

PROGRAMACIÓN DOCENTE DE 3º ESO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
Curso 2025-26



ÍNDICE

Contenido

1.	TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN	3
2.	ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN: SITUACIONES DE APRENDIZAJE	3
3.	INSTRUMENTOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DEL ALUMNADO DE ACUERDO CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN	21
4.	MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES	33
5.	CONCRECIÓN DE PLANES, PROGRAMAS Y PROYECTOS EN EL ÁREA	38
6.	ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES	42
7.	RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS	42
8.	INDICADORES DE LOGRO Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN Y DESARROLLO DE LA PROGRAMACIÓN DOCENTE.....	46
9.	PROYECTO INTERDISCIPLINAR.....	47

1. TEMPORALIZACIÓN DE LAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

UNIDADES DE PROGRAMACIÓN 3ºESO	TEMPORALIZACIÓN
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 1 CALENTAMIENTO	PRIMER TRIMESTRE
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 2 CONDICIÓN FÍSICA	
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 3 CAPACIDADES FÍSICAS	
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 4 CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES	
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 5 COMPOSICION CORPORAL	SEGUNDO TRIMESTRE
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 6 JUEGOS Y DEPORTES REGLADOS	
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 7 JUEGOS Y DEPORTES ALTERNATIVOS	
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 8 DEPORTE INDIVIDUAL	TERCER TRIMESTRE
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 9 DEPORTE DE ADVERSARIO	
UNIDAD DE PROGRAMACIÓN 10 ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL	

2. ORGANIZACIÓN Y SECUENCIACIÓN DEL CURRÍCULO EN UNIDADES DE PROGRAMACIÓN: SITUACIONES DE APRENDIZAJE.

PRIMER TRIMESTRE

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 1		Temporalización	1TRIMESTRE	Sesiones	5
Etapa	ESO	Curso	3 ºESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	El calentamiento				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
Competencias específicas		Criterios de evaluación		Descriptor del perfil de salida	
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 de su tiempo libre y así mejorar su 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.		STEM5	
		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.		CPSAA4	
		1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.			
Saberes Básicos					
Bloque A. Vida activa y saludable					
- Salud física: Cuidado del cuerpo: calentamiento específico autónomo. Prácticas peligrosas, mitos y falsas creencias en torno al cuerpo y a la actividad física.					
Bloque B. Organización y gestión de la actividad física					
- Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del ajeno. Medidas colectivas de seguridad.					
- Actuaciones críticas ante accidentes. Reanimación mediante desfibrilador automático (DEA) o semiautomático (DESA). Protocolo RCP (reanimación cardiopulmonar). Técnicas específicas e indicios accidentes cardiovasculares (maniobra de Heimlich, señales de ictus y similares).					

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 2		Temporalización	1TRIMESTRE	Sesiones	10
Eta	ESO	Curso	3ºESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Condición Física				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
Competencias específicas		Criterios de evaluación		Descriptor	
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 de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.		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. 1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.		CPSAA2 STEM2	
Saberes Básicos					
Bloque A. Vida activa y saludable					
- Salud física: control de resultados y variables fisiológicas básicas como consecuencia de 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). - Salud social: Suplementación y dopaje en el deporte. Riesgos y condicionantes éticos - Salud mental: exigencias y presiones de la competición. Tipologías corporales predominantes en la sociedad y análisis crítico de su presencia en los medios de comunicación. Efectos negativos de los modelos estéticos predominantes y trastornos vinculados al culto insano al cuerpo (vigorexia, anorexia, bulimia y otros). Creación de una identidad corporal definida y consolidada.					

UNIIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 3		Temporalización	1TRIMESTRE	Sesiones	4
Etapas	ESO	Curso	3ºESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Capacidades Físicas				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
Competencias específicas		Criterios de evaluación		Descriptores del perfil de salida	
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 de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.		1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, 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. 1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte.		CD4 CCL3	
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. - Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo. - Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física. - Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.					
Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación.					

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 4		Temporalización	1TRIMESTRE	Sesiones	4
Etapa	ESO	Curso	3ºESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Capacidades perceptivo-motrices				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
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, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		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 CPSAA2 CPSAA5	
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.
- Preparación de la práctica motriz: mantenimiento y reparación de material deportivo.
- Reflexión crítica sobre la importancia de las medidas y pautas de higiene en contextos de práctica de actividad física.
- Planificación y autorregulación de proyectos motores: establecimiento de mecanismos para registrar y controlar las aportaciones realizadas por los integrantes del grupo a lo largo de un proyecto. Herramientas digitales para la gestión de la actividad física.
- 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.

SEGUNDO TRIMESTRE

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 5		Temporalización	2Trimestre	Sesiones	10
Etapas	ESO	Curso	3ºESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Composición corporal				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
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, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		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. 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. 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 y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito		CC2 CC3 CCEC1 CCEC2 CCEC3 CCEC4	
4. Practicar, 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.	físico-deportivo.	
Saberes Básicos		
Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz - Aportaciones de la cultura motriz a la herencia cultural. Los deportes asturianos como seña de identidad cultural. - Usos comunicativos de la corporalidad: técnicas específicas de expresión corporal. - Práctica de actividades rítmico-musicales con carácter expresivo. Organización de espectáculos, veladas y eventos artístico-expresivos. - Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte. - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos. Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices - Respeto a las reglas: dopaje y otras trampas en el deporte profesional. - 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.		

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 6		Temporalización	2 Trimestre	Sesiones	6
Etapa	ESO	Curso	3ºESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Juegos y deportes reglados				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
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, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		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 CPSAA2 CPSAA5 CCL5 CPSAA1 CPSAA3 CPSAA5 CC3	
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre participantes y a las reglas sobre los resultados, adoptando una		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. 3.1 Practicar una gran variedad de actividades motrices, valorando las implicaciones éticas de las actitudes antideportivas, evitando la competitividad desmedida y actuando con deportividad al asumir los roles de público, participante u otros.			
		3.3 Relacionarse y entenderse con el resto de participantes durante el desarrollo de diversas prácticas motrices con			

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.	autonomía y haciendo uso efectivo de habilidades sociales de diálogo en la resolución de conflictos y respeto ante la diversidad, ya sea de género, afectivo-sexual, de origen nacional, étnica, socio-económica o de competencia motriz, y posicionándose activamente frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia, haciendo respetar el propio cuerpo y el de los demás.	
Saberes Básicos		
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - 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 para resolverla adecuadamente. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.		
Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: dopaje y otras trampas en el deporte profesional. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices (comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.		

Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz

- Deporte y perspectiva de género: historia del deporte desde la perspectiva de género. Igualdad en el acceso al deporte (diferencias según género, país, cultura y otros). Estereotipos de competencia motriz percibida según el género, la edad o cualquier otra característica. Ejemplos de referentes que muestren la diversidad en el deporte.

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 7		Temporalización	2 Trimestre	Sesiones	5
Etapas	ESO	Curso	3º ESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Juegos y deportes alternativos				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
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, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		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	
		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..		CPSAA2.	
		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		CPSAA5	
3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales,				CCL5	
				CPSAA1	
				CPSAA3	
				CPSAA5	
				CC3.	

de género y de habilidad, priorizando el respeto entre 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.	asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final.	
Saberes Básicos		
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - 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 para resolverla adecuadamente. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial. Bloque D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices - Autorregulación emocional: control de estados de ánimo y estrategias de gestión del fracaso en situaciones motrices. Habilidades volitivas y capacidad de superación. - Habilidades sociales: estrategias de negociación y mediación en contextos motrices. - Respeto a las reglas: dopaje y otras trampas en el deporte profesional. - Identificación y rechazo de conductas contrarias a la convivencia en situaciones motrices		

(comportamientos violentos, discriminación por cuestiones de género, competencia motriz, actitudes xenófobas, racistas, LGTBfóbicas o sexistas). Asertividad y autocuidado.

