoración inicial y punto de partida, la tendencia hacia una individualización del proceso de enseñanza se nos plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades.

Factores condicionantes del aprendizaje en Educación Física

Para poder reflejar en nuestra programación medidas que acerquen la enseñanza a las características de cada alumno debemos definir cuáles son los factores que van a condicionar el aprendizaje. El ritmo de dicho aprendizaje vendrá marcado por:

GRADO DE DESARROLLO MOTOR: Además del desarrollo intelectual, el grado de maduración motriz de nuestros alumnos a estas edades es un factor de gran importancia. Es este un periodo caracterizado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo entre nuestros alumnos.

Además de los rasgos propios del sexo, el desarrollo se manifiesta de forma distinta dando origen a notables diferencias individuales. No se puede por lo tanto, establecer un solo nivel de exigencia para todos los casos, ya que irá en perjuicio de aquellos alumnos con un nivel de desarrollo más lento. **CARACTERÍSTICAS INDIVIDUALES** El factor genético no solo afecta a la velocidad de desarrollo. Hay alumnos mejor dotados que otros de forma innata. Debemos ser conscientes de que no es culpa del alumno el sobrepeso o la competencia motriz y no poder llegar donde otros llegan por decisión personal, si no por imperativos de su constitución o eficacia motriz innata. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

EXPERIENCIAS PREVIAS La eficacia en las tareas propuestas puede estar motivada por el bagaje motriz que cada alumno tenga tras de sí. Algunos alumnos han recibido una educación física correctamente adaptada sus posibilidades evolutivas en etapas anteriores, o vienen practicando aprendizajes de habilidades específicas. En ambos casos la evaluación inicial adopta un papel importante como punto de partida del aprendizaje de los alumnos.

Medidas de atención a la diversidad en Educación Física:

Los aspectos tratados en el punto anterior, reflejan los condicionantes que presentan nuestro alumnado a la hora trabajar en clase. A continuación, abordaremos los puntos que podemos considerar en nuestra programación para disminuir las diferencias no atribuibles directamente al trabajo que el alumno realiza en el aula. Todos los puntos pasan por acercar el currículo a las características individuales de cada uno de ellos, favoreciendo la individualización de la enseñanza. Hemos de destacar que no se puede disminuir el grado de exigencia, si no flexibilizarlo y dar al alumno distintos caminos u opciones para la consecución de los objetivos marcados.

ADAPTACIÓN CURRICULAR: El modelo abierto y flexible del currículo permite realizar adaptaciones que, a través de modificaciones, flexibilicen las condiciones del proceso de enseñanza para posibilitar el aprendizaje de los alumnos que lo requieran. Es la labor del profesor que está en el aula, el concretar esas adaptaciones que podrán ser de carácter significativo, en cuyo caso deberá realizar el informe correspondiente en coordinación con el departamento de orientación o del tipo "no significativas" en

cuyo caso no es necesario y se pueden realizar “sobre la marcha” al detectar dificultades en según qué tareas pues no era posible preverlas, o diseñadas con antelación. Las características que en todo caso debe reunir las adaptaciones, son: Que se planteen de forma anticipada, que se adapten a las características específicas del alumnado y que no afecten a los contenidos mínimos.

VALORACIÓN INICIAL

Un estudio inicial para acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores:

Características

constitucionales y de desarrollo motriz. Establecer una serie de pruebas antropométricas de sencilla ejecución que nos permita valorar las características motrices que le caracterizan. Consideramos de vital importancia conocer las experiencias previas,

¿cómo? Mediante entrevista con el alumnado hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas por los alumnos tanto en EF como fuera de ésta y el nivel de progresión alcanzado en ellas. Se deberán considerar aquellos casos en que las experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado un miedo o rechazo hacia la actividad fruto de la falta de éxito.

UTILIZAR METODOLOGÍAS Y ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS: el estilo de enseñanza escogido estará condicionado por las características de los contenidos que se van a desarrollar y por el nivel de dominio que sobre ellos tenga nuestro alumnado. En la medida de lo posible, debemos emplear estrategias didácticas que depositen inicialmente en el alumnado la responsabilidad de encontrar su respuesta al problema. Esto refuerza su interés y motivación hacia la actividad y permite al alumnado un aprendizaje adaptado a sus posibilidades.

