

**DEPARTAMENTO  
DE  
EDUCACIÓN FÍSICA**

**Programación Curso 2021-2022**

**I.E.S. Campos y Torozos**  
**Medina de Rioseco (Valladolid)**

# **ÍNDICE**

- 1. INTRODUCCIÓN**
- 2. EDUCACIÓN FÍSICA 1º ESO**
- 3. EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO**
- 4. EDUCACIÓN FÍSICA 3º ESO**
- 5. EDUCACIÓN FÍSICA 4º ESO**
- 6. EDUCACIÓN FÍSICA 1º BACHILLERATO**
- 7. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES DEL  
DEPARTAMENTO**
- 8. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA (PROGRAMACIÓN  
DIDÁCTICA Y PRÁCTICA DOCENTE)**

## **1. INTRODUCCIÓN**

### ➤ *Materias asignadas al departamento.*

El departamento impartirá durante el presente curso escolar la asignatura de Educación física.

### ➤ *Profesorado que compone el departamento.*

El Departamento didáctico de Educación Física está compuesto durante el presente curso por:

-D. Samuel Castaño Aguado, profesor interino que imparte Educación física en 1º ESO y 4º ESO B y C..

-D. Álvaro José Lazcano, profesor interino, realiza las funciones de Jefe de Departamento e imparte clase a los niveles de 2º ESO, 3º ESO, 4º ESO A y 1º Bachillerato.

Este departamento tiene una hora de reunión semanal, que se celebra los jueves de 11:55 horas a 12:45 horas.

### ➤ *Niveles, grupos y número de horas.*

-1º ESO existen tres grupos. Se imparten 6 horas de docencia de E.F.

-2º ESO, tres grupos. Se imparten 6 horas de docencia de E.F

-3º ESO tres grupos. Se imparten 6 horas de docencia de E.F

-4º ESO tres grupos. Se imparten 6 horas de docencia de E.F

-1º Bachillerato, dos grupos. Se imparten 4 horas de docencia de E.F

### ➤ *Otros aspectos relacionados con la materia.*

Esta programación se ha elaborado contrastando los documentos legales con la cultura profesional del área, con el contexto específico y con nuestra práctica docente, buscando una comprensión más profunda de lo que el currículum puede ofrecernos para el desarrollo y desempeño profesional. Para ello se ha tenido en cuenta los siguientes decretos que desarrollan el Currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad de Castilla y León:

- Etapa de ESO: ORDEN EDU/362/2015, de 4 de mayo

- Etapa de 1º Bachillerato: ORDEN EDU/363/2015 de 4 de mayo

Con esta secuenciación se ha buscado clarificar y concretar el potencial educativo del área, para ofrecer argumentos que contrarresten la extendida imagen de la Educación Física como un área que provoca un conjunto limitado de capacidades y aprendizajes.

La Educación Física se imparte en todos los cursos de la Educación Secundaria Obligatoria y en el primer curso de Bachillerato como materia obligatoria. Por tanto, la programación que expondremos recogerá las competencias clave, los objetivos de cada etapa, los contenidos, criterios de evaluación y los estándares de aprendizaje evaluables necesarios para alcanzar la evaluación positiva de la materia en cada curso, así como una relación de los mismos en las hojas Excel

## 2. EDUCACIÓN FÍSICA 1º E.S.O.

### A. CONTRIBUCIÓN AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DE LA ETAPA:

<i>Objetivos ESO (Pág. 6 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>	<i>Grado de contribución</i>		
	Bajo	Medio	Alto
<b>1. En relación con el ejercicio de la ciudadanía democrática:</b>			
a. Asumir sus deberes y obligaciones.			
b. Ejercer sus derechos respetando siempre a los demás.			
c. Practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad.			
d. Participar en la toma de decisiones consensuadas.			
<b>2. En relación con la evolución personal y académica:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Generar mecanismos de autocontrol y disciplina.			
b. Consolidar hábitos de estudio.			
c. Desarrollar y consolidar hábitos de trabajo individual y en grupo.			
d. Desarrollar el espíritu emprendedor.			
e. Desarrollar la capacidad para aprender a aprender.			
f. Desarrollar la toma de decisiones y la asunción de responsabilidades.			
<b>3. En relación con la igualdad entre hombres y mujeres:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Respetar las diferencias.			
b. Fomentar la igualdad de derechos y oportunidades.			
c. Rechazar cualquier tipo de discriminación y de comportamiento sexista.			
<b>4. En relación con el desarrollo de su personalidad:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Fortalecer su afectividad.			
b. Mostrar confianza y seguridad en sí mismo.			
c. Evitar comportamientos de soledad, rebeldía o fuga de la realidad.			
d. Utilizar la práctica deportiva como medio favorecedor de su desarrollo.			
<b>5. En relación con su desarrollo social y el trato hacia los demás:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Fortalecer sus capacidades afectivas.			
b. Rechazar la violencia y los prejuicios de cualquier tipo.			
c. Resolver pacíficamente los conflictos.			
d. Utilizar la práctica deportiva como medio integrador y de relación social.			