TERCER TRIMESTRE

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 8		Temporalización	3 Trimestre	Sesiones	6
Etapas	ESO	Curso	3ESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Deporte Individual				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
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, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a		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.		CE2 CE3 CPSAA1 CPSAA5	
		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.		CCL5 CC3.	
		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			

desafíos físicos.	decisiones vinculadas a la asignación de roles, la gestión del tiempo de práctica y la optimización del resultado final. 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 propio cuerpo y el de los demás.	
Saberes Básicos		
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - 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 para resolverla adecuadamente. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial. Bloque E. Manifestaciones de la cultura motriz - Influencia del deporte en la cultura actual: deporte e intereses políticos y económicos.		

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 9		Temporalización	3 Trimestre	Sesiones	6
Etapas	ESO	Curso	3º ESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Deporte de Adversario				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
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, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.		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.		CE2 CE3 CPSAA1 CPSAA5	
		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.		CCL5 CC3.	
		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. 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 propio cuerpo y el de los demás.	
Saberes Básicos		
Bloque C. Resolución de problemas en situaciones motrices - Toma de decisiones: búsqueda de adaptaciones motrices para resolver eficientemente tareas de cierta complejidad en situaciones motrices individuales. Coordinación de las acciones motrices para la resolución de la acción/tarea en situaciones cooperativas. Búsqueda de la acción más óptima en función de la acción y ubicación del rival, así como del lugar en el que se encuentre el móvil o resultado en situaciones motrices de persecución y de interacción con un móvil. Organización anticipada de los movimientos y acciones individuales en función de las características del contrario en situaciones de oposición de contacto. Delimitación de estrategias previas de ataque y defensa en función de las características de los integrantes del equipo y del equipo rival en situaciones motrices de colaboración-oposición de persecución y de interacción con un móvil. - 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 para resolverla adecuadamente. - Capacidades condicionales: desarrollo de las capacidades físicas básicas. Planificación para el desarrollo de las capacidades físicas básicas: fuerza y resistencia. Sistemas de entrenamiento. - Habilidades motrices específicas asociadas a la técnica en actividades físico-deportivas: profundización, identificación y corrección de errores comunes. - Creatividad motriz: creación de retos y situaciones-problema con resolución posible de acuerdo a los recursos disponibles. - Barreras arquitectónicas y obstáculos del entorno que impidan o dificulten la actividad física autónoma y saludable en el espacio público y vial.		

UNIIDAD DE PROGRAMACIÓN Nº 10		Temporalización	3 Trimestre	Sesiones	5
Etap	ESO	Curso	3º ESO		
Materia		Educación Física			
Relación interdisciplinar entre áreas					
Título	Actividades en el medio natural				
CONEXIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES					
Competencias específicas		Criterios de evaluación		Descriptor	
5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente 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.		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. 5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas..		STEM5 CC4 CE1 CE3	
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		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. 1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia		CPSAA2 STEM2	

científica, para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.	o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios.	
Saberes Básicos		
Bloque B. Organización y gestión de la actividad física - Prevención de accidentes en las prácticas motrices. Gestión del riesgo propio y del ajeno. Medidas colectivas de seguridad. Bloque F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno - Normas de uso: respeto a las normas viales en los desplazamientos activos cotidianos para una movilidad segura, saludable y sostenible. - La práctica de la bicicleta como medio de transporte habitual. - Nuevos espacios y prácticas deportivas urbanas (crossfit, gimnasios urbanos, circuitos de calistenia o similares). - Análisis del riesgo en las prácticas físico-deportivas en el medio natural: gestión del riesgo propio y del ajeno en el medio natural. Medidas colectivas de seguridad. - Consumo responsable: uso sostenible y mantenimiento de recursos urbanos y naturales para la práctica de actividad física. - 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.		

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

PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Las intenciones de la evaluación en el marco del proceso educativo que plantea nuestra labor, busca valorar tres elementos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje: evaluación del alumnado, evaluación de la práctica docente (del profesor) y evaluación del proceso de la acción didáctica.

Para la evaluación del alumnado el modo de evaluación que emplearemos es el de la Evaluación Continua. Esta consiste en una atención continuada que nos permite introducir correcciones que faciliten el logro de los contenidos de cada unidad de programación. De ahí que los principales medios sean la observación sistemática del profesor y la valoración de las actividades que el alumnado desarrolla en clase. Los medios que utilizaremos para obtener información para el proceso de evaluación son:

- Procedimientos de observación: Registro anecdótico, listas de control, escalas de clasificación y rúbricas de evaluación.

- Procedimientos de experimentación y rendimiento: Test, pruebas de ejecución, pruebas objetivas, examen escrito, examen oral, entrevista,...

Los mecanismos fijados para la evaluación de las diferentes S.A. de cada curso se definen de la siguiente forma:

- Para los contenidos de carácter teórico se utilizarán pruebas orales y/o escritas, donde el alumnado tendrá que demostrar el dominio de los mismos.

- Para los contenidos de carácter práctico se utilizarán principalmente, pruebas o test prácticos, donde el alumnado demostrará el nivel de destreza o de condición física alcanzado en cada contenido trabajado. No obstante también se utilizará la realización de trabajos, bien escritos, bien prácticos, para demostrar el grado de conocimiento y dominio de determinadas técnicas.

- Para los contenidos de carácter actitudinal se utilizará la observación diaria por parte del profesor de aspectos tanto relacionados con el interés, el esfuerzo y la participación como con la puntualidad y asistencia a las clases y con el respeto de las normas higiénicas básicas referidas al aseo, el calzado y la indumentaria.

- El cuaderno o carpeta de la materia será también un instrumento más para la evaluación positiva de la actitud del alumnado que no pueda realizar temporalmente algunos contenidos de la materia por motivos de salud.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Competencia específica	Criterio de evaluación/Ponderación	Indicador de logro del criterio de evaluación
		Grado adquisición competencia específica
Competencia específica 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 de su tiempo libre y así mejorar su calidad de vida.	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. 5%	Planifica
		Autorregula
		Respeto
	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. 5%	Incorpora hábitos saludables
		Interioriza rutinas
	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. 5%	Adopta
		Reconoce situaciones de emergencia
	1.4 Actuar de acuerdo a los protocolos de intervención ante situaciones de emergencia o accidentes aplicando medidas específicas de primeros auxilios. 5%	Actúa de acuerdo a protocolos
		Aplica medidas específicas
	1.5 Adoptar actitudes comprometidas y transformadoras que rechacen los estereotipos sociales asociados al ámbito de lo corporal, al género y a la diversidad sexual, y los comportamientos que pongan en riesgo la salud, contrastando con autonomía e independencia cualquier información en base a criterios científicos de	Adopta
		Rechaza

	validez, fiabilidad y objetividad. 5%	Contrasta
	1.6 Planificar, desarrollar y compartir con seguridad la práctica física cotidiana manejando recursos y aplicaciones digitales vinculados al ámbito de la actividad física y el deporte. 5%	Planifica y desarrolla
		Comparte
		Maneja
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, deportivas, expresivas y recreativas, y consolidar actitudes de superación, crecimiento y resiliencia al enfrentarse a desafíos físicos.	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. 6.6%	Desarrolla proyectos motores y establece mecanismos
		Incluye estrategias de autoevaluación y coevaluación
	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. 6.6%	Muestra habilidades
		Aplica
	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. 6.6%	Evidencia control
		Resuelve
		Transfiere

