



Doctor **Fleming**  
Instituto de Educación Secundaria

# **IES DOCTOR FLEMING**

**OVIEDO**

**PROGRAMACION DOCENTE**

**EDUCACIÓN FÍSICA**

**1º BACHILLERATO**

---

**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.....	15
3 LAS MEDIDAS DE REFUERZO Y DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO, Y, EN SU CASO, LAS ADAPTACIONES CURRICULARES PARA EL ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES O CON ALTAS CAPACIDADES INTELECTUALES.....	23
4.. LAS ACTIVIDADES PARA LA RECUPERACIÓN Y PARA LA EVALUACIÓN DE LAS MATERIAS PENDIENTES, DE ACUERDO CON LAS DIRECTRICES GENERALES ESTABLECIDAS EN LA CONCRECIÓN CURRICULAR.....	25
5 LA METODOLOGÍA, LOS RECURSOS DIDÁCTICOS Y LOS MATERIALES CURRICULARES .....	27
6 LA CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS ACORDADOS Y APROBADOS, RELACIONADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO, ENTRE LOS QUE DEBERÁN CONTEMPLARSE, EN TODO CASO, LAS ACTIVIDADES QUE ESTIMULEN EL INTERÉS POR LA LECTURA Y LA CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE EN PÚBLICO, ASÍ COMO EL USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN.....	30
7 EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y, EN SU CASO, EXTRAESCOLARES DE ACUERDO CON LO ESTABLECIDO EN LA PROGRAMACIÓN GENERAL ANUAL DEL CENTRO. ....	30
8. LOS INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE. ....	30

**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.**

1º BACHILLERATO								
1 TRIMESTRE			2º TRIMESTRE			3 TRIMESTRE		
TITULO	SESIONES	C.E	TITULO	SESIONES	C.E	TITULO	SESIONES	C.E
1.SIN MOVIMIENTO NO HAY ALIMENTO C.F NUTRICION	8	1,	4 RESISTIRE (C.F)	4	1	7.BUSCO ALTERNATIVAS (JUEGOS DEPORTES CANCHA DIVIDIDA)	8	2,
2. NUEVOS DEPORTES OLÍMPICOS 'FLAG-FOOTBALL', LACROSSE , (JUEGOS DEPORTES DE INVASIÓN)	5	2,3	5 LA VOZ DE SERENA (JUEGOS DEPORTES DE RAQUETA -PALA Y PARED)	8	2,3,4	8. JUEGO EN PAZ (JUEGOS COEDUCATIVOS Y COOPERATIVOS)	6	4
3. FIGURAS CON RITMO (EXPRESION CORPORAL PREVENCIÓN DE RIESGOS)	8	3,4	6 SOS (PRIMEROS AUXILIOS-CORPORAL)	4	2,5	9.DEPORTE Y SOSTENIBILIDAD (JUEGOS DEPORTES EN EL MEDIO NATURAL)	8	3,4

1º TRIMESTRE		
1ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN: SIN MOVIMIENTO NO HAY ALIMENTO (CF-NUTRICION)		
Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptorios del perfil de salida
<p><b>Competencia específica 1.</b> Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física</p>	<p>1.1 Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos</p> <p>1.2 Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.</p>	<p>STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.</p>
<p><b>Competencia específica 3.</b> 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</p>	<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p>	<p>CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.</p>

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

### Saberes. Básicos

#### **Bloque A. Vida activa y saludable**

- Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida.
- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física
- Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal.
- Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados.
- Dietas equilibradas según las características físicas y personales.
- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Técnicas básicas de descarga postural y relajación.
- Musculatura del core (zona media o lumbo-pélvica) para entrenamiento de la fuerza.
- Identificación de problemas posturales básicos y planificación preventiva de la salud postural en actividades específicas

### Saberes Básicos

#### **Bloque B. Organización y gestión de la actividad física**

- Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).
- Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física.

### 2ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:

NUEVOS DEPORTES OLÍMPICOS 'FLAG-FOOTBALL', LACROSSE ...

### DEPORTES Y JUEGOS DE INVASION

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
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	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. 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

<p>vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>		<p>distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>
<p>3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia</p>	<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p>	<p>3. Difundir y promover nuevas prácticas motrices, compartiendo espacios de actividad físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto hacia los participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia</p>
<p>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.</p>	<p>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.</p>	<p><i>STEM5, CPSAA1.2, CC1, CCEC1</i></p>