<b>6. En relación con el campo de las tecnologías:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las tecnologías, en especial aquellas que se utilizan como fuentes de información.			
b. Adquirir nuevos conocimientos a través de ellas.			
c. Desarrollar un sentido crítico en el uso de las TIC.			
d. Conocer los riesgos, límites legales y consecuencias de su mala utilización.			
<b>7. En relación con el conocimiento científico:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Concebirlo como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas.			
b. Analizar con sentido crítico la percepción y explicación de sucesos de la vida cotidiana.			
<b>8. En relación con la lengua castellana y la literatura:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Comprender y expresar, oralmente y por escrito, textos y mensajes complejos.			
b. Iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.			
<b>9. En relación con las lenguas extranjeras:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Comprender y expresar, verbalmente y por escrito, textos y mensajes sencillos, en lengua inglesa.			
b. Iniciarse en la comprensión y expresión, verbalmente y por escrito, de textos y mensajes sencillos en lengua francesa.			
<b>10. En relación con la historia y la cultura:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer los aspectos básicos de la historia mundial y de España.			
b. Conocer los aspectos más arraigados y determinantes de la historia y la cultura de Castilla y León.			
c. Valorar y respetar la diversidad a nivel cultural existente en el entorno de Medina de Rioseco.			
d. Conocer, valorar y respetar el patrimonio artístico y cultural.			
<b>11. En relación con el propio cuerpo:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer su funcionamiento.			
b. Adquirir hábitos de cuidado y salud corporal, mejorando las condiciones de vida propias.			
c. Utilizar la educación física y la práctica deportiva como medio para su mejora y cuidado.			
<b>12. En relación con las demás personas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Respetar las diferencias con uno mismo y entre los demás.			
b. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad.			
c. Valorar críticamente los hábitos de los demás relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y del medio ambiente.			
<b>13. En relación con el resto de seres vivos:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>

a. Contribuir a su cuidado.			
b. Rechazar los hábitos perjudiciales de interacción humana.			
<b>14. En relación con el medio ambiente:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocerlo e interactuar con él.			
b. Contribuir a su conservación y mejora.			
<b>15. En relación con las manifestaciones artísticas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Apreciar y valorar las diferentes formas de creación artística.			
b. Comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas.			
c. Utilizar diversos medios de expresión y representación.			

## B. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO COMPETENCIAL DEL ALUMNADO:

### Comunicación Lingüística (CL):

*Implica la capacidad de comunicarse en diversos contextos o situaciones de usos de la lengua, a través de distintas modalidades, formatos y soportes tanto orales como escritos y que abarcan distintas destrezas referidas a los cinco componentes fundamentales de esta capacidad.*

*En la comunicación en lenguas extranjeras, el desarrollo de estas competencias proporcionará destrezas básicas referidas a la comprensión, la expresión y el contexto tanto de la comunicación oral como de la escrita.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CL:

<b>Comunicación Lingüística</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Expresión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Entonación.		X
b. Registro contextualizado.		X
c. Selección de vocabulario.		X
d. Dicción.		X
e. Fluidez.	X	
<b>2. Comprensión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Escucha activa y participativa.	X	
b. Escucha respetuosa.	X	

<b>3. Expresión Escrita:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Orden en la información de oraciones.		X
b. Creación de textos adecuados a las necesidades de comunicación.	X	
c. Expresarse con precisión.	X	
d. Caligrafía.		X
e. Utilización correcta de los signos de puntuación.		X
f. Adecuación de lo escrito a lo que se quiere transmitir.	X	
g. Ortografía.		X
<b>4. Comprensión Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal y de las secundarias.		X
b. Interpretación de palabras por el contexto.		X
c. Uso adecuado del diccionario y otras fuentes.		X
<b>5. Fluidez Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Velocidad de lectura.		X
b. Fidelidad de lo leído con lo escrito.		X
c. Entonación.		X
<b>6. Vocabulario:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Riqueza.	X	
b. Precisión.		X
c. Manejo de sinónimos.		X
d. Evitar redundancias y coletillas o muletillas.		X
<b>7. Capacidad de síntesis:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal.		X
b. Establecimiento de relaciones lógicas de los textos.		X