Competencia específica 3. Compartir espacios de práctica físico-deportiva con independencia de las diferencias culturales, sociales, de género y de habilidad, priorizando el respeto entre 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.	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 público, participante u otros.6.6%	Practica y participa
		Evita
		Asume roles
	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.6.6%	Coopera y colabora
		Participa con autonomía
	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 propio cuerpo y el de los demás.6.6%	Se relaciona y entiende
		Usa habilidades sociales
deporte como fenómeno social, analizando o críticamente sus	4.1 Comprender y practicar diversas modalidades relacionadas con la cultura	Comprende y practica

	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. 6.6%	Identifica y contextualiza
	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 y ayudando a difundir referentes de distintos géneros en el ámbito físico-deportivo. 6.6%	Adopta
		Identifica
		Difunde
	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 técnicas expresivas específicas, y ayudando a difundir y compartir dichas prácticas culturales entre compañeros y compañeras u otros miembros de la comunidad. 6.6%	Crea
		Representa
		Difunde y comparte

Competencia específica 5. Adoptar un estilo de vida sostenible y ecosocialmente 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.	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.5%	Participa
		Disfruta
		Desarrolla y establece
	5.2 Diseñar y organizar actividades físico-deportivas en el medio natural y urbano, asumiendo responsabilidades y aplicando normas de seguridad individuales y colectivas. 5%	Diseña y organiza actividades
		Aplica normas

La calificación de las S.A. de la materia Educación Física se realiza en base a los Criterios de Evaluación establecidos para cada una de ellas. Así, se establece que:

- Todos los Indicadores de Logro se valorarán desde Iniciado hasta Ámpliamente Adquirido.
- Finalmente se hará la media ponderada de los resultados obtenidos en cada Indicador de Logro, siendo esta la valoración final de cada S.A.
- En el caso de que haya uno o más Indicador de Logro no superados, se podrá considerar la S.A. no superada y el alumnado deberá realizar las actividades o pruebas pertinentes para su recuperación.

En el apartado de la teoría se incluye:

- Prueba teórica de final de evaluación. Se evalúa según los Indicadores de Logro.
- Se realizarán esquemas de los apuntes, ejercicios específicos de los apuntes, deberes y actividades de autoevaluación.
- En cuanto al PLEI, se destina un 10% del horario de la materia a trabajarlo, y se debe realizar un trabajo de investigación como se establece en la programación específica del PLEI. La evaluación del PLEI supondrá un 5% de la valoración según han consensuado los miembros de este Departamento.

En el apartado de la parte práctica se incluye:

- Diferentes pruebas y test de capacidades físicas y cualidades motrices que se evalúan a través de baremos publicados en el tablón del gimnasio.
- Pruebas de los deportes que se suelen realizar mediante circuitos o mediante contenidos procedimentales específicos solicitados por el profesorado. Se evaluarán los Indicadores de Logro de forma ponderada. Se hacen en público, delante de todo el grupo clase, de tal forma que si hay alguna objeción a la evaluación, esta debe realizarse en ese preciso momento.
- Trabajos cooperativos de carácter grupal como el acrosport o la expresión corporal en los que al final del período de trabajo se pone una nota grupal. En ocasiones y en función de la madurez del grupo se utiliza aquí un proceso de coevaluación grupal, participando también el profesorado para compensar desequilibrios en las valoraciones o en caso de injusticias manifiestas. Se evaluarán los Indicadores de Logro de forma ponderada.
- Se utilizará una nomenclatura específica según las S.A. Por ejemplo, en actividades gimnásticas o en malabares:

MUY MAL: MM

MAL: M

REGULAR: R

BIEN: B

MUY BIEN: BB

Se establece asimismo:

*La participación en los torneos del centro será valorado positivamente según los Indicadores de Logro de cada S.A.

*Si una persona prepara material extraordinario para alguna sesión como un CD de música, un trabajo voluntario o colabora en la explicación de un contenido de forma oral (exposición), será valorada positivamente según los Indicadores de Logro de cada S.A.

*Desde la materia de Educación Física queremos promover un estilo de vida activo y saludable. Para ello, a lo largo del tercer trimestre, propondremos el “proyecto de la fruta” para ese objetivo. El nombrado proyecto es voluntario para todo el alumnado y dura 10 semanas. El alumnado que coma una pieza de fruta durante el recreo conseguirá un sello; quien reúna todos los sellos conseguirá una valoración positiva tal como está recogido en los Indicadores de Logro en la S.A. correspondiente.

Redondeo

El criterio que seguirá este Departamento a la hora de hacer el redondeo para la nota definitiva del boletín informativo, tal como está establecido en la CCP, será el siguiente:

No se aplicará ningún tipo de redondeo en las dos primeras evaluaciones. Se establece el redondeo al alza a partir del 0,5 sólo en la tercera evaluación, teniendo presente las valoraciones reales de todo el curso, y siempre que el alumnado haya superado los mínimos exigibles para una evaluación positiva.

Dado el alto contenido práctico del área, resulta indispensable una valoración cualitativa y cuantitativa de las asistencias a clase. Por ello el alumnado que no traiga la vestimenta adecuada para realizar actividad física o que no pueda realizar actividad física por una indisposición transitoria, deberá cubrir una hoja con el desarrollo de la sesión, que después archivará en su carpeta de la materia. Tanto la carpeta de materia como el registro de las sesiones no realizadas serán tenidas en cuenta para la valoración de cada S.A.

SISTEMAS EXTRAORDINARIOS DE EVALUACIÓN

Bajo este apartado se establecerán mecanismos de evaluación para 2 situaciones concretas:

a) PROTOCOLO A SEGUIR CUANDO SE PRODUZCA LA PÉRDIDA DE LA EVALUACIÓN CONTINUA POR ACUMULACIÓN DE FALTAS DE ASISTENCIA.

b) ALUMNOS QUE NO HAYAN SUPERADO UNA O VARIAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

a) PROTOCOLO A SEGUIR CUANDO NO SE PUEDA APLICAR LA EVALUACIÓN CONTÍNUA POR ACUMULACIÓN DE FALTAS DE ASISTENCIA.

De forma general se establece en 16 (5 por evaluación) el máximo número de faltas justificadas o injustificadas por trimestre, lo que corresponde al 25% que marca el R.R.I de este centro.

En el caso de que no se pueda aplicar la evaluación continua a un alumno/a se procederá a la realización de una prueba global en junio de contenidos teóricos, además de un conjunto de

test físicos que normalmente incluirán (fuerza, agilidad y un deporte individual, colectivo o de implemento de los vistos a lo largo del curso). Estas pruebas físicas se realizarán siempre y cuando las condiciones de salud del alumno lo permitan, en caso contrario nos limitaríamos a la aplicación de la prueba teórica.

b) ALUMNOS QUE NO HAYAN SUPERADO UNA O VARIAS UNIDADES DE PROGRAMACIÓN

El área de Educación Física se caracteriza, entre otras cosas, por tratar temas o contenidos de muy diferente índole, no existiendo en muchos casos continuidad entre las diferentes Unidades de programación en sus diferentes aspectos. Por ello establecemos mecanismos para la recuperación de contenidos que no se van a tratar en otro momento del curso. En el caso de aquellos alumnos que no superen una Unidad de programación o una evaluación trimestral a causa de la no superación de alguna parte de la materia se procederá a aplicar pruebas de recuperación acordes con la materia no superada en un momento posterior a la evaluación ordinaria. Si al finalizar el curso el alumno/a tuviera una o varias evaluaciones suspensas sería enviado a la prueba extraordinaria con los contenidos que no haya superado.