PROPONER ACTIVIDADES DIFERENCIADAS: Está directamente relacionado con lo expuesto en el párrafo

anterior. Las actividades que propongamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno/a ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en el que se encuentra

EMPLEAR MATERIALES DIDÁCTICOS VARIADOS: Utilizar diferentes cargas de trabajo en condición física, distintos tamaños de balón (peso, dureza...). Visualización de vídeos, utilización de nuevas tecnologías, etc.

Aspectos de la Evaluación: Establecer criterios de evaluación y graduados y comentarlos con la totalidad del alumnado al principio de curso y en el transcurso del mismo. En coherencia con lo propuesto sobre los demás aspectos del proceso de enseñanza aprendizaje, los criterios de evaluación deben permitir valorar el aprendizaje del alumnado atendiendo a su nivel inicial y a su ritmo de aprendizaje. Por un lado, debemos de establecer unos criterios de evaluación mínimos, y por otro, algunos de ampliación que valoren distintos niveles del aprendizaje. Pero debemos tener cuidado con no hacerlo de forma que el objetivo mínimo ya suponga un impedimento en para alumnado con un ritmo más lento de aprendizaje. Para ello deberemos: No establecer criterios normativos cerrados de evaluación. Establecer criterios que valoren el nivel inicial del alumnado y su grado de evolución en el aprendizaje. Proponer criterios complementarios de evaluación que permitan al alumnado con más dificultades completar su evaluación a través de trabajos de carácter voluntario. Establecer diferentes tareas para un mismo criterio entre las que el alumnado deban elegir. Durante el presente curso escolar se realizarán las adaptaciones curriculares acordadas en las REDES

con el Equipo de orientación y que quedarán reflejadas en el acta de Departamento correspondiente.

4. LOS PROGRAMAS DE REFUERZO PARA RECUPERAR LOS APRENDIZAJES NO ADQUIRIDOS CUANDO SE PROMOCIONE CON EVALUACIÓN NEGATIVA EN LA MATERIA.




Evaluación inicial.

Un estudio inicial para acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores: Características constitucionales y de desarrollo motriz. Establecer una serie de pruebas antropométricas de sencilla ejecución que nos permita valorar las características motrices que le caracterizan. Consideramos de vital importancia conocer las experiencias previas,


¿cómo? Mediante entrevista con el alumnado hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas por los alumnos tanto en EF como fuera de ésta y el nivel de progresión alcanzado en ellas.

Se deberán considerar aquellos casos en que las experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado un miedo o rechazo hacia la actividad fruto de la falta de éxito.

 *Plan de recuperación para alumnado promocionado que no haya superado la materia y no la curse actualmente*

El alumnado que no supere el área podrá promocionar al curso siguiente siempre que cumpla con los requisitos generales establecidos en el Proyecto Curricular de Etapa. No obstante, la materia quedará suspensa y deberá ser recuperada en el curso siguiente adquiriendo las capacidades necesarias para superar el nuevo curso. Estos alumnos al no disponer de ninguna hora de repaso deberán realizar actividades requeridas por el profesorado responsable o por el departamento, de manera que pueda superar un examen teórico y/o práctico, que siempre será individualizado en función de la casuística de cada alumno/a y de los contenidos no superados durante el curso anterior. En el caso de tener que presentar trabajos, las normas de entrega de los trabajos serán las siguientes: Los ejercicios deberán estar correctos, tener buena presentación y limpieza para que sean calificados de forma positiva. Será entregado por correo electrónico (incorporar imágenes digitales, con portada: título y datos personales, índice, apartados obligatorios propuestos, bibliografía y referencias web). Las fechas límite de entrega serán dadas a todos los alumnos con las actividades a realizar y permanecerán expuestas en el tablón de anuncios dispuesto para ello.

El material de apoyo para la realización de ejercicios serán los apuntes dados por el profesor o departamento a tal efecto.

 *Plan de recuperación para alumnado promocionado que no haya superado la materia y sí la cursen actualmente*

La importancia del aspecto procedimental en el área de Educación Física, hace que en ocasiones la consecución de determinados objetivos, venga íntimamente relacionado con la maduración motriz y crecimiento de los alumnos. Es por ello que en ocasiones, objetivos que un curso no se alcanzaban, sí que se logren en cursos consecutivos. Así mismo el carácter cíclico del área, hace que cada año el alumno sea capaz de mejorar pudiendo alcanzar objetivos que otros años no lograba. Es por ello, que la superación de la Educación Física de aquellos alumnos con la materia pendiente se lleve a cabo siempre y cuando superen la del año consecutivo teniéndose en cuenta los procedimientos de evaluación y calificación para ese año. De no estar superando los saberes se evaluará un plan específico para cada alumno/a, en función de los saberes que tenga pendiente del curso anterior.