<b>8. Gramática:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Reglas y principios.		X
<b>Comunicación Lingüística</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>7</b>	<b>Nº NOES</b> <b>20</b>

**Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología (CMCT):**

*La Competencia Matemática es la capacidad para aplicar el razonamiento matemático y sus herramientas para describir, interpretar y predecir distintos fenómenos en su contexto.*

*Las Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología significan el Acercamiento al mundo físico y a la interacción responsable con él desde acciones a la conservación y mejora del medio natural, importantes para un desarrollo sostenible.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CMCT:

<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Método Científico:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Observación, recogida, utilización e interpretación de datos.	X	
b. Hipótesis.		X
c. Experimentación.		X
d. Comprobación.		X
e. Búsqueda de soluciones y toma de soluciones.	X	
<b>2. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.		X
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.	X	
c. Estadística y probabilidad.		X
d. Geometría.		X
e. Medidas.		X



<b>3. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.		X
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.	X	
<b>4. Cálculo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Operaciones manipulativas y mentales.		X
b. Estimaciones.		X
<b>5. Razonamiento:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Planteamiento de problemas.		X
b. Resolución de problemas.	X	
<b>6. Ciencia y Tecnología</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Interacción con el entorno físico, biológico, tecnológico y medioambiental.	X	
b. Conocimiento del entorno..		X
c. Preservación y respeto del entorno.		X
<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b>	<b>Nº SÍES</b>	<b>Nº NOES</b>
<b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>6</b>	<b>13</b>

### Competencia Digital (CD):

*Aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las TIC. Supone la adecuación a los cambios que introducen las TIC para ser competente en un entorno digital.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CD:

<b>Competencia Digital</b>		
<i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Hardware:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Componentes centrales.		X
b. Periféricos.		X
<b>2. Software:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>

a. Búsqueda eficaz de la información.	X	
b. Comprensión de la información.	X	
c. Análisis crítico de la información.	X	
d. Comunicación digital: medios y uso social de los mismos.		X
e. Creación de contenidos en diferentes formatos.	X	
f. Autoría y derechos de autor.		X
<b>3. Seguridad TIC:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Normas de uso.		X
b. Seguridad de uso.		X
c. Riesgos y prevención.		X
d. Protección de datos.		X
<b>Competencia Digital</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>4</b>	<b>Nº NOES</b> <b>8</b>

### **Aprender a Aprender (AA):**

*Habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje y gestionar el tiempo y la información convenientemente.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la AA:

<b>Aprender a Aprender</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Planificación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Establecimiento de objetivos alcanzables.	X	
b. Organización del aprendizaje en tiempos adecuados.	X	
c. Gestión y organización de recursos.		

		X
d. Estrategias para afrontar la tarea.	X	
<b>2. Investigación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Sentido crítico.		X
b. Gestión positiva de los éxitos y los fracasos.	X	
c. Reflexión sobre los procesos de aprendizaje propios.	X	
<b>3. Evaluación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Valoración y respeto del trabajo propio.	X	
b. Valoración y respeto del trabajo de los demás.	X	
c. Superación de dificultades.	X	
d. Valoración positiva de los errores propios y ajenos como fuente de aprendizaje y mejora.	X	
<b>Aprender a Aprender</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>9</b>	<b>Nº NOES</b> <b>2</b>

### Competencias Sociales y Cívicas (CSC):

*Capacidad de empatizar, aceptar las diferencias, ser tolerante, respetar los valores, las creencias y las culturas propias y ajenas.*

*Habilita a las personas para participar plenamente en la vida cívica, social y profesional.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Autonomía, Socialización y Educación Emocional:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Trabajo grupal.	X	
b. Relaciones interpersonales.	X	
c. Relaciones intrapersonales	X	
d. Gestión de normas.		