PROTOCOLO DE LAS MATERIAS PENDIENTES

En el caso de que se incorporase a lo largo del curso algún alumno/a con la materia suspensa de otros cursos de E.S.O. la evaluación de estos alumnos/as se basará en un seguimiento en el curso en el que esté matriculado actualmente. De esta forma se establece que:

El alumno/a tendrá que realizar en la 1ª evaluación una prueba específica práctica que consta de 4 test de condición física desarrollados en la ESO (semana del 4 al 8 de noviembre), en la 2ª evaluación deberá presentar un trabajo acerca del “Calentamiento” (semana del 17 al 20 de febrero), y por último en la 3ª evaluación tendrá que hacer un examen teórico-prueba escritasobre los contenidos del curso pendiente fijados por el Jefe del Departamento (semana del 4 al 8 de mayo) . Si supera esas pruebas aprobará la materia pendiente, pero si no la supera tendrá que aprobar el curso actual para poder recuperarla. Si no ocurre así el alumno/a suspenderá la Educación Física de ambos cursos.

DIRECTRICES GENERALES PARA ELABORAR LOS PLANES ESPECÍFICOS PARA EL ALUMNADO QUE PERMANEZCA UN AÑO MÁS EN EL MISMO CURSO: PLAN ESPECÍFICO PERSONALIZADO PARA EL ALUMNADO QUE NO PROMOCIONE

Como profesores colaboraremos en el Plan de Trabajo Individualizado que, a nivel de centro elabora para cada uno de estos alumnos/as el tutor y el departamento de orientación, en coordinación con la familia.

En nuestra programación de aula tendremos en cuenta pautas específicas para este alumnado.

Se establece un protocolo para el alumnado que repite curso, puesto que cada caso es distinto, este plan debe incluir actuaciones diferenciadas según tres posibles tipos de alumnado.

ALUMNADO 1: Suspende la materia por falta de hábitos de estudio (no trabaja, falta mucho a clase,...)

En este curso 2025/26 no tenemos alumnos en 3º ESO que responden a este perfil.

Recomendaciones para este alumnado:

- Sobre todo el seguimiento del Plan de Trabajo Individualizado para fomentar sus hábitos de estudio y la colaboración de la familia.

- Al no haber realizado las actividades ni los trabajos y/o haber faltado a clase, no necesita actividades y contenidos novedosos tanto como lo precisan los siguientes tipos de alumnado.

ALUMNADO 2: Suspende la materia por dificultades de aprendizaje (falta de comprensión, lagunas curriculares,...)

Recomendaciones para este alumnado:

- Buscarle un alumno guía
- Apoyos, Refuerzo Educativo,...
- No repetir los trabajos y las actividades que ya realizó el curso pasado. Al menos dejar que elija entre varias.
- Diversificar las metodologías. Explicar los contenidos de otra forma, emplear materiales diferentes,...
- Situarlo siempre cerca de la fuente de explicaciones o ejemplos modelados, y dirigirle la mirada a menudo mientras éstas se producen.
- Moldear algunas de las actividades cuando su dificultad así lo aconseje.
- Asegurarse bien de que ha comprendido las explicaciones a través de la observación y/o de preguntas.
- Observar su práctica y dirigirle las correcciones necesarias para que logre los objetivos.
- Reforzar positivamente los logros a medida que se vayan produciendo con el fin de mejorar su autoestima.
- Si se estima conveniente no exigirle la escritura de los dictados en clase, y fotocopiarle lo más importante, aunque sí se dejará que copie como el resto lo que pueda.
- Suprimir algunos de los objetivos previstos para el resto y modificar otros, que diferirán según las necesidades concretas del alumnado en cuestión.

ALUMNADO 3: Aprueba la materia.

Recomendaciones para este alumnado:

- Utilizarle como alumno guía de otros.
- No repetir los trabajos y las actividades que ya realizó el curso pasado. Al menos dejar que elija entre varias.

- Utilizarle en la fase de conocimientos previos de los temas o para que exponga algo que domina muy bien. Siempre sin que suponga una obligación.

- Realizar un seguimiento continuado a lo largo del nuevo curso que refuerce aquellos aspectos actitudinales que fueron objeto del fracaso, a través de la motivación del trabajo en grupo cooperativo, el refuerzo positivo, el mayor control de sus posibles actitudes desafiantes o pasotas ante la materia a través de diversas estrategias (asunción de responsabilidades, traspaso de competencias en el diseño y la dirección de las actividades, traspaso de la autoridad ante la transgresión al alumnado del grupo-clase en casos de desafío persistente, así como otros de carácter más individualizado, que se diseñarán en las adaptaciones correspondientes).

PRUEBA EXTRAORDINARIA

Los alumnos/as que, finalizado el curso, tengan alguna parte o la totalidad de la materia no superada tendrán que realizar una prueba extraordinaria, que se realizará en las últimas semanas de Junio, sobre los criterios de evaluación no superados. El Departamento de Educación Física establece las siguientes características para esta prueba:

- Será de tipo escrita, para los contenidos teóricos, y práctica o teórico-práctica para los contenidos prácticos. También podrá encargarse la elaboración de trabajos sobre algún aspecto del temario.

- Los contenidos en los que se basará la prueba son los mismos que han sido tratados a lo largo del curso y que están recogidos en la Programación Didáctica, no pudiendo incluir para esta prueba ningún otro, que aunque esté presente en la programación, no haya sido impartido durante el curso. Cada alumno/a de la prueba extraordinaria se examinará única y exclusivamente de los criterios de evaluación de las evaluaciones que no haya superado, pudiendo, como es lógico, variar en el caso de cada alumno/a.

- Los criterios de evaluación para la prueba extraordinaria serán los siguientes:

- a) Para superar la asignatura es necesario obtener una calificación mínima de 5,0 puntos sobre 10 en las pruebas que se realicen (trabajos, pruebas escritas y/o pruebas prácticas). Si se aplicara más de 1 prueba se calcularía la media aritmética entre ellas, siendo la nota mínima también la de 5,0 puntos sobre 10.

- b) La nota final del curso será el resultado de la media aritmética de la calificación de la prueba extraordinaria con las calificaciones de las evaluaciones que se tengan superadas durante el curso (si las hubiera).

Los alumnos/as que vayan a realizar la prueba extraordinaria (Junio) serán informados puntualmente y con precisión por parte del Departamento del tipo de prueba o pruebas que tengan que realizar así como de los contenidos para cada caso y de los criterios de calificación que van a emplearse en la evaluación de las pruebas.

*Atención al alumnado que durante el presente curso 2024-25 no pueda asistir a clase por motivos de salud

Durante el presente curso 2025-26 nos podemos encontrar con alumnado que no pueda asistir a clase por motivos de salud o de aislamiento preventivo. En este caso, para asegurar la continuidad del proceso educativo se llevará a cabo la Programación a través de trabajos teóricos por Teams durante el tiempo que dure la cuarentena impuesta. De cara a la evaluación se tendrá en cuenta el trabajo/notas de las diferentes pruebas realizadas en clase más los trabajos teóricos realizados por Teams durante el tiempo que dure el Aislamiento Domiciliario.

4. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LAS DIFERENCIAS INDIVIDUALES

De forma general, en la materia de Educación Física buscaremos la personalización de la respuesta educativa, teniendo en cuenta el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA). Este diseño se basa en tres principios que contempla múltiples formas de implicación o motivación para la tarea (por qué se aprende), múltiples formas de representación de la información (el qué se aprende) y múltiples formas de expresión del aprendizaje (cómo se aprende), de manera que se conecte con los centros de interés del alumnado, así como con la programación multinivel de saberes básicos del área. Este diseño promueve la accesibilidad de los procesos y entornos de enseñanza y aprendizaje, mediante un currículo flexible, ajustado a las necesidades y ritmos de aprendizaje de la diversidad del alumnado. La diversidad y heterogeneidad del alumnado presente en el aula han de entenderse como factores enriquecedores del proceso de enseñanza-aprendizaje y es a través de los principios, del Diseño Universal para el Aprendizaje, como se puede lograr la equidad para todo el alumnado.

ADAPTACIÓN CURRICULAR SIGNIFICATIVA PARA ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

La atención a la diversidad es uno de los aspectos más relevantes de nuestro sistema educativo. A este respecto es función de los diferentes Departamentos Didácticos el detectar al alumnado con necesidades educativas especiales y el diseñar, ejecutar y evaluar aquellas adaptaciones del currículum que favorezcan su aprendizaje. Las adaptaciones curriculares serán aplicadas al alumnado que presente necesidades educativas especiales y al que presente certificación médica de limitación físico-motriz.

En el caso del alumnado con necesidades educativas especiales tendremos en cuenta los diferentes ámbitos de diversidad con los que podemos encontrarnos en el aula:

- Diferencias en la capacidad de aprender.

- Diferencias en la motivación para aprender.
- Diferencias en los estilos y ritmos de aprendizaje.
- Diferencias en los intereses del alumnado.

En el presente curso 2025/26 no tenemos alumnado de NEE con ACI significativa en nuestra materia.

Las medidas y recursos utilizados para la atención de este alumnado se basan en:

- Descripción muy precisa de las actividades a realizar, así como situar al sujeto en una posición de privilegio para que pueda observar los ejercicios sin interferencias de terceros.
- Preguntar a menudo si ha comprendido lo que debe hacer.
- Si acaso, utilizar el modelado y/o moldeado para ampliar las explicaciones y que el alumnado sepa lo que ha de realizar.
- Observar la práctica, redirigiendo al alumnado en caso necesario.
- Utilizar metodologías en las que el trabajo cooperativo y/o en equipo, tal como viene recogido en la ley suponga un aliciente más y que el alumnado pueda ser ayudado por sus iguales.
- Adaptar ciertos materiales a las características del alumnado, como pelotas y otros objetos a manipular más grandes, para facilitar su manipulación.
- Mantener contacto con su fisioterapeuta para un asesoramiento acerca de las actividades a realizar y posibles ejercicios compensatorios.
- Observar su práctica y dirigirle las correcciones necesarias para que logre los objetivos.
- Reforzar positivamente los logros a medida que se vayan produciendo con el fin de mejorar su autoestima.
- Utilizar metodologías cooperativas, tal como viene recogido en la ley, que favorezcan su integración con el resto del grupo así como una mayor atención individualizada hacia su trabajo sobre los contenidos por parte de sus componentes de grupo cooperativo.
- Modificación de ciertos contenidos de la materia.
- Emplear agrupamientos flexibles y ritmos distintos, buscando siempre la máxima adecuación a las necesidades, capacidades e intereses de los alumnos/as.

En el caso de los alumnos con limitación físico- motriz bajo prescripción médica se aplicarán recursos basados en la adaptación de los ejercicios, las prácticas y las pruebas de evaluación de forma que resulten beneficiosos y seguros para ellos. A este respecto debemos dejar bien claro que el alumnado quedará reconocido dentro de este grupo cuando presente el debido **JUSTIFICANTE MÉDICO ACOMPAÑADO DE UN INFORME** de lo que padece el alumnado, respetando la Ley de Protección de Datos.

Teniendo en cuenta todo lo visto anteriormente en este punto, desde el Departamento de E.F. se considerará lo siguiente:

En aquellos casos en los que la adaptación de los contenidos para una persona sea significativa, se plasmará en un documento individual de adaptación curricular supervisada por el Departamento de Orientación.

ENRIQUECIMIENTO Y/O AMPLIACIÓN DEL CURRÍCULO PARA ALUMNADO CON ALTAS CAPACIDADES INTELECTUALES

Las medidas y recursos utilizados para la atención de este grupo de alumnado se basan en:

- Modificación de ciertos contenidos de la materia.
- Plantear actividades en las que sea necesario el pensamiento creativo y en las que tenga que investigar o inventar.
- Eliminación de tareas repetitivas.
- Proponer al grupo tareas de diferente dificultad, para que cada persona pueda trabajar a su nivel.

ALUMNADO CON NECESIDAD ESPECÍFICA DE APOYO EDUCATIVO

Se tendrá en cuenta las siguientes pautas:

- Simplificación de los materiales y tareas cuando sea necesario.
- Tiempo extra para acabar las tareas, o reducir su número.
- Tiempo extra para realizar los exámenes, o acortarlos
- Posibilidad de exámenes orales.
- Potenciar la vía visual de aprendizaje.
- Directrices claras y muy explícitas en cuanto a cómo presentar sus trabajos.
- Tener cuidado con las comparaciones en clase y las tareas competitivas.
- Tareas paso a paso.
- Aprendizaje sin error.
- Anticipar, siempre que sea posible, los siguientes contenidos a trabajar.
- Posibilidad de alguna explicación individualizada.
- Pautarlo en el orden y la organización de sus materiales.
- Instrucciones siempre muy claras (sin dar por hecho nada)

ATENCIÓN EDUCATIVA AL ALUMNADO CON DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

Para el alumnado con déficit de atención, en el caso de que se incorpore alguna persona de este perfil trabajaremos de manera diferente. Las medidas y recursos utilizados para la atención de este grupo de alumnado se basan en:

- Tener mucha paciencia con dicho grupo, no hace las cosas adrede, simplemente no es consciente.
- Escribir un pequeño guion al principio de la clase de lo que vamos a hacer.
- Colocar al mencionado alumnado en primera fila.
- Darles pequeñas responsabilidades, nombrarlos encargados de alguna tarea muy sencilla.
- No criticarlos delante del grupo.
- Muchas actividades prácticas.

ALUMNADO CON TRASTORNO DE CONDUCTA

Con este alumnado tendremos en cuenta las siguientes pautas:

- Tiempo extra para acabar las tareas., o reducir su número.
- Tiempo extra para realizar los exámenes, o acortarlos.
- Posibilidad de exámenes orales.
- Potenciar la vía visual de aprendizaje.
- Directrices claras y muy explícitas en cuanto a cómo presentar sus trabajos.
- Sentarlo cerca del profesorado y con otras personas tranquilas.
- Pautas concretas sobre lo que tiene que hacer, sobre todo si lo vemos con nerviosidad.
- Tareas paso a paso.
- Aprendizaje sin error.
- Anticipar, siempre que sea posible, los siguientes contenidos a trabajar.
- Posibilidad de alguna explicación individualizada.
- Evitar bromas, ironías y dobles sentidos en nuestro lenguaje hacia esa persona.
- Anticiparle situaciones que puedan generarle estrés.
- El profesorado elegirá los equipos de trabajo para evitar aislamiento y rechazo.
- Explicarle claramente su función en los trabajos de grupo.
- Cuidado con posibles burlas o indirectas por parte de otras personas ante sus comportamientos “peculiares”
- Pautarlo en el orden y la organización de sus materiales.
- Instrucciones muy claras siempre, sin dar nada por hecho.