<b>Saberes. Básicos</b>		
<p><b>✚ Bloque A. Vida activa y saludable</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en publicidad y medios de comunicación</li> </ul>		
<p><b>✚ Bloque B. Organización y gestión de la actividad física</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevención de accidentes en las prácticas motrices.</li> <li>• Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física.</li> </ul>		
<p><b>✚ Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oportunidad, pertinencia y riesgo de las acciones en las actividades físico-deportivas de contacto a partir del análisis de los puntos fuertes y débiles del rival</li> </ul>		
<p><b>✚ Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos.</li> <li>• Presencia en medios de comunicación.</li> <li>• Deporte, política y economía: análisis crítico de su influencia en la sociedad. Mercado, consumismo y deporte.</li> <li>• Ámbito profesional-laboral: profesiones que rodean al deporte</li> </ul>		
<b>1º TRIMESTRE</b>		
<b>3ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:</b>		
<b>FIGURAS CON RITMO</b>		
<b>EXPRESION CORPORAL -PREVENCION DE RIESGOS</b>		
<b>Competencias específicas</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptorios del perfil de salida</b>
1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales.	STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.
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	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	CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1

*postura ética y contextualizada los valores que transmiten.*

**Saberes. Básicos**

**Bloque B. Organización y gestión de la actividad física**

- Gestión de las medidas relacionadas con la planificación de la actividad física y deportiva (tipo de deporte, material necesario, objetivos de la preparación, actividades y similares).
- Selección responsable y sostenible del material deportivo.
- Gestión del riesgo propio y ajeno: planificación de factores de riesgo en actividades físicas.
- Medidas colectivas de seguridad.

**Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices**

- Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal; toma de decisiones previas a la realización de una
- actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolver
- adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica
- Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con la resolución más eficiente de acuerdo a los recursos disponibles

**Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz**

- Técnicas específicas de expresión corporal.
- Práctica de actividades rítmico-musicales con intencionalidad artístico expresiva

**2º TRIMESTRE**

**4ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN**

**RESISTIRE  
(CONDICIÓN FÍSICA)**

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, a partir de la autoevaluación personal planificando responsable y conscientemente su actividad física en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	1.1. Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.	STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.

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

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

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


## Saberes. Básicos



### **Bloque A. Vida activa y saludable**



- Salud física: programa personal de actividad física (atendiendo a frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad).
- Autoevaluación de las capacidades físicas y coordinativas (como requisito previo a la planificación): técnicas, estrategias y herramientas de medida.
- Identificación de objetivos (motrices, saludables, de actividad o similares) a alcanzar con un programa de actividad física personal.
- Evaluación del logro de los objetivos del programa y reorientación de actividades a partir de los resultados.
- Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- Salud social: prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva.
- Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud.
- Dietas equilibradas según las características físicas y personales.
- Profesiones vinculadas a la actividad física y la salud.
- Hábitos sociales y sus efectos en la condición física y la salud.

### Ventajas e inconvenientes del deporte profesional

### **Bloque B. Organización y gestión de la actividad física**

-  Autogestión de proyectos personales de carácter motor a todos los niveles (social, motivacional, organizativo o similar).

 **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices**  
 Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia.  
 Sistemas de entrenamiento

 **Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices**  
 Historias de vida significativas

**2º TRIMESTRE**

**5ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:**  
**LA VOZ DE SERENA**  
**JUEGOS Y DEPORTE DE RAQUETA PALA Y PARED**

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
<p>2. Adaptar autónomamente las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas así como las habilidades y destrezas motrices específicas de algunas modalidades practicadas a diferentes situaciones con distintos niveles de dificultad, aplicando eficientemente procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.</p> <p>2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos</p>	<p>CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3</p>
<p>5. Implementar un estilo de vida sostenible y comprometido con la conservación y mejora del entorno, organizando y desarrollando acciones de</p>	<p>5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible,</p>	<p>CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.</p>

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.

minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen.

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

**Saberes. Básicos**

**🚩 Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices**


- Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas
- Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal;
- Toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica
- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

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

- Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros

**🚩 Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno**

- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas.
- Análisis de las posibilidades del entorno urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.
- Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares).
- Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares).
- Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
- Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. .
- Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

<b>2º TRIMESTRE</b>		
<b>6ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN</b>		
<b>“SOS”</b>		
<b>PRIMEROS AUXILIOS</b>		
<b>Competencias específicas</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptor del perfil de salida</b>
1. Interiorizar el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable, planificando responsable y conscientemente su actividad física a partir de la autoevaluación personal en base a parámetros científicos y evaluables, para satisfacer sus demandas de ocio activo y de bienestar personal, así como conocer posibles salidas profesionales asociadas a la actividad física.	1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional.	STEM2, STEM5, CD1, CD4, CPSAA1.1, CPSAA1.2, CPSAA5, CE3.
<b>SABERES BÁSICOS</b>		
<p> <b>Bloque B. Organización y gestión de la actividad física</b></p> <p>Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Ejercicios compensatorios de la musculatura según la actividad física. Gestión del riesgo propio y ajeno: planificación de factores de riesgo en actividades físicas. Medidas colectivas de seguridad. Actuaciones críticas ante accidentes. Conducta PAS: proteger, avisar, socorrer. Desplazamientos y transporte de accidentados. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios de accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares). Contenido básico de kit de asistencia (botiquín). Protocolos ante alertas escolares.</p>		
<b>3º TRIMESTRE</b>		
<b>7ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:</b>		
<b>BUSCO ALTERNATIVAS</b>		
<b>DEPORTES Y JUEGOS DE CANCHA DIVIDIDA</b>		
<b>Competencias específicas</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>Descriptor del perfil de salida</b>
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	2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar. 2.2. Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición, colaboración o	CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3