	X	
e. Gestión de conflictos.	X	
f. Toma de decisiones.	X	
g. Aceptación de uno mismo.	X	
h. Aceptación de los demás.	X	
<b>2. Igualdad:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Prevención de la violencia de género.	X	
b. Respeto de las diferencias.	X	
<b>3. Cuidado de uno mismo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Alimentación y salud.	X	
b. Educación vial.		X
c. Seguridad en uno mismo.	X	
d. Autoestima.	X	
<b>4. Uso de las Redes Sociales:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Respeto de valores y conciencia de límites.		X
b. Análisis crítico y responsable de la información.		X
<b>5. Globalización:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Educación política.		X
b. Procesos migratorios.		X
c. Conflictos bélicos.		X
<b>6. Educación ambiental:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Desarrollo sostenible.		X
b. Ecología.	X	
<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>14</b>	<b>Nº NOES</b> <b>7</b>

### Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIEE):

*Capacidad para transformar las ideas en actos. Disponer de la habilidad para aceptar y apoyar esos cambios. Tener la actitud necesaria para asumir riesgos y aceptar responsabilidades. Ser creativo y saber manejar la incertidumbre.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Autonomía:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Capacidad creadora y de innovación.	X	
b. Sentido de la responsabilidad.	X	
c. Capacidad para trabajar individualmente.	X	
d. Capacidad de asunción y gestión de riesgos.		X
e. Manejo de la incertidumbre.		X
<b>2. Búsqueda de información:</b>		
a. Sentido crítico para seleccionar información.	X	
b. Manejo de diversas fuentes.		X
<b>3. Organización:</b>		
a. Liderazgo.		X
b. Trabajo en equipo.	X	
c. Distribución de los tiempos.		X
d. Orden y presentación en la entrega de tareas.		X
<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>5</b>	<b>Nº NOES</b> <b>6</b>

### Conciencia y Expresiones Culturales (CEC):

*Implica conocer, comprender, apreciar y valorar de forma crítica, abierta y respetuosa las diferentes manifestaciones culturales y artísticas. Implica utilizar los distintos códigos artísticos y culturales como medio de comunicación y expresión personal. Implica manifestar interés en la vida cultural y la conservación del patrimonio.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CEC:

<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Conciencia Cultural:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Espíritu crítico.		X
b. Conocimiento de géneros, técnicas, estilos y códigos artísticos.	X	
c. Interés, aprecio y respeto por las obras artísticas.	X	
d. Disfrute de obras artísticas.		X
e. Promoción de la actividad cultural.		X
<b>2. Expresión cultural:</b>		
a. Creatividad e iniciativa cultural.	X	
b. Resolución de problemas.		X
c. Asunción de riesgos.		X
d. Comunicación de ideas a través del arte.	X	
<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>4</b>	<b>Nº NOES</b> <b>5</b>

## C. CONTENIDOS DE LA MATERIA

a) Contenidos de la materia.

A continuación, se muestran todos los contenidos de la materia, resaltando en **negrita** aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

### Bloque 1. Contenidos comunes

Identificación de información relevante, desechando la complementaria y superficial.  
**Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.**

## Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

Habilidades específicas vinculadas a la acción motriz (giros, saltos, equilibrios...).

**Condición física. Capacidades físicas relacionadas con la salud. Generalidades, clases y ejercicios de acondicionamiento general.**

**Resistencia aeróbica: carrera continua, circuitos y juegos.**

**Flexibilidad. Trabajo estático y dinámico.**

Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.

Relación entre el entrenamiento y la mejora de los niveles de la condición física.

Higiene postural. Aplicaciones prácticas. Creación de hábitos y actitudes preventivas.

Disposición positiva hacia la práctica de la actividad física como mejora de la salud y la calidad de vida.

## Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

**Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse.**

Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas.

Práctica de gestos técnicos en situaciones de oposición.

Aceptación de los propios niveles de habilidad como paso previo hacia la superación personal.

## Bloque 4. Situaciones de cooperación

Realización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas.

Participación en juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos y reglamentarios de las actividades propuestas.

Respeto y aceptación de las normas y reglamentos. Las actividades físico-deportivas y el juego como medios para conseguir valores de desarrollo personal y social: integración, respeto, tolerancia, cooperación....

Asunción de la responsabilidad individual en una actividad colectiva.

## Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

La orientación. Generalidades. Medios naturales de orientarse.

Normas de seguridad.

Posibilidades que ofrece el medio natural para realizar actividades físico-deportivas.

Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural.

## Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo.

Actividades expresivas encaminadas a conseguir la cohesión del grupo y a romper los bloqueos e inhibiciones personales.

**Creación y práctica de coreografías de bailes y danzas. El tiempo y el ritmo.**

Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.

b) Listado de Unidades Didácticas.