ALUMNADO CON DISCAPACIDADES CONTRAINDICADAS PARA UN DETERMINADO TIPO DE CONTENIDO

Dentro de este grupo incluimos al alumnado que sufre una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta contraindicación puede ser crónica o de larga recuperación (soplo fisiológico, escoliosis, asma, etc.) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo, etc.)

Dentro de la **contraindicación crónica** o de larga duración/recuperación:

- Para este alumnado proponemos contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del grupo.

- Para el alumnado que padezca una discapacidad transitoria, proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles durante el tiempo de lesión y un programa de refuerzo que deben llevar a cabo fuera de clase una vez recuperados.

ALUMNADO CON DISCAPACIDAD FÍSICA GRAVE Y PERMANENTE

Son aquellos casos en los que existe una patología grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Las medidas y recursos utilizados para la atención de este alumnado se basan en:

- Realización de pruebas o trabajos teóricos relacionados con los Saberes Básicos que se están trabajando.

- Elaboración de memorias de sesiones y trabajos sobre los Saberes Básicos desarrollados en clase.

- Dirección de actividades dirigidas al resto del alumnado: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación.

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

RECREOS DEPORTIVOS

A lo largo del presente curso 2025-26 este Departamento de E.F potenciará el Programa de Recreos Deportivos basado en un conjunto de actividades físico-deportivas realizadas durante el tiempo que dura el recreo, esto es, 25 minutos de lunes a viernes.

Los objetivos fundamentales que perseguimos con este programa son:

- Participar, con independencia del nivel de destreza-habilidad, en actividades deportivas de forma competitiva mostrando actitudes de tolerancia, respeto y juego limpio.
- Valorar la capacidad de implicarse (participando como árbitro o como ayudante en la organización de los torneos) y como jugador valorar la capacidad de esforzarse en cumplir las normas de los distintos campeonatos.
- Valorar la capacidad para asumir las responsabilidades como componentes de un equipo.
- Poner en práctica los conceptos trabajados en los diferentes deportes durante las sesiones de clase.
- Valorar la participación en la práctica de deportes recreativos y alternativos como forma de encuentro sin la presión competitiva de los deportes más convencionales.
- Por último, para aquel alumnado que actúe como espectador se valorará el respeto a jugadores, organizadores, arbitraje, etc.

Actividades propuestas para el presente curso:

- 1- Torneo por parejas de voleibol mixto.
- 2- Concurso de triples.
- 3- Campeonato de rana.
- 4- Torneo de 3 contra 3 de baloncesto.
- 5- Campeonato de tenis de mesa.
- 6- Torneo de fútbol-sala.
- 7- Torneo de voleibol 4x4

DENOMINACIÓN ACTIVIDAD	CURSOS IMPLICADOS	MOMENTO DEL CURSO	SABERES BÁSICOS VINCULADOS
Concurso de triples	TODOS	1º trimestre	Juegos y deportes.
Torneo fútbol sala	TODOS	1º trimestre	Juegos y Deportes.
Torneo baloncesto. En las modalidades de 3x3 y 5x5.	TODOS	2º trimestre	Juegos y Deportes.
Torneo de Voleibol * En la modalidad de parejas y en la modalidad de equipos.	TODOS	3º Trimestre	Juegos y Deportes.
Actividades en el entorno. Pueden realizarse en la playa, en el paseo de la playa, en el paseo fluvial, o por alguna otra zona próxima al centro exenta de peligro y adecuada para realizar actividad física.	TODOS	1º,2º,3º trimestre	.Juegos y Deportes. .Condición Física y Salud .Actividades en el medio natural .Juegos y deportes Tradicionales del Principado de Asturias.

PLEI DE AULA

Los objetivos que se plantean desde el Dpto. de E.F. en relación al PLEI de Aula se articulan alrededor de:

- A) El desarrollo de la adquisición de la competencia lingüística.
- B) El desarrollo de la competencia de Tratamiento de la Información y la Competencia Digital.

De forma más específica, señalamos como objetivos específicos a alcanzar a través de la Educación Física los siguientes:

- 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.

Asimismo consideramos como vehículos fundamentales para el desarrollo del programa y la consecución de sus Objetivos:

La **Investigación** para seleccionar lo que interesa en cada caso.

La **Lectura** para obtener información específica.

El **Vocabulario Técnico Específico** del ámbito de la E.F. como medio imprescindible para la comprensión de las lecturas así como para el enriquecimiento del vocabulario.

El desarrollo del PLEI se articulará en 1ºESO en torno al senderismo por Asturias, esencialmente diseñando y buscando rutas de dificultad baja con el objetivo de llegar a diseñar un cuaderno de rutas que todos podamos emplear. Y en 3ºESO la idea será profundizar en el conocimiento del cine deportivo a lo largo de la historia. Cómo ha evolucionado. Películas más representativas. Se haría primero un trabajo documental utilizando Internet como soporte. En segundo lugar se intentaría visionar alguna película clásica y actual para poder comparar y en tercer y último lugar realizaríamos por escrito una reflexión crítica del trabajo llevado a cabo.

Las actividades de fomento de la lectura, escritura e investigación se realizarán en distintos momentos del curso, dependiendo de la temporalización de los contenidos sujetos al PLEI. El tiempo que se dedicará a cada contenido, según se desprende de lo establecido hasta ahora, será de 2 sesiones por evaluación. Pudiendo agruparse como el profesor estime oportuno (todas seguidas, de 2 en 2, o cualquier otro modelo). En definitiva, se destinará un 10% del horario de la asignatura a trabajar el PLEI de aula. La evaluación del PLEI supondrá un 5% de la nota según se ha consensuado por los miembros de este Departamento.

La metodología que se empleará en las actividades del PLEI estará basada en formas semi-conducidas a la hora de establecer temas objeto de trabajo y de establecer pautas orientativas para la búsqueda de información.

Asimismo el alumnado podrá emplear métodos libres en la investigación y la búsqueda de información, ya que pueden utilizar cuantas fuentes quieran siempre y cuando sean debidamente acreditadas.

Finalmente será la puesta en común con fórmulas basadas en el debate y la exposición de ideas y argumentos el método utilizado preferentemente para culminar el trabajo realizado y poner en práctica lo aprendido por parte del alumnado.

6. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Para el presente curso 2025– 2026 el Departamento de Educación Física no plantea ninguna actividad complementaria-extraescolar.

7. RECURSOS Y MATERIALES DIDÁCTICOS

El Departamento de Educación Física del I.E.S. “Avelina Cerra” cuenta, en la actualidad, con el siguiente material e instalaciones:

Apuntes

El departamento de E.F ha elaborado apuntes que serán el contenido teórico fundamental para el alumnado, de esta forma se evita la compra de un libro que en ocasiones es excesivo para el uso en nuestra asignatura. Estos apuntes estarán disponibles en conserjería así como en la plataforma TEAMS.