 *Plan específico personalizado para los alumnado que repiten curso*

Alumnado que repite curso y no ha superado la materia.


El profesor encargado de impartir la materia en el presente curso académico realizará una recopilación de todas las actividades del alumno/a durante el curso en el cual no consiguió los objetivos realizando un registro y recogiendo información al respecto. Con toda la información se definirá la dificultad o dificultades más importantes. Posteriormente se realizarán un conjunto de actividades para el alumno con un calendario preciso, encaminadas a motivar el estudio y la comprensión de la materia. Las actividades serán:

- De estudio
- De procedimiento
- De actitud

En el transcurso del curso y según los resultados, el plan puede sufrir alguna adaptación para adecuarse mejor al interés del alumno, pero como norma general deberá realizar un seguimiento del curso ordinario.

Alumnado que repite curso y ha superado la materia.

Estos alumnos serán considerados sin dificultades en la misma por lo que no se les aplicará ninguna medida extraordinaria, excepto la entrega de actividades de mayor dificultad, con el fin de motivarles.

 *Alumnado que ha perdido la posibilidad de aplicar los criterios de calificación ordinarios*

Se considerará que el alumno/a ha perdido la posibilidad de aplicación de criterios de evaluación y calificación ordinarios, bien por no asistencia, o por superar un absentismo en la materia superior al 15 % de las horas lectivas impartidas por trimestre o en la evaluación final. El proceso de evaluación será: Si las ausencias tienen lugar a lo largo de dos o los tres trimestres entregarán una serie de actividades y realizarán un examen final de la materia correspondiente. Es indispensable entregar todas las actividades requeridas y obtener en cada una de ellas una calificación no inferior a 5. También deberán alcanzar una puntuación mínima de cinco en el examen para que la evaluación sea positiva. Los alumnos serán convocados para la prueba final de Junio en la que habrá una parte teórica y una práctica.

Si las ausencias tienen lugar a lo largo de un trimestre realizará una serie de actividades y pruebas escritas de recuperación. Será necesaria la entrega de todas las actividades que se les encomienden y deberán alcanzar una calificación mínima de 5 en todas las pruebas escritas. El resto del curso tendrá evaluación ordinaria.

Plan para el alumnado con incapacidad transitoria o permanente

Como hemos explicado con anterioridad, esta es una situación específica de nuestra área. Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades de aquellos que no pueden practicar actividad física. Hemos de recordar que no existen los alumnos “exentos totales”, ya que la actividad física es obligatoria, pero sí de unos determinados contenidos. Tradicionalmente los alumnos considerados exentos suponen una carga para el profesor. Se tendía a solucionar el problema aparcándolos durante las clases y limitando su aprendizaje a contenidos de carácter teórico. Creemos que con un poco de imaginación podemos integrar en mayor medida a dichos alumnos dentro de la marcha general del curso, haciéndoles sentirse más útiles y consiguiendo una mayor motivación y nivel de aprendizaje. Se informará a los alumnos de la normativa existente y de los trámites para recoger en su expediente personal dicha situación. Consideramos de gran importancia que estos alumnos/as no se descuelguen de la marcha normal del área por las consecuencias a nivel de consecución de objetivos y porque supone un problema añadido para el profesor por la falta de criterios válidos y justos para evaluarlo. Se deberá considerar esta posibilidad dentro de las U.D. con el fin de que puedan participar y realizar los aprendizajes en la medida de lo posible.

Alumnado con incapacidad permanente

Cuando la patología impide la práctica de cualquier actividad física, propondríamos las siguientes posibilidades:

- Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se imparten en el aula.
- Elaboración de apuntes para los compañeros/as.
- Dirección de actividades para sus compañeros/as (estiramientos, calentamientos,)
- En determinadas actividades podrán participar (relajación, estiramientos, expresión corporal.)

Alumnado con incapacidad transitoria

Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos exentos de realizar alguna actividad. En estos casos a parte de las propuestas indicadas en el apartado anterior, se podría incluir la posibilidad de que estos alumnos elaboren programas de trabajo y los lleven a cabo mientras el resto ejecuta aquellos que ellos no pueden realizar

5 .LA CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS ACORDADOS Y APROBADOS. EL PLAN DE LECTURA, ESCRITURA E INVESTIGACIÓN.