UDD 1ºESO		CONTENIDOS	Nº SESIONES
<b>1º TRIMESTRE</b>			
1	CALENTAMIENTO GENERAL	Las 3 partes del calentamiento general. Importancia del calentamiento. Articulaciones y principales grupos musculares.	5
2	RESISTENCIA	CFB Aspectos generales de resistencia: concepto y tipos Actividades de desarrollo de resistencia	8
3	TEST DE CONDICIÓN FÍSICA	Conocimiento y ejecución de test para las CFB	3
4	COLPBOL	Conocimiento de un deporte alternativo Aspectos técnicos y lúdicos del mismo	7
<b>2º TRIMESTRE</b>			
5	CUERPO, GESTO Y MOVIMIENTO	Conocimiento de las posibilidades expresivas del cuerpo Representación	7-8
6	FUERZA	Aspectos generales de fuerza: concepto y tipos Desarrollo de la fuerza de forma lúdica Actividades de desarrollo de fuerza	7-8
7	BÁDMINTON	Aspectos reglamentarios y técnicos básicos de bádminton. Ejecución de los diferentes golpes. Organización de torneos.	7-8
<b>3º TRIMESTRE</b>			
8	RUGBY-BÉISBOL	Aspectos reglamentarios y técnicos básicos del rugby y el béisbol. Ejecución de los diferentes golpes. Organización de torneos.	6



9	PARKOUR	Adaptación al entorno a través del parkour Actividades de desarrollo de todas las CFB Principales técnicas del parkour.	7
10	ORIENTACIÓN	Talonamiento Rastreo y orientación básica por el patio del centro	7

#### D. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

A continuación, se muestran todos los criterios de evaluación de la materia, **resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos** para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

##### Bloque 1. Contenidos comunes

**1. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.**

##### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

**1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.**

2. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

**3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.**

##### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

**1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.**

2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

##### Bloque 4. Situaciones de cooperación

**1. Resolver situaciones motrices de colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.**

2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

#### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

#### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

**1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.**

### **E. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE**

A continuación, se muestran todos los estándares de aprendizaje de la materia, **resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado**, que tendrán carácter prioritario.

#### Bloque 1. Contenidos comunes

**1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.**

1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

#### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

**1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.**

2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo.

**3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.**

3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

**3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.**

#### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

**1.1. Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.**

- 1.2. Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.  
2.1. Adapta los fundamentos técnicos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o colaboración-oposición propuestas.

#### Bloque 4. Situaciones de cooperación

- 1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición propuestas.  
2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.  
**2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.**  
2.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

#### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

- 1.1. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.  
2.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.  
2.2 Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.

#### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

- 1.1 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.**  
1.2 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

## **F. CONTENIDOS TRANSVERSALES**

Los elementos transversales que se han de tener en cuenta son los establecidos en el artículo 6 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre. Muchos de ellos se definen como obligatorios durante la etapa, que son: comprensión lectora (CL), expresión oral y escrita (EOE), comunicación audiovisual (CA), tecnologías de la información y la comunicación (TIC), espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial (EEIE), educación cívica y constitucional (ECC).

Desde nuestro departamento entendemos que no todos los temas transversales tienen una relación directa con nuestra materia, por ello concretamos también algunos otros y en particular nos centraremos en los siguientes:

- El desarrollo sostenible y el medio ambiente (DSMA).
- El desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres (DIEHM).
- La prevención de la violencia de género (PVG).
- La actividad física y la dieta equilibrada como parte del comportamiento juvenil (AFDE).

En la siguiente tabla se muestra su el trabajo de cada uno de todos estos contenidos transversales en el presente curso.

## G. MEDIDAS QUE PROMUEVEN EL HÁBITO DE LECTURA

Contenido / U.D.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
CL										
EOE										
CA										
TIC										
EEIE										
ECC										
DSMA										
DIEHM										
PVG										
AFDE										

### a) Propuestas y actividades

Proponer artículos de interés extraídos de periódicos, revistas,... y elementos digitales (páginas web, plataformas digitales) con contenidos propios del área. Dinamización del tablón de anuncios del gimnasio, mediante la exposición en el mismo, de artículos de actualidad, aportados tanto por el profesor, como por los alumnos/as.

### b) Unidades didácticas

U.D. 6 y 10 (Fuerza y Orientación)→ Páginas web con las que el alumno obtendrá información para realizar su trabajo y posterior exposición.

U.D. 4, 7 y 8 (Colpbol, Bádminton y Rugby-Beisbol) → Lectura y comprensión de artículos sobre el deporte, para posterior explicación por parte del alumno oralmente.