La sala de Educación Física

El espacio que se destina en el centro para las clases de E.F. a modo de Gimnasio representa una de las reclamaciones históricas que este I.E.S. realiza desde sus inicios, dado su alto grado de inadecuación a los propósitos que persigue. El Departamento, lejos de hacer demagogia para lograr mejoras sensibles de lo que ya existe en el centro, lo que hará es exponer con la máxima rigurosidad posible los medios de que dispone porque creemos que con ello haremos ver a la Administración las tremendas carencias con las que realizamos nuestro trabajo. A este respecto debemos recordar la queja que ya en el año 1995 realizaron los miembros del Departamento de Educación Física, que tampoco entendían que un centro de nueva construcción presentase unos problemas estructurales tan evidentes e incompresibles para el sentido común de cualquiera. A continuación pasamos a describir con la máxima fidelidad posible a la realidad las características de esta instalación:

La sala de E.F. tiene una entrada principal desde el pasillo del instituto. La sala debería estar ubicada en un edificio adyacente al centro, nunca en su edificio debido a las exigencias de espacio que demanda.

La situación de la sala dentro del recinto específico debe garantizar su perfecto uso y conservación. En la actualidad los alumnos/as deben pisar obligatoriamente su suelo de parquet con calzado de calle ante la imposibilidad de entrar de otra forma. Unas condiciones óptimas exigen una primera zona exterior urbanizada como barrera contra la suciedad. Alrededor de la sala habrá siempre un espacio, llamado de circulación, cuya finalidad es separar la zona de pies sucios y la de pies limpios. Desde el pasillo de pies sucios o de circulación se comunicará con los vestuarios y de éstos al parquet de la sala, contemplando la salida a los espacios deportivos al aire libre.

La sala mide 19.7 x 7 metros que hacen un total de 137.9 metros cuadrados y tiene una altura de 3 metros (2.5 metros en las zonas de vigas). Este espacio supone 5.5 metros cuadrados por alumno/a, sólo 1.5 metros más a lo que se establece para laboratorio o aula de dibujo y 2.5 metros más que una aula teórica. Es imposible planificar unos objetivos psicomotrices con tales dimensiones. Las medidas mínimas recomendables son 400 metros cuadrados o lo que es lo mismo 27 x 15 metros, aunque lo deseable sería que la superficie del gimnasio fuera cercana a los 1200 metros, es decir 45 x 27 metros. La altura recomendable se sitúa en unos 6 –7 metros. Como puede observarse muy lejos de nuestras ridículas dimensiones.

El suelo es de parquet pegado siendo recomendable para la práctica deportiva un parquet sobre tarima que esperamos en un futuro sea montado.

Las paredes son de pladur, un material no resistente a impactos e incapaces de soportar la tracción de las espalderas.

Las ventanas son de 2 tipos: de apertura interior (5 hojas) y de apertura interior y oscilobatiente (5 hojas) fachada sur y colocadas a 1 metro del suelo en todo un lateral de la sala (en total 10 ventanas). La configuración de la sala hace totalmente desaconsejable la apertura de las ventanas de apertura interior porque éstas invaden el espacio real de práctica con el peligro que ello conlleva. Tan sólo las 2 ventanas de los extremos de la sala pueden abrirse por estar más alejadas de la presencia de los alumnos/as. En una reforma realizada en el curso 2007-2008 se ha instalado un mecanismo de apertura oscilobatiente a 5 de las 10 ventanas de la sala, de forma que son estas las únicas ventanas que se abren, aprovechando su nueva configuración, durante el desarrollo de las clases. La iluminación natural llega a través de estas ventanas que debido a su mala orientación nos hace llegar directamente los rayos solares al mediodía y muchos reflejos de luz, lo que obliga a bajar las persianas y disminuir así la ventilación y la iluminación, hasta el punto de llegar a la increíble situación de tener una gran luminosidad exterior que nos obliga a bajar las persianas y a utilizar la iluminación artificial, con el consiguiente gasto energético totalmente evitable con las medidas mínimas necesarias.

Los techos son incapaces de soportar, por su altura y material, elementos gimnásticos y material fijo deportivo, imposibilitando la realización de cualquier deporte. Cuenta con 12 equipos de iluminación fluorescente de doble tubo protegidos con rejillas anti-impactos.

Finalmente la calefacción de la sala la llevan a cabo 5 radiadores de agua colocados en la misma pared que las ventanas, por debajo de éstas que han tenido que protegerse con unas barras redondas de hierro que alejen de los alumnos/as de las angulosas esquinas y de las tuberías que llevan el agua caliente a estos radiadores. Aún así, estas barras protectoras representan un elemento potencialmente peligroso por su disposición.

En unas reformas llevadas a cabo en el verano de 2005 se ha abierto una puerta en la pared Este de la sala que comunica con el patio interior del centro que es empleado a diario por los profesores del departamento. De esta manera es posible usar simultáneamente la sala y el patio sin perder control visual de ninguno de los dos espacios.

En definitiva, nos encontramos ante un espacio inadecuado para la práctica de la Educación Física en las etapas de E.S.O. y Bachillerato .

Los vestuarios

Adyacentes a la sala de E.F. se encuentran los vestuarios totalmente nuevos gracias a las obras de reforma ejecutadas a lo largo del verano del año 2016: uno masculino y otro femenino. Ambos adaptados para alumnado con discapacidad.

En cada vestuario hay:

- 2 duchas con temporizador.
- 2 lavabos ordinarios con temporizador.
- 1 inodoro adaptado para alumnado con discapacidad y una ducha con temporizador.

El almacén

Una parte del Departamento hace las veces de almacén, se trata de la entrada al propio Departamento desde el gimnasio. En ese espacio de aproximadamente 6 metros cuadrados está colocado y ordenado casi el 80 % del material. Aparte de este espacio el Departamento cuenta, por el momento, con otro hueco para almacenar material de gran tamaño (postes, porterías,...) en el exterior del centro, cerca de las canchas exteriores, de modo que resulta más cómodo que si se utilizase el almacén interior. También disponemos dentro de este espacio de un pequeño botiquín para curas de emergencia básicas. Aún así hay cierto material que tenemos que seguir almacenando en el propio gimnasio, como colchonetas y bancos suecos ya que ni el nuevo almacén puede albergarlo.

El Departamento

Se trata de un pequeño espacio, poco más de siete metros cuadrados, reformado en agosto de 2016 en el que disponemos de un equipo informático y mobiliario para guardar el material didáctico que va generándose a lo largo de los cursos.

Las pistas exteriores

Existen 2 canchas exteriores dotadas de una situación inadecuada al estar situadas una a continuación de la otra siguiendo su eje mayor impidiendo la demarcación del número eficaz de canchas. Además la orientación es inadecuada, puesto que su orientación este – oeste actual debería ser norte – sur.

Las canchas están equipadas con cuatro canastas, dos de ellas son muy antiguas pero son firmes y valen para las clases de baloncesto. Las otras dos son nuevas, se instalaron hace seis años tras las reclamaciones que presentó el departamento el curso 2010-2011, en cualquier caso no resultan todo lo sólidas que hubiéramos deseado ya que fueron deformadas en su estructura por algunos vándalos en el verano de 2014 y se muestran muy blandas para el juego de baloncesto oscilando toda la estructura de forma notable cuando un balón percute contra ellas.

Una vez conocida la realidad es fácilmente comprensible que la docencia en la asignatura de Educación Física se encuentra severamente comprometida, viéndose los profesores

limitados en su quehacer diario y siendo los alumnos sometidos a una situación de incapacidad de desarrollo psicomotriz.

Dadas estas circunstancias y aprovechando su proximidad al centro utilizaremos la playa y su paseo como instalación ordinaria. Ésta será muy útil para el desarrollo de ciertas Unidades de programación como las relacionadas con la Condición Física y la Salud, la Expresión Corporal y los Juegos y Deportes, entre otros.