<p>adecuados a la lógica interna de las mismas para resolver situaciones motrices vinculadas con distintas actividades físicas funcionales, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.</p>	<p>colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos con fluidez, precisión y control, aplicando de manera automática procesos de percepción, decisión y ejecución en contextos reales o simulados de actuación y adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.</p> <p>2.3. Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de gestos técnicos o situaciones motrices variadas, identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos</p>	
--	--	--

### Saberes. Básicos

#### **Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices**

- Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas
- Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal;
- Toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica
- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses.

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

- Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros


### 3º TRIMESTRE

#### 8ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:

#### JUEGO EN PAZ

#### JUEGOS Y DEPORTES COOPERATIVOS Y COEDUCATIVOS

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
<p>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</p>	<p>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción</p>	<p>CCL5, CPSAA1.1, CPSAA2, CPSAA5, CC3.</p>

<p>participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una actitud crítica y proactiva ante comportamientos antideportivos o contrarios a la convivencia y desarrollando procesos de autorregulación emocional que canalicen el fracaso y el éxito en estas situaciones, para contribuir autónomamente al entendimiento social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa, fomentando la detección precoz y el conocimiento de las estrategias para abordar cualquier forma de discriminación o violencia.</p>	<p>social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</p> <p>3.2. Cooperar o colaborar mostrando iniciativa durante el desarrollo de proyectos y producciones motrices, solventando de forma coordinada, cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso.</p> <p>3.3. Establecer mecanismos de relación y entendimiento con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con autonomía, haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnico, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activa, reflexiva y críticamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia, así como conocer las estrategias para la prevención, la detección precoz y el abordaje de las mismas.</p>	
<p>. 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.</p>	<p>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</p>	<p>CPSAA1.2, CPSAA2, CC4, CE1</p>
<p><b>Saberes. Básicos</b></p>		
<p> <b>Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.</li> </ul>		

**Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices**  
 Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas sexistas y LGTBIfóbicas).

**Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz**

- Los juegos y deportes tradicionales y autóctonos y su vínculo cultural: origen, evolución, preservación y factores condicionantes.
- Deporte y perspectiva de género: estereotipos de género en contextos físico-deportivos.

Presencia en medios de comunicación

**9ª UNIDAD DE PROGRAMACIÓN:**  
**DEPORTE Y SOSTENIBILIDAD**  
**JUEGOS Y DEPORTE EN EL MEDIO NATURAL**

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Descriptor del perfil de salida
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.	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.	
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,	5.1. Promover y participar en actividades físico-deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las	CPSAA1.2, CPSAA4, CE2, CE3.

<p>para contribuir activamente al mantenimiento y cuidado del medio natural y urbano y dar a conocer su potencial entre los miembros de la comunidad.</p>	<p>condiciones de los espacios en los que se desarrollen.</p> <p>5.2. Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad, individuales y colectivas para prever y controlar los riesgos intrínsecos a la propia actividad derivados de la utilización de los equipamientos, el entorno o la propia actuación de los participantes.</p>	
---	---	--

### Saberes. Básicos

#### 📌 Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices

- Análisis colectivo de resultados y reajuste de actuaciones para conseguir el éxito en actividades cooperativas
- Desempeño de roles variados en procedimientos o sistemas tácticos puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.
- Capacidades perceptivo-motrices en contexto de práctica: integración del esquema corporal;
- Toma de decisiones previas a la realización de una actividad motriz acerca de los mecanismos coordinativos, espaciales y temporales, así como reajuste de la propia intervención para resolverla adecuadamente respecto a sí mismo, a los participantes y al espacio en el que se desenvuelve la práctica
- Perfeccionamiento de las habilidades específicas de los deportes o actividades físicas que respondan a sus intereses

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

- Desempeño de roles y funciones relacionados con el deporte: arbitraje, entrenador, participante, espectador y otros

#### Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno

- Fomento de la movilidad activa, segura, saludable y sostenible en actividades cotidianas.
- Análisis de las posibilidades del entorno urbano para la práctica de actividad física: equipamientos, usos y necesidades.
- Actuaciones para la mejora del entorno urbano desde el punto de vista de la motricidad (uso deportivo, accesibilidad movilidad, seguridad o similares).
- Factores y elementos de riesgo durante la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo (cansancio, duración de la prueba o similares).
- Materiales y equipamientos: uso según las especificaciones técnicas de los mismos.
- Uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física.
- Promoción y usos creativos del entorno desde la motricidad. .
- Cuidado y mejora del entorno próximo, como servicio a la comunidad, durante la práctica de actividad física en el medio natural y urbano.