Respecto al Plan de Lectura, Escritura e Investigación, sin duda me atrevería a decir, motivado por los pobres resultados en los informes de evaluación internacional del sistema educativo (PISA), que es una lástima que las alarmantes cifras de sedentarismo y obesidad infantil y juvenil no se traduzcan en esto: actividad física desde todas las materias. Dos horas de educación física de treinta arroja una cifra de 6,66% del tiempo de movimiento respecto al aula. Por tanto, no parece razonable “robar” más tiempo del imprescindible al movimiento, más necesario hoy en día que nunca. En resumen, fomentaré intensamente el plan de lectura, pero salvo causa de fuerza mayor no sustituyendo al movimiento.

¿Qué persigo con el plan de lectura de Educación Física? Objetivos:

- 1.- Mejorar el hábito lector
- 2.- Desarrollar el gusto por la lectura y por la información.
- 3.- Mejorar los mecanismos de búsqueda, procesamiento y comunicación de la información.
- 4.- Mejorar los mecanismos de selección y tratamiento de las fuentes de información.
- 4- Una reflexión sobre las caras del deporte (la más amable y la menos).
- 5- Dar a conocer otras propuestas novedosas (ampliar el abanico de actividades) que no tienen cabida, de momento, en la programación: taichí, capoeira, parkour...

¿Cuándo lo abordo?

- 1- Al hacer los trabajos en el portfolio les estamos pidiendo a los alumnos/as que lean, investiguen y utilicen las nuevas tecnologías, con lo cual estamos trabajando el PLEI.
- 2- En clase sólo en días que no tengamos más remedio que permanecer en el aula (coincidencias y mal tiempo); son por tanto clases “comodín”. Así lo argumentaré al equipo directivo y al resto de compañeros.

¿Con qué lo trabajo? Con artículos de revistas deportivas y artículos periodísticos de actualidad (temas como la anorexia, la violencia en el deporte... aparecen en el currículo oficial asturiano). También a través de la revista “Sportlife”, a la cual está suscrito el I.E.S. y que nos sirve para comentar parte de sus artículos más interesantes y para que los alumnos que no pueden realizar las clases prácticas por alguna causa, lean algunos artículos que posteriormente deben exponer a sus compañeros.

¿Cómo lo evalúo? Dentro de la parte conceptual de cada trimestre y del curso a través de comentarios escritos o debates propuestos en clase.

6 EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y, EN SU CASO, EXTRAESCOLARES DE ACUERDO CON LO ESTABLECIDO EN LA PROGRAMACIÓN GENERAL ANUAL DEL CENTRO.

Denominación de la actividad	Lugar de realización	Nº de Alumnos	Fecha	Coste por alumno/a	Coste Total
Carrera Solidaria	Calatrava	100	30 Enero	Donativo	
Dia Mundial sin tabaco	Naranco	100	31 Enero	0	

7. LA METODOLOGÍA, LOS RECURSOS DIDÁCTICOS Y LOS MATERIALES CURRICULARES.

Partiendo del DUA atendiendo a las diferencias individuales, proponiendo, en la medida de lo posible, las actividades y/o ejercicios de modo que cada alumno o alumna pueda llevarlos a cabo a su propio ritmo y con su propio nivel de desempeño sin penalizar el del resto del grupo, buscando en cualquier caso la consecución de los estándares básicos de aprendizaje, vinculados a las unidades didácticas. En la medida de lo posible, se plantearán actividades en grupo que permitan el apoyo entre compañeros y el desarrollo del sentimiento de cooperación.

Además de todas las metodologías emergentes que estamos viviendo estos años, quizás las que mejor se puedan adaptar a la situación actual sean las siguientes:

- Flipped classroom, donde los alumnos pueden desarrollar los contenidos de manera teórica en casa yendo a clase solo con las dudas que tengan pendientes. Para ello podemos usar plataformas como Google Classroom para generar el hilo de aprendizaje, sin embargo, por mayor facilidad en cuanto a adquisición de la plataforma, utilizamos Microsoft Teams, aplicación facilitada en las cuentas 365 de educastur, por lo que tanto profesores como alumnos, tendrán acceso en todo momento.