Utilizaremos también el paseo fluvial que está en la parte trasera del centro, así como el parque de actividades que se encuentra en este paseo, para hacer actividades relacionadas con la condición física y la orientación. Para trabajar la orientación nos serviremos de las zonas periféricas del centro para que las posibilidades de esta actividad sean algo mayores, en cualquier caso y para evitar riesgos, nos limitaremos siempre a zonas libres de tráfico que serán principalmente paseo de la playa y paseo fluvial. Si en alguna ocasión se pretendiera realizar una actividad por la población se solicitaría permiso al centro y se buscaría algún profesor que pudiera apoyar el desarrollo de la misma.

Patio interior

Las reformas llevadas a cabo el verano de 2017 nos proporcionan este curso la posibilidad de disponer de una instalación cubierta para los días con una climatología adversa. Estas obras han consistido en instalar en el patio interior una cúpula con paneles de metacrilato y cerrar la fachada sur del patio.

MATERIAL DEPORTIVO

- 10 espalderas
- 8 bancos suecos
- 14 colchonetas 2x1 mts.
- 2 porterías de fútbol en cancha exterior
- 4 canastas de baloncesto en canchas exteriores
- 12 conos
- 5 vallas regulables en altura.
- 1 radio-casete con lector de CD
- 1 barra de sonido
- 20 mini esterillas
- 10 balones medicinales de 1, 2 y 3 kgs.
- 8 balones de fútbol sala
- 4 balones de fútbol
- 20 balones de balonmano
- 25 balones de baloncesto
- 16 balones de voleibol
- 5 balones de rugby
- 10 mancuernas de 1,2 y 3kg
- 24 sticks de floorball
- 24 pelotas de floorball
- 22 palas de Shuttelball
- 10 palas de madera
- 20 raquetas de bádminton y red.
- 6 botes de volantes de badminton

- 22 discos voladores
- 8 indiaca
- Pelotas de colores, cuerdas, aros y picas.
- 1 red voleibol
- 4 postes de badminton
- 2 redes de badminton

Además la biblioteca del centro tiene una extensa bibliografía de más de 100 títulos sobre los distintos aspectos de la materia. Estos libros podrán ser consultados por los alumnos/as del centro siguiendo las normas de funcionamiento de la biblioteca del centro.

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

UNIDAD DE PROGRAMACIÓN ----- EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE			
INDICADORES DE LOGRO		SÍ / NO	PROPUESTAS DE MEJORA
TEMPORALIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN			
1.	Se realiza la unidad de programación teniendo en cuenta la programación de aula y la temporalización propuesta.		
2.	Realizo la programación teniendo como referencia la concreción curricular.		
3.	Selecciono y secuencio los contenidos en función de las características de cada grupo de alumnos.		
4.	Planifico las actividades de forma coordinada con el resto del profesorado: del departamento, de los equipos docentes, del departamento de Orientación.		
5.	Consulto la programación a lo largo del curso y, en caso necesario, hago las modificaciones que se consideren oportunas.		
6.	La unidad de programación ha facilitado la flexibilidad de las clases, para ajustarse a las necesidades e intereses de los alumnos lo más posible.		
ORGANIZACIÓN DEL AULA			
7.	La distribución de la clase favorece la metodología		

	elegida.		
8.	La distribución del tiempo en el aula es adecuada.		
RECURSOS EN EL AULA			
9.	Se utilizan recursos didácticos variados.		
METODOLOGÍA EN EL AULA			
10.	Se utilizan metodologías activas, actividades significativas y tareas variadas.		
11.	Motivo al alumnado partiendo de conocimientos previos, relacionando los contenidos con situaciones reales, informándoles de la utilidad de los mismos y creando expectativas.		
12.	Propongo actividades que favorecen el desarrollo autónomo (trabajos, investigaciones, ...).		
13.	Empleo diferentes agrupamientos en función de la tarea a realizar		
14.	Facilito estrategias de aprendizaje: cómo solicitar ayuda, cómo buscar información, doy refuerzos positivos, me aseguro de la participación de todos.		
ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD			
15.	Se realizan actividades multinivel para dar respuesta a los distintos ritmos de aprendizaje		
16.	Me coordino con otros profesionales (Orientador/a, PT, profesorado de apoyo, ...) para la realización de las adaptaciones pertinentes en cada caso.		
EVALUACIÓN			
17.	Aplico los criterios de evaluación de acuerdo con las orientaciones del currículo		
18.	Aplico diferentes instrumentos de evaluación: pruebas orales y/o escritas, rúbricas, ...		
19.	Realizo diferentes momentos de evaluación: inicial, intermedia, ...		
20.	Se ha facilitado al alumnado información sobre su progreso.		
21.	Uso estrategias de autoevaluación y coevaluación que favorezcan la participación del alumnado en la evaluación.		
22.	Propongo planes de recuperación dependiendo de los resultados obtenidos.		
23.	Antes de iniciar la unidad de programación se ha informado sobre los criterios de evaluación.		

9. PROYECTO INTERDISCIPLINAR

Para dar cumplimiento al artículo 121 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, en el Proyecto Educativo del Centro se recogen las propuestas de actuación para la mejora de la competencia en comunicación lingüística de nuestro alumnado. Asimismo, en la Concreción Curricular se recogen las temáticas, configuración, diseño y evaluación del proyecto o los proyectos interdisciplinares a que hace referencia el artículo 6 del Decreto 59/2022, de 30 de agosto, por el que se establece el Currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, y que se desarrollarán en el centro. El Departamento de Educación Física participará en los diferentes proyectos establecidos para los anteriores fines, en función de las necesidades y posibilidades de cada grupo.

	Nivel 1(1pto.)	Nivel 2 (2ptos.)	Nivel 3 (3ptos.)	Observaciones
1. Competencias	El proyecto fomenta el desarrollo de las competencias clave.	El proyecto incide en las competencias clave.	El proyecto ha supuesto un trabajo competencial y ha contribuido de forma notoria a la adquisición de las competencias clave.	
2. Participación del alumnado	Los alumnos no han participado en las decisiones del desarrollo del proyecto.	Los estudiantes han participado de forma consultiva.	Se ha tenido en cuenta las opiniones del alumnado en la definición del proyecto y también han participado en la planificación, ejecución y valoración.	
3. Participación de los departamentos	La participación es escasa y mejorable.	La participación es satisfactoria.	La participación y coordinación es altamente satisfactoria.	
4. Seguimiento	No hay seguimiento del proyecto.	Hay un seguimiento puntual del proyecto, que no engloba la totalidad de los departamentos participantes.	Hay un seguimiento y coordinación entre todos los departamentos participantes	
5. Proyección	No se promueve el conocimiento del proyecto fuera del centro.	Se dan a conocer algunos aspectos, pero no la totalidad del proyecto.	Se hace una difusión clara y se mantiene en el tiempo.	
6. Recursos	Los recursos asignados han sido insuficientes.	Hay recursos, pero se podría mejorar o no han sido bien planificados.	Los recursos asignados son acordes con los planteamientos del proyecto.	
7. Implementación	No se ha alcanzado la implementación de todos los aspectos programados.	Se ha alcanzado la implementación de todos los aspectos programados.	Se ha alcanzado muy satisfactoriamente la implementación de todos los aspectos programados.	
8. Feedback	Los mecanismos de retroalimentación del proyecto arrojan datos poco satisfactorios.	Los mecanismos de retroalimentación del proyecto arrojan datos satisfactorios.	Los mecanismos de retroalimentación del proyecto arrojan datos muy satisfactorios	