## 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, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, según las**

<b>necesidades e intereses individuales y respetando la propia realidad e identidad corporal, evaluando los resultados obtenidos.</b>
<b>CRITERIOS DE ÉXITO</b>
Planificar, elaborar y poner en práctica de manera autónoma un programa personal de actividad física dirigido a la mejora o al mantenimiento de la salud (50%)
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de Tareas
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica
<b>CUANDO</b>
U.P 1
<b>EVIDENCIA-ACTIVIDAD</b>
Tarea Teams-Elaboracion planing auto entrenamiento mes de noviembre
<b>CRITERIOS DE ÉXITO</b>
Aplicar los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas (Resistencia ) (25 %)
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de Tareas
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica
<b>CUANDO</b>
U.P 1, 4
<b>EVIDENCIA-ACTIVIDAD</b>
Aplicación de sistemas de entrenamiento de la resistencia: Continuos, discontinuos
<b>CRITERIOS DE ÉXITO</b>
Evaluar los resultados obtenidos.(25%)
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Pruebas específicas
<b>INSTRUMENTO</b>
Escala de valoración -Pruebas objetivas
<b>CUANDO</b>
U.P 1 .
<b>EVIDENCIA-ACTIVIDAD</b>
Ejecución y valoración de test motores
<b>1.2. Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de activación corporal, autorregulación y dosificación del esfuerzo, alimentación saludable, educación postural, relajación e higiene durante la práctica de actividades motrices, reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.</b>
<b>CRITERIO DE ÉXITO</b>
. Incorporar, los procesos de activación corporal, relajación durante la practica de actividades motrices
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica calentamiento Vuelta a la calma
<b>CUANDO</b>
A quien Le toque a partir de Octubre -Por orden de lista
<b>EVIDENCIAS-ACTIVIDADES</b>
Organización de dos calentamientos por semana
<b>CRITERIO DE ÉXITO</b>
Incorporar de forma autónoma los procesos de activación corporal, autorregulación relajación e higiene y dosificación del esfuerzo
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Observación sistemática

<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica
<b>CUANDO</b>
A partir de octubre -Todas las sesiones
<b>EVIDENCIAS-ACTIVIDADES</b>
Realización de aseo al final de clase, utilización de ropa adecuada ,calzado ,.....
<b>CRITERIO DE ÉXITO</b>
Incorporar de forma autónoma, y según sus preferencias personales, los procesos de, alimentación saludable reflexionando sobre su relación con posibles estudios posteriores o futuros desempeños profesionales.
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica
<b>CUANDO</b>
1 trimestre
<b>EVIDENCIAS-ACTIVIDADES</b>
Análisis de lo que comemos durante una semana- Elaboración de un almuerzo saludable
<b>1.3. Conocer y aplicar de manera responsable y autónoma medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física, así como para la aplicación de primeros auxilios ante situaciones de emergencia o accidente, identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional</b>
<b>CRITERIO DE ÉXITO</b>
Conocer medidas específicas para la prevención de lesiones antes, durante y después de la actividad física identificando las posibles transferencias que estos conocimientos tienen al ámbito profesional y ocupacional
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Cuestionario
<b>INSTRUMENTO</b>
/forms
<b>CUANDO</b>
U.P 3 ,6
<b>EVIDENCIAS -ACTIVIDAD</b>
Encargado de material – Análisis de videos textos escritos
<b>CRITERIO DE ÉXITO</b>
Aplicar <b>primeros auxilios</b> ante situaciones de emergencia o accidente
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de las producciones del alumnado/interacciones orales
<b>INSTRUMENTO</b>
Lista de control
<b>CUANDO</b>
2º Trimestre
<b>EVIDENCIAS -ACTIVIDAD</b>
Taller-Simulación de casos reales
<b>1.4. Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida</b>
<b>CRITERIO DE ÉXITO</b>
Actuar de forma crítica, comprometida y responsable ante los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal
<b>COMO /PROCEDIMIENTO</b>