- ABP, el aprendizaje basado en proyectos. Los trabajos por proyectos pueden ser un gran aliado, pero como siempre, recomendando objetivos a corto plazo para poder evaluar el proceso de creación de los alumnos.

- MED; el modelo de educación deportiva nos da muchas posibilidades. La cual incluso podemos gamificar y llevar durante todo el curso si hacemos equipos o grupos estables de convivencia. Debemos fomentar el trabajo tanto desde clase como desde casa, es decir, que haya tareas para casa. En muchos casos nos planteamos que sólo practican en clase, pero... ¿y si mandamos pruebas físicas o retos que hayan de practicar en casa y luego demuestren en clase? ¿Y si fomentamos grupos de entrenamiento entre los alumnos? ¿Y si creamos un club de running? ¿Creamos un grupo de coreografías? ¿Proponemos retos y pruebas físicas coreografiadas en base a AeroFitness?

No existiendo libro de texto específico, el profesor proporcionará a su alumnado los apuntes en los casos que corresponda, pudiéndose consultar igualmente los mismos cuando proceda y toda la información relacionada con la materia por vía telemática (en el “equipo”, creado específicamente para cada grupo-clase por el profesor, dentro de la aplicación Microsoft Teams).

Para el presente curso, el departamento de Educación Física seguirá unas medidas específicas que serán

de aplicación obligatoria en todas las sesiones prácticas. Dichas medidas vienen recomendadas por el coordinador Covid del centro.



Principios Metodológicos

La metodología que proponemos busca compartir las líneas metodológicas propuestas a nivel de equipo docente, pero al mismo tiempo, que se adecúe a las particularidades de la materia. Teniendo en cuenta las características de las actividades y los indicadores de logro que se pretenden conseguir optaremos por unos principios u otros, ya que de éstos dependerá en gran medida el resultado del aprendizaje.

INDIVIDUALIZACIÓN

Debemos garantizar este principio, ya que la evolución de los aprendizajes no sigue unos patrones tan cerrados. Por tanto, partimos de la diversidad del alumnado: condiciones y estados de desarrollo diferentes, disparidad de circunstancias socioculturales, conocimientos previos y a partir de éstos se tenderá a dar una atención individualizada en la que deben estar presentes: diferentes ritmos de aprendizaje, dificultades en el ámbito cognitivo y de la comprensión, dificultades en aspectos afectivos, motrices o de relación social, diferencias en cuanto al factor sexo, desarrollo físico-motor, etc.

SIGNIFICATIVIDAD

Para garantizar un aprendizaje significativo se buscarán en las actividades: partir del nivel de cada uno, posibilidad de aprender a aprender, actividades motivadoras, utilizar estímulos positivos, ser

cercanos a los alumnos/as, utilizar los aprendizajes adquiridos como base para los siguientes mediante progresiones en la dificultad de las tareas, sesiones, unidades, etc.

FUNCIONALIDAD

La Educación Física debe fomentar como uno de sus objetivos el hábito de la práctica de actividad física,

no sólo en el centro, sino en mayor medida fuera del mismo. Por ello se deberá proponer tipos de actividad física que puedan ser desempeñados con las instalaciones que disponen en el concejo, realizar sesiones fuera del marco escolar con el fin de que no asocien actividad física con grandes instalaciones y utilizar materiales “no convencionales” con el fin de no asociar la práctica con materiales concretos, a veces costosos.

INTERDISCIPLINARIEDAD

La finalidad de la educación, es que entre todas las áreas se consigan las competencias a través de un aprendizaje globalizado. Para ello es necesaria la coordinación entre el profesorado



Organización de espacios e instalaciones

Un aspecto que debemos tener muy en cuenta son las coincidencias horarias, ya que el uso de las canchas exteriores, no son exclusivamente para el alumnado de secundaria, sino que compartimos recinto con el Colegio Público “Baudilio Arce”, lo que nos obliga a mantener conversaciones periódicas con los tres maestros del colegio de Educación Primaria. En este caso, dadas las circunstancias se han adoptado dos medidas:

A nivel de centro, se ha solicitado al Ayuntamiento de Oviedo, a través de la Consejería, el uso del alero

de los bajos del edificio “Calatrava” para uso de los alumnos del I.E.S. “Doctor Fleming” durante sus clases de Educación Física, con respuesta afirmativa.