### ➤ Contribución del plan a la adquisición de las competencias clave.

El plan de fomento a la lectura se caracteriza por desarrollar principalmente, la competencia en comunicación lingüística gracias a un aprendizaje de un vocabulario específico y a la comprensión de textos relacionados con el ámbito deportivo.

Igualmente, la competencia de aprender a aprender estará muy presente también puesto que muchos de los artículos y textos describen habilidades, destrezas y ejercicios para su posterior puesta en práctica o para ampliar contenidos abordados durante las clases.

Finalmente la competencia social y ciudadana estará perfectamente desarrollada en este plan, gracias a la lectura y análisis de textos relacionados con la sociología del deporte que dan una visión muy cercana de la problemática que envuelve el mundo de lo físico, corporal y deportivo.

## H. METODOLOGÍA DIDÁCTICA

### A. Principios metodológicos

En base a la Propuesta Curricular del Centro la metodología que se utilice en nuestro departamento deberá respetar los principios básicos del aprendizaje, y estará en función de las características de la etapa educativa, de la naturaleza de las diferentes materias, de las condiciones socioculturales del entorno, de la disponibilidad de recursos del Centro y, en especial, de las características del alumnado.

El santo y seña del Centro, desde el punto de vista metodológico, será el de la potenciación del aprendizaje por competencias. Esta máxima guiará la elección de los recursos y modelos de trabajo específicos para cada materia y nivel.

Para ello, y referido a la Educación Secundaria Obligatoria, los métodos pedagógicos y didácticos utilizados por el profesorado se ajustarán a los siguientes aspectos:

➤ *Desde nuestra materia se procurará una **enseñanza activa, vivencial y participativa** del alumnado, lo que significa:*

En resumen, lo que vamos a procurar en este departamento es que el alumno/a sea el verdadero constructor de sus aprendizajes, quedando el profesor en un segundo plano, ya que nuestro papel debería ser “únicamente” el de asesorar y guiar a nuestros alumnos/as en el camino que les lleve a la meta. Para ello tenemos toda la etapa, 4 años, en los que nuestros alumnos/as deben llegar a la última estación, eso sí, haciendo las paradas necesarias. La idea principal es que el alumno/a se implique en el proceso, que no tenga un papel pasivo, y además de recibir información la analice, la intente comprender (si fuese necesario se apoyarían en nosotros), y llegue a tener una opinión fundada sobre todo lo que se refiera a la E.F. Se trata de que los alumnos/as lleguen a adquirir aprendizajes significativos y por tanto que tengan cultura física.

➤ *Desde nuestra materia se debe partir de los conocimientos previos del alumnado, así como de su nivel competencial, introduciendo progresivamente los diferentes contenidos y experiencias, procurando de esta manera un **aprendizaje constructivista**.*

El proceso de enseñanza-aprendizaje sigue consistiendo en plantear situaciones en las que el alumno/a, partiendo de sus necesidades, sus posibilidades y sus conocimientos previos, tenga que utilizar sus capacidades motrices, superando estadios iniciales y niveles de competencia en función de sus posibilidades, teniendo como objetivo educativo el de responsabilizarse de su propio cuerpo y de su futura competencia motriz. Para ello, éste debe adquirir hábitos estables en la práctica del ejercicio físico, conocer los instrumentos básicos para poder perseguir en su vida una actividad física que le lleve a óptimas condiciones de salud, mejorando sus capacidades físicas y motrices.

➤ *Desde la Educación física se atenderá a los **diferentes ritmos de aprendizaje** de los alumnos en función de sus necesidades educativas.*

➤ *La Educación física procurará un conocimiento sólido de los **contenidos curriculares**.*

Sobre la organización de la Educación Física. Se han establecido seis bloques de contenido, cinco de ellos vinculados a diferentes situaciones motrices y uno conectado con aprendizajes de carácter transversal. Los cinco bloques vinculados a la acción motriz configuran los ejes específicos de la educación física, ya que nos

permitirán transferir saberes comunes dentro de un itinerario de enseñanza-aprendizaje al agrupar situaciones y actividades con rasgos comunes de lógica interna. Representará un porcentaje alto de las sesiones del curso. El bloque de contenido transversal aglutina saberes que ayudan al estudiante a saber desenvolverse con criterios sociales y científicos en el contexto social enriqueciendo su cultura física. Este bloque puede desarrollarse tanto con las actividades que el docente planteará de los otros cinco bloques o de forma específica o puntual. No se debe perder de vista que las actividades permiten abordar aprendizajes a partir de contextos reales y permiten a su vez construir y desarrollar competencias clave para todos y para toda la vida.