Análisis de producciones
<b>CON QUE /INSTRUMENTO</b>
Monografías
<b>CUANDO</b>
Tercer trimestre
<b>EVIDENCIAS</b>
Análisis de casos /artículos / Trastornos vinculados con la imagen corporal: vigorexia, anorexia, bulimia y otros Evitar comentarios negativos sobre el cuerpo propio o ajeno, promoviendo en su lugar un lenguaje respetuoso y positivo. Denunciar y rechazar actitudes o prácticas que perpetúan la discriminación por apariencia física, como el "body shaming" o la gordofobia.
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Actuar de forma crítica, comprometida y responsable y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, aplicando con autonomía e independencia criterios científicos de validez, fiabilidad y objetividad a la información recibida
<b>COMO /PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>CON QUE /INSTRUMENTO</b>
Rubrica
<b>CUANDO</b>
1 Trimestre
<b>EVIDENCIAS</b>
Análisis de videos <a href="https://youtu.be/3yOslFdAWHU?feature=shared">https://youtu.be/3yOslFdAWHU?feature=shared</a> Elaboración de un NO/SI de de habitos y comportamientos saludables
<b>1.5. Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales relacionados con la gestión de la actividad física, respetando la privacidad y las medidas básicas de seguridad vinculadas a la difusión pública de datos personales</b>
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Emplear de manera autónoma aplicaciones y dispositivos digitales
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de Tareas
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica
<b>CUANDO</b>
En todos los trimestres
<b>EVIDENCIA-ACTIVIDAD</b>
Utilización teams semanal ,Elaboracion de trabajos Word, Análisis de videos edición de videos, pulsómetros .....
<b>2.1. Desarrollar proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, gestionando autónomamente cualquier imprevisto o situación que pueda ir surgiendo a lo largo del proceso de forma eficiente, creativa y ajustada a los objetivos que se pretendan alcanzar.</b>
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Desarrollar proyectos motores de carácter individual
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Escala de autovaloración cuantitativa
<b>CUANDO</b>
U.P 4 ,5,7
<b>EVIDENCIAS</b>
Ejecución elaboración y desarrollo de circuitos de entrenamiento de la condición física, participación en carreras solidarias
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Desarrollar proyectos motores de carácter colaborativo

<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Diario de bitácora -campo
<b>CUANDO</b>
U.P 7
<b>EVIDENCIAS</b>
Planificación desarrollo y ejecución de Test motores Organización y participación en partidos torneos
<b>CRITERIOS DE ÉXITO</b>
Desarrollar proyectos motores de carácter cooperativo 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.
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones -Observación-Intercambio oral
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica/Diario de Ap bitácora -campo /Textos escritos
<b>CUANDO</b>
4. Figuras con ritmo (Acro gimnasia) 8. Juegos y deportes del mundo: Un paso a la interculturalidad
<b>EVIDENCIAS</b>
Planificación, desarrollo y exposición coreografía Planificación organización desarrollo y explicación de un juego o deporte autóctono
<b>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</b>
<b>CRITERIOS DE ÉXITO</b>
Solucionar de forma autónoma situaciones de oposición en contextos deportivos aplicando de manera automática procesos de percepción decisión y ejecución
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones /observación
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubricas Dianas de evaluación
<b>CUANDO</b>
U.P 5,9
<b>EVIDENCIA</b>
Resolver situaciones motrices en contextos reales deportivos: Partidos Badminton y pikleball
Solucionar de forma autónoma situaciones de Solucionar de forma autónoma situaciones de colaboración en contextos deportivos aplicando de manera automática procesos de percepción decisión y ejecución
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones /observación
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubricas Dianas de evaluación
<b>CUANDO</b>
U.P 7
<b>EVIDENCIA</b>
Actuaciones en contextos motrices variados, toma de decisiones en situaciones de colaboración en contextos deportivos reales. Kimball
Solucionar de forma autónoma situaciones de Solucionar de forma autónoma situaciones de colaboración oposición en contextos deportivos aplicando de manera automática procesos de percepción decisión y ejecución
<b>PROCEDIMIENTO</b>