Además contamos con el gimnasio del edificio “Fleming” y la pista exterior del mismo, que habitualmente será utilizado por el profesor que imparte a grupos de Bachillerato, ubicados en el propio edificio “Fleming”.

Agrupamientos

Agrupamientos	Cuándo	Cómo
Grupo-clase	Debates, puesta en común, explicaciones del profesor, trabajos cooperativos, grandes juegos, etc.	
Grupo-equipo	En aquellas unidades en las que se proponen actividades de cooperación-oposición, en situaciones de	De forma aleatoria, un cartas, números, etc. De manera que los equipos resultantes sean variados.
Grupo-pequeño	En las unidades en las que trabajo por grupos de nivel.	Se forman los grupos en función de sus características.
Parejas	Actividades en las que se utiliza la enseñanza recíproca, por causa del material, del espacio o de la naturaleza de la actividad.	A veces los propios alumnos las hace, otras por azar, nivel de habilidad, etc.
Individual	Para comprobar el nivel del alumno, determinados aprendizajes, suficiente material.	

Dentro del PEC, está recogido el Plan de Lectura e Investigación desarrollado por el centro, dentro del que se especifica la aportación que se hace desde este Departamento.

A parte, el Departamento de Educación Física, tiene incluidas algunas medidas para fomentar tanto el hábito de lectura de los alumnos, como algunas pautas de investigación.

Elaboración de trabajos teóricos cuantificables en el apartado teórico de la materia, sobre temas relacionados con hábitos de vida saludables y con aspectos reglamentarios de los deportes abordados en el trimestre correspondiente, en los cuales se les pedirá a los alumnos una búsqueda de información utilizando las nuevas tecnologías, y una elaboración de trabajos respetando un guión previamente acordado, que contenga una portada, índice, paginación, bibliografía, etc..

→Se utilizarán las TIC para buscar información en la realización d ellos trabajos teóricos.

→Lectura y comentarios de algunos textos divulgativos sobre los efectos beneficiosos del ejercicio en la salud.

→Lectura y comentarios de textos divulgativos sobre alimentación saludable.

→Comentario en público sobre las novedades deportivas del fin de semana.

se utilizarán libros sobre dietética, ejercicio físico y salud, métodos de entrenamiento y artículos de prensa relacionados con la actividad física, la salud y el deporte. También serán recomendadas novelas de temática deportiva.

Así mismo desde la biblioteca se cuenta con libros suficientes para ampliar conocimientos, así como publicaciones mensuales de divulgación de la actividad física.

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

Esta programación se considera un documento vivo o cambiante, que siguiendo lo que establece la normativa, se realizará un seguimiento de efectividad y funcionalidad del documento para establecer los cambios oportunos tras la puesta en práctica de las diferentes Unidades de programación.

Para la autoevaluación de la práctica docente se establece que hay que hacer una evaluación del diseño en un primer momento, y posteriormente de su implementación en el aula para considerar el impacto que lo programado y planificado ha tenido en la mejora de los rendimientos escolares del alumnado. Se trata de una práctica reflexiva por parte de quienes conformamos el equipo docente valorando logros, anotando dificultades y recogiendo propuestas de mejora para futuras puestas en prácticas en el aula. Esto permitirá validar el DUA.

Esta autoevaluación docente, e incluso coevaluación, perseguirá analizar la intervención docente en el aula, los recursos utilizados, los tiempos, los espacios, las formas de organizar el grupo, los instrumentos de evaluación utilizados, las medidas inclusivas aplicadas, las diferentes claves llevadas a cabo... También se incluye en esta reflexión la coordinación de los Equipos Docentes, el clima en el trabajo colaborativo, la organización y otras cuestiones relacionadas con el funcionamiento del grupo y del propio centro.

Para realizar el seguimiento se establecen una serie de indicadores de logro para poder comprobar la efectividad y funcionalidad de la programación es la planificada

Indicadores de logro de la programación (Autoevaluación)

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE		
INDICADORES DE LOGRO	EVALUACIÓN	
TEMPORALIZACIÓN Y	SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA
1. Se realizan las unidades de programación teniendo en cuenta la programación de aula		
2. La temporalización establecida en las unidades de programación permite el aprendizaje de la mayoría del alumnado		
ORGANIZACIÓN DEL AULA U OTROS	SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA

3.	La distribución de la clase favorece la metodología elegida.		
4.	Los espacios propuestos fuera del aula para el desarrollo de las unidades de		

	permiten el aprendizaje en situaciones reales o simuladas.		
--	--	--	--

RECURSOS EN EL AULA	SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA
----------------------------	----------------	-----------------------------