Se perseguirá que el alumnado a lo largo de la etapa reciba un trabajo sistemático (todos los cursos), equilibrado (parecido número de sesiones en los cinco primeros bloques) y contextualizado (ajustado a las posibilidades del centro y del entorno) de los diferentes tipos de experiencias y prácticas motrices, ya que de lo contrario no estaremos aprovechando al máximo las posibilidades educativas que nos ofrece la materia. La resultante del proceso seguido será un desarrollo curricular que tendrá como centro al alumnado y al desarrollo progresivo de los aprendizajes específicos de la materia de Educación Física. De este modo el alumnado tendrá al final de su paso por la enseñanza obligatoria, autonomía para desarrollar y gestionar diferentes actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas y participar de un estilo de vida activo.

➤ *Desde nuestra materia se propiciará en el alumnado:*

- La observación.
- El análisis.
- La interpretación.
- La investigación.
- La capacidad creativa.
- La comprensión.
- El sentido crítico.
- La resolución de problemas.
- La aplicación de los conocimientos adquiridos a diferentes contextos.

➤ *Asimismo, y dentro de las limitaciones de **recursos audiovisuales e informáticos** que tiene el Centro, se intentará, desde la Educación física, su utilización como herramienta de trabajo en el desarrollo de algún contenido. En nuestro departamento atenderemos a los siguientes apartados:*

a) Utilización de programas informáticos:

- Se utiliza en procesador de textos para la realización de trabajos, elaboración de fichas de actividades...

- Se emplean hojas de cálculo con el fin de registrar y calcular datos.

-Utilización de programas como Powerpoint y Genially para la elaboración de presentaciones.

b) Internet como fuente de recursos:

- Empleo de una plataforma digital (Teams) para difundir materiales u otro tipo de informaciones a los alumnos. En la misma se proporcionan enlaces a sitios Web para que los alumnos completen la información que se expone en el aula.

- Se realizan visitas a sitios Web con los alumnos dentro del aula de informática o el salón de actos para la visualización de videos o contenidos de carácter curricular.

- Los alumnos realizan trabajos o tareas diarias para las cuales emplean Internet como fuente de información.

c) Elaboración de materiales multimedia:

- Los alumnos utilizarán herramientas web 2.0 para la elaboración de materiales didácticos como son Freemind, prezzi, google drive...

d) Internet como fuente de comunicación:

- Utilización del correo electrónico para la comunicación entre los miembros del Departamento Didáctico.

- Empleo de la página Web del centro para comunicar los integrantes del Departamento, horas de tutoría, programaciones, fechas de pendientes, materiales para la recuperación de la asignatura, enlaces.

- e) Recursos tecnológicos como las cámaras de fotos o video, teléfonos inteligentes o tablets, con la utilización de apps específicas para actividades físicas.

➤ *Desde la Educación física se potenciará la **expresión oral** y la capacidad comunicadora de los alumnos.*

En nuestra área potenciaremos este aspecto no solamente con el bloque de contenidos de índole artística o de expresión (bloque 6), sino en el resto de contenidos. El hecho de que los alumnos deben interactuar constantemente implica una potenciación de la expresión oral, más cuando lo hacen para exponer proyectos o ejercicios. Las exposiciones de trabajos de investigación son también medio utilizado en el departamento para trabajar la capacidad comunicativa de los alumnos.

➤ *Desde nuestra materia se procurará diseñar **secuencias de aprendizaje**, de tal forma que los contenidos de la misma queden interrelacionados, y adquieran un sentido de unidad.*

Partiendo de la idea de que aprender es una actividad interna al discente y dirigida por él mismo, en la orientación y guía de los procesos de aprendizaje, se le permitirá formularse claramente una intención antes de comenzar a actuar, tener medios para identificar el resultado de esta acción y poder modificar los medios de todo tipo utilizados en función del éxito o fracaso de la misma. Es muy interesante facilitar la práctica y la reflexión al alumno, para volver a construir la acción más pensada y ajustada a los fines perseguidos. Se trata de que verbalice y tome conciencia del juego, del aprendizaje, del proceso de sus acciones, de las formas de actuar, de las operaciones utilizadas para realizar las tareas, de los obstáculos encontrados, para que, al tiempo que lleva a cabo las tareas, conozca el porqué y el para qué de ellas, de manera que vaya construyendo, de forma significativa, conocimientos y saberes.