Análisis de producciones /observación
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubricas Dianas de evaluación
<b>CUANDO</b>
<b>U.P 2 ,7,8</b>
<b>EVIDENCIA</b>
Actuaciones en contextos motrices variados, toma de decisiones en situaciones de colaboración oposición en contextos deportivos reales. 'flag-football', lacrosse , béisbol.....
<b>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.</b>
Identificar, analizar y comprender los factores clave que condicionan la intervención de los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad en la realización de situaciones motrices
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubricas
<b>CUANDO</b>
U.P 2,5,9
<b>EVIDENCIA</b>
Análisis videos de situaciones motrices
Realizar gestos técnicos identificando errores comunes y proponiendo soluciones a los mismos
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubricas
<b>CUANDO</b>
1.Piensa que puedes. Carolina Marín. 3. Deportes coeducativos de invasión y de cancha dividida Kimball y bote ball 6- Disfrutamos de nuestros alrededores, Parque de Invierno Deportes en el entorno: pickleball, Disco golf 7. No solo se juega al futbol con el pie
<b>EVIDENCIA</b>
Superación de desafíos o retos motrices
<b>3.1. Organizar y practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía al asumir y desempeñar distintos roles relacionados con ellas.</b>
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Organizar actividades motrices adoptando distintos roles relacionados con ellas
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones Análisis de pruebas
<b>INSTRUMENTO</b>
Diario de campo
<b>CUANDO</b>
U.P 2 5,7,8,9
<b>EVIDENCIAS</b>
Organización de torneos partidos ....
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Practicar diversas actividades motrices, valorando su potencial como posible salida profesional y analizando sus beneficios desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social, adoptando actitudes de interés, esfuerzo, liderazgo y empatía
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Observación sistemática
<b>INSTRUMENTO</b>

Rubrica
<b>CUANDO</b>
Todas U.P
<b>EVIDENCIAS</b>
Realización de diversas actividades motrices en las sesiones de E.F
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.
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
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.
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Observación
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica
<b>CUANDO</b>
En todas las unidades
<b>EVIDENCIAS /ACTIVIDADES</b>
Desarrollo de proyectos y producciones motrices
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.
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
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
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Observación
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica registro anecdótico
<b>CUANDO</b>
Todas las sesiones
<b>EVIDENCIAS</b>
Desarrollo de diversas prácticas motrices el desarrollo de diversas prácticas motrices
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Conocer las <b>estrategias para la prevención</b> , el abordaje y la detección precoz frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y la violencia de las mismas y posicionándose activa, reflexiva y críticamente
<b>PROCEDIMIENTO</b>
<b>INSTRUMENTO</b>
<b>CUANDO</b>
<b>EVIDENCIAS</b>
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

<b>hasta la actualidad y rechazando aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.</b>
<b>INDICADORES DE ÉXITO</b>
Comprender situar y relacionar manifestaciones motrices más relevantes en el panorama actual, analizando sus orígenes y su evolución hasta la actualidad
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Observación /análisis de producciones/Intercambio oral
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica /Exposición
<b>CUANDO</b>
<b>U.P 2,7</b>
<b>Evidencia</b>
Interpretación explicación y puesta en practica de juegos y deportes de otras culturas
<b>INDICADORES DE ÉXITO</b>
<b>Rechazar aquellos componentes que no se ajusten a los valores de una sociedad abierta, inclusiva, diversa e igualitaria.</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica /Exposiciones escritas
<b>CUANDO</b>
En los tres trimestres
<b>EVIDENCIA</b>
Análisis y comentario de artículos
<b>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.</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Observación, Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Diario de aprendizaje, rubrica
<b>CUANDO</b>
3. Figuras con ritmo (Acro gimnasia)
<b>EVIDENCIAS</b>
Trabajo en equipo, elaboración de figuras de manera colectiva, creación y demostración de un producto o composición audio-visual
<b>5.1. Promover y participar en actividades físico deportivas en entornos naturales terrestres o acuáticos, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica y desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen</b>
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Participar en actividades físico deportivas en entornos naturales terrestres, disfrutando del entorno de manera sostenible, minimizando el impacto ambiental que estas puedan producir reduciendo al máximo su huella ecológica
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Observación
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica /Diario de campo
<b>CUANDO</b>
U.P 4,5.,9
<b>EVIDENCIA /ACTIVIDADES</b>

Promoción y participación en acts físico deportivas en el medio natural terrestre
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
<b>Promover actividades físico deportivas desarrollando actuaciones dirigidas a la conservación y mejora de las condiciones de los espacios en los que se desarrollen</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Análisis de producciones
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica
<b>CUANDO</b>
6- Disfrutamos de nuestros alrededores, Deportes en el entorno: pickleball, Disco golf 3x3 Calistemia
9.Nuevos deportes olímpicos 'flag-football', lacrosse , béisbol (también en su versión de softbol),
<b>EVIDENCIA /ACTIVIDADES</b>
Elaboración de material autoconstruido
<b>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.</b>
<b>INDICADOR DE ÉXITO</b>
Practicar y organizar actividades físico-deportivas en el medio 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.
<b>PROCEDIMIENTO</b>
Observación
<b>INSTRUMENTO</b>
Rubrica/diario de campo
<b>CUANDO</b>
...U.p 4,5,9
<b>EVIDENCIA /ACTIVIDADES</b>
Participación y organización de actividades en el medio natural

### 3 LAS MEDIDAS DE REFUERZO Y DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO, Y, EN SU CASO, LAS ADAPTACIONES CURRICULARES PARA EL ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES O CON ALTAS CAPACIDADES INTELECTUALES.