5.	Los materiales didácticos establecidos permiten el desarrollo de las unidades de programación y el aprendizaje del alumnado.		
----	--	--	--

6.	Los recursos digitales aumentan o permiten una mejor comprensión de los aprendizajes establecidos en el libro de texto.		
----	---	--	--

METODOLOGÍA EN EL AULA	SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA
-------------------------------	----------------	-----------------------------

7.	Las metodologías activas propuestas permiten el aprendizaje del alumnado.		
----	---	--	--

8.	Las actividades significativas que se proponen para el objetivo en acción están al alcance de todo el alumnado.		
----	---	--	--

9.	La propuesta de unidades de programación ofrece diferentes tipos de tareas para desarrollarlas en entornos simulados o reales.		
----	--	--	--

10	Metodologías de trabajo cooperativo.		
----	--------------------------------------	--	--

11	Importancia de la investigación por parte del alumnado: metodología de proyectos, descubrimiento guiado, resolución de problemas de la vida cotidiana.		
----	--	--	--

12	Organización flexible de los recursos espacio-temporales, agrupamientos y materiales.		
----	---	--	--

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA
---------------------------------	----------------	-----------------------------

13.	Se realizan actividades multinivel para dar respuesta a los distintos ritmos de		
-----	---	--	--

14.	Se ofrecen diferentes formas de comprender los enunciados de las actividades y pruebas de cada unidad de programación.		
-----	--	--	--

15	Se ha tenido en cuenta las diferentes estrategias DUA :para el Principio I de Representación , para el Principio II de Acción y Expresión y para el Principio III de Motivación		
EVALUACIÓN		SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA
16	Los instrumentos y procedimientos de evaluación establecidos permiten evidenciar el aprendizaje del alumnado.		
17	Se concretan los criterios de calificación aportando un valor ponderado orientativo a los diferentes instrumentos de evaluación.		
18	Se han realizado actividades de autoevaluación		
19.	Los momentos establecidos para le evaluación permiten ajustar el proceso de enseñanza para un mejor desempeño del alumnado		
OTROS		SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA
20	Se incluyen planes, programas y proyectos (PLEI, TIC...)		

9 BIBLIOGRAFÍA/ NORMATIVA APLICABLE.

-Instrucciones principio de curso

-Real Decreto 83/1996, de 26 de enero, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.

-Resolución de 12 de Mayo de 2014, por la que se autoriza a formar parte del estado de ingresos de los centros educativos los procedentes de las actividades complementarias fuera del centro y extraescolares.

• →*Bibliografía:*

-Parra Castaño, J. "Actividades prácticas, creativas y útiles para las clases de Educación Física". PILA TELEÑA, 2015.

-Blázquez, D. "Enseñar por competencias en Educación Física". INDE, 2019.

-Blázquez, D. "Cómo evaluar bien en Educación Física. El enfoque de la evaluación formativa". INDE, 2017.

-Blázquez, D. "Evaluar en EF" INDE. Barcelona. 1990.

-Díaz Lucea, J "El currículum (debería ser currículo) de la EF en la reforma educativa". INDE, 1994.

-Díaz Lucea, J "La evaluación formativa en EF". INDE. Barcelona. 2006.

-Galera, A. "Manual de didáctica de la EF: funciones de programación". PAIDOS, 2001

- Martínez López, Emilio J. "La evaluación informatizada en EF". Paidotribo. Barcelona. 2001.
- Siedentop, D. "Aprender a enseñar la EF", INDE, 1998.
- Posada, F. "Ideas prácticas para la enseñanza de la EF". Ágonos, 2000.
- Valle Sagrario del, García M^a Jesús, "Como programar en Educación física paso a paso", INDE 2007.

→*Artículos:*

- "El problema de los" exentos" en la clase de EF: búsqueda de perfil de este colectivo para lograr el 100% de alumnos activos. Firmado por Alejandro Rodríguez-Solano Rubio en la Revista de Educación Física. N^o
. La Coruña. 2004

→*Artículos de internet:*

- Del Valle Díaz, S.,García Fernández MJ, De la Vega Marcos. R. "Elementos esenciales que componen la programación y la unidad didáctica en Educación Física. Enfoque relacional globalizador". Lecturas EF. N^o
114. Noviembre 2007.