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 de 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.. LAS ACTIVIDADES PARA LA RECUPERACIÓN Y PARA LA EVALUACIÓN DE LAS MATERIAS PENDIENTES, DE ACUERDO CON LAS DIRECTRICES GENERALES ESTABLECIDAS EN LA CONCRECIÓN CURRICULAR.

##### 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 distintos procedimientos e instrumentos con el fin 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 experiencial 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/as 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 contenidos enunciados en saberes se evaluará un plan específico para cada alumno/a, *Plan específico personalizado para los alumnos 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.

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/as 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 una prueba específica 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

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 tenía a solucionar el problema aparcándolos durante las clases y limitando su aprendizaje a saberes 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 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.

→Dirección de actividades para sus compañeros (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 METODOLOGÍA, LOS RECURSOS DIDÁCTICOS Y LOS MATERIALES CURRICULARES

La materia de Educación Física se imparte en toda la etapa con una periodicidad de dos horas semanales y con un horario dispar, sujeto claramente a las necesidades de organización del centro en relación con el resto de los cursos.

El carácter teórico-práctico, unido a la extensión del programa y a la diversidad, profundidad y transversalidad de los contenidos expresados en el currículo, conlleva la necesidad de una multiplicidad en los métodos, estrategias y estilos de enseñanza utilizados.

La impartición de la materia de Educación Física requiere la existencia de unas instalaciones específicas y una importante dotación material. El material disponible resulta normalmente suficiente, pero los condicionantes antes expuestos (, la falta de un polideportivo cubierto y la obligación de compartir instalación con los propios compañeros del departamento, y además con los de primaria e infantil) afectan indudablemente a la calidad de enseñanza.

Las características evolutivas de los y las ya adolescentes incluyen una tremenda curiosidad por el mundo que les rodea, pero también una atención selectiva y, aun así, dispersa, que todo educador debe tener en cuenta desde el punto de vista metodológico. Resulta por ello aconsejable trabajar desde el ámbito de la motivación, tanto en la selección como en la programación y en la aplicación de las actividades propuestas. Un enfoque adecuado permitirá que las propuestas resulten suficientemente atractivas y motivantes, buscando en este sentido plantearlas como un reto a conseguir en el que el trabajo diario, el esfuerzo y la determinación del alumnado permitan un clima de trabajo adecuado tanto a sus necesidades como a sus intereses. Dichas propuestas se dotarán de una progresión y dificultad que permitan la práctica variada y aun lúdica, la repetición suficiente, la ponderación del esfuerzo, el uso de refuerzos, la presentación y el uso de información por las tres vías (visual, auditiva y kinestésica), y la fijación de patrones motores individuales adaptables, facilitando con ello la coordinación con otras personas en un entorno seguro. Atendiendo a los principios metodológicos básicos que deben respetarse en esta etapa, se buscará la significatividad y la transferencia de los aprendizajes, la mejora de la autoestima, la adquisición progresiva de una visión crítica y de una autonomía personal en el alumnado, así como la integración a todos los niveles y la inclusión, con especial incidencia en la coeducación.

Desde el punto de vista metodológico, debe recalcarse la necesidad de utilizar distintos procedimientos de evaluación con carácter eventualmente conceptual (exámenes y trabajos escritos a realizar en casa y/o en clase) y, en mayor medida, procedimental (pruebas prácticas, seguimiento diario individualizado de la ejecución respecto a las actividades y/o ejercicios propuestos y progresión de los mismos a lo largo de cada unidad didáctica y/o del curso) y actitudinal (seguimiento diario individualizado de la demostración por parte de los alumnos/as de su comprensión y asimilación respecto a los contenidos actitudinales correspondientes). El motivo no es otro que el de realizar toda la actividad física posible aprovechando que no estamos confinados y compensando anteriores confinamientos para así luchar activamente contra el sedentarismo y promover hábitos saludables.

En cualquier caso, se buscará fomentar el trabajo por proyectos, individuales o en grupos muy reducidos, que permitan desarrollar la autonomía a la vez que demuestran los aprendizajes

adquiridos. Se exigirá igualmente el empleo de las TIC's, tanto para la realización de las tareas como para su envío y/o presentación.

En las sesiones teóricas, teórico-prácticas y prácticas (incluyendo las actividades complementarias y extraescolares, si finalmente pueden llevarse a cabo) se fomentarán y valorarán además la implicación personal de cada alumno/a en su propio aprendizaje, el desarrollo de una autonomía siempre creciente y la capacidad para aprender de sus propios errores. En todas las sesiones se trabajarán las competencias clave y, siempre en la medida de nuestras posibilidades, se promoverán el reciclado, la reutilización y/o la reparación de materiales, así como el uso creativo y singular de los recursos disponibles.

A pesar de la falta de madurez propia de la etapa, a los alumnos y alumnas se les exigirá desarrollar la capacidad para reconocer claramente la autoridad del profesor/a y mantener el adecuado respeto por la materia de Educación Física, sus compañeros/as y el resto de profesorado, así como por el entorno que les rodea. Se les permitirá ejercer cierta libertad en ese sentido, valorándose individualmente el uso que hagan de la misma. Se promoverán igualmente en el alumnado el análisis, la evaluación y la toma de decisiones en relación con las actividades físicas y físico-deportivas realizadas.

Partiendo de la necesaria y continua atención a la diversidad con la que se concibe y sobre la cual se desarrolla la propia programación de la materia de Educación Física en toda la etapa de E.S.O., en el aula se respetarán 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 de programación. En la medida de lo posible y, respetando siempre las normas sanitarias, 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

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”.

<b>Agrupamientos</b>	<b>Cuándo</b>	<b>Cómo</b>
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 juego real de deportes, etc.	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.	

6 LA CONCRECIÓN DE LOS PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS ACORDADOS Y APROBADOS, RELACIONADOS CON EL DESARROLLO DEL CURRÍCULO, ENTRE LOS QUE DEBERÁN CONTEMPLARSE, EN TODO CASO, LAS ACTIVIDADES QUE ESTIMULEN EL INTERÉS POR LA LECTURA Y LA CAPACIDAD DE EXPRESARSE CORRECTAMENTE EN PÚBLICO, ASÍ COMO EL USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN.

En relación a las actividades que estimulen el interés por la lectura destaco las siguientes

Análisis de 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.

En relación al uso de las tecnologías de la información y la comunicación buscamos que el alumnado explore y maneje diferentes recursos y aplicaciones digitales en el ámbito de la actividad física y el deporte, proponiendo situaciones donde confeccionen materiales audiovisuales relacionados con la práctica motriz: Posters, carteles promocionando la actividad física, Productos artísticos, videos musicales, a través de la utilización y empleo de distintas herramientas como Sway ,teams blogs

...

#### 2º y tercer trimestre

- Creación y puesta en marcha de un Blog de promoción de la act física y del deporte (FlemingPAFYD) 2º Trimestre
- Utilización y empleo de aplicaciones para la gestión de la actividad física (ADITTIO,TEAMS ...) Todo el curso

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

Denominación actividad	Lugar de realización	Nº de Alumnos	Fecha	Coste por alumno/a	Coste Total
Toma la palabra/La voz de Serena	Oviedo /Fabrica la vega	100	21/10/24		

8. LOS INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTOS 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)**

<b>EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE</b>			
<b>INDICADORES DE LOGRO</b>		<b>EVALUACIÓN</b>	
<b>TEMPORALIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN</b>		<b>SÍ / NO</b>	<b>PROPUESTAS DE MEJORA</b>
1.	Se realizan las unidades de programación teniendo en cuenta la programación de aula establecida.		
2.	La temporalización establecida en las unidades de programación permite el aprendizaje de la mayoría del alumnado.		
<b>ORGANIZACIÓN DEL AULA U OTROS ESPACIOS</b>		<b>SÍ / NO</b>	<b>PROPUESTAS DE MEJORA</b>
3.	La distribución de la clase favorece la metodología elegida.		
4.	Los espacios propuestos fuera del aula para el desarrollo de las unidades de programación permiten el aprendizaje en situaciones reales o simuladas.		
<b>RECURSOS EN EL AULA</b>		<b>SÍ / NO</b>	<b>PROPUESTAS DE MEJORA</b>
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.		
<b>METODOLOGÍA EN EL AULA</b>		<b>SÍ / NO</b>	<b>PROPUESTAS DE MEJORA</b>
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.		
<b>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD</b>		<b>SÍ / NO</b>	<b>PROPUESTAS DE MEJORA</b>
13.	Se realizan actividades multinivel para dar respuesta a los distintos ritmos de aprendizaje		
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		
<b>EVALUACIÓN</b>		<b>SÍ / NO</b>	<b>PROPUESTAS DE MEJORA</b>
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 la evaluación permiten ajustar el proceso de enseñanza para un mejor desempeño del alumnado		
<b>OTROS</b>		<b>SÍ / NO</b>	<b>PROPUESTAS DE MEJORA</b>
20	Se incluyen planes, programas y proyectos (PLEI, TIC...)		