➤ *Esta materia intentará buscar un **desarrollo multidisciplinar** de algunos contenidos, relacionando los propios de su ámbito con los de otras materias afines, diseñando alguna actividad de forma conjunta.*

Está claro que los aprendizajes se construyen sobre aprendizajes previos del mismo ámbito, de las experiencias de los alumnos/as y/o de los aprendizajes adquiridos en otras áreas. Un contenido desarrollado desde distintos ámbitos permite

al alumnado obtener una visión del conjunto más enriquecedora que a su vez va a permitir dar mayor utilidad, sentido y funcionalidad a los aprendizajes. Por esto le queremos otorgar una gran importancia a la interdisciplinariedad, ya que los contenidos de la E.F. pueden tener relación con áreas tan diversas como Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Geografía e Historia, Lengua Castellana y Literatura, Educación Plástica y Visual, Música, Matemáticas, Física, Informática, etc. Desde el departamento queremos potenciar estas relaciones siempre que sea posible.

## B. Estrategias concretas que se pretenden poner en práctica

### a) Trabajo por proyectos:

Reúne muchos de los aspectos anteriormente reflejados por lo que se propone que desde las diferentes materias se utilice este recurso metodológico, en especial en **1º ESO**.

El trabajo por proyectos es una metodología que en Educación física llevamos utilizando en cursos anteriores. Nuestro proceso de enseñanza aprendizaje no solo se basa en un conjunto de tareas individuales, como en un principio pueda parecer, sino en la integración de cada alumno en un conjunto que pueda fomentar la adquisición de las competencias. Por ello, es frecuente ver a los alumnos participando en elaboración de coreografías artísticas, presentaciones de contenidos didácticos, retos conjuntos...

Nuestra metodología va encaminada a una mayor autonomía del alumno donde cada vez sea más protagonista del proceso y él mismo sea capaz de integrar todos los conocimientos. Gracias a esta forma de trabajo, siempre guiado por el profesor, el alumno puede ser más consciente de sus propias limitaciones y adquirir un método más reflexivo que le permita construir su aprendizaje.

a) Aprendizaje cooperativo → Esta metodología utiliza actividades en las que todo el grupo tendrá el mismo objetivo. No serán competitivas, sino que si uno consigue sus objetivos todos lo harán, y viceversa.

### b) Agrupamientos:

Los agrupamientos de alumnos serán flexibles. En función de las circunstancias (alumnos, objetivos, tareas,...) resultará más apropiado uno u otro, de modo que unas veces se fomentará el trabajo individual y otras el trabajo en parejas, pequeños grupos o gran grupo. Con esta variedad se pretende buscar tanto una mayor individualización de la enseñanza como la mejora de las relaciones sociales. También combinaremos la duración de los agrupamientos, proponiendo grupos estables (una U.D., un trimestre,...) y cortos u ocasionales (para una tarea o sesión). En este último caso buscaremos una evolución coherente en los agrupamientos en la sesión para minimizar la pérdida de tiempo (tras una actividad individual se forman parejas, luego grupos de cuatro,...).

La responsabilidad en la creación de grupos no será únicamente del profesor (criterio funcional), ya que en ocasiones los alumnos tendrán la posibilidad de elegir compañeros (aunque el profesor intervendrá poniendo algunas condiciones o en situaciones puntuales si surge algún problema). Así, los criterios para la creación de estos grupos serán:

- Funcionales → Grupos homogéneos o heterogéneos, por disponibilidad de recursos, por necesidades de las actividades, según objetivo, buscando mayor participación, para evitar actitudes sexistas,...



- Condicionados → Se establecerá en cada grupo un mínimo de alumnos con unas características concretas (por ejemplo, 2 alumnos de cada sexo en cada grupo de 7).
- Aleatorios → Los alumnos se agruparán libremente.

Los grupos de nivel (homogéneos en cuanto a capacidades) serán útiles en muchas ocasiones (atención a la diversidad,...), pero también pueden crear sensaciones de “torpeza” en algunos alumnos. La heterogeneidad aportará relaciones más variadas, y la presencia de “modelos” dentro de cada grupo que motiven y ayuden a los compañeros.

- c) Estilos de enseñanza → Dentro del amplio espectro existente utilizaremos variedad de estilos, en función de la situación y la U.D. a tratar (mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, descubrimiento guiado,...).

### C. DECISIONES RELACIONADAS CON LA EDUCACIÓN A DISTANCIA (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Las clases y la comunicación con el alumnado se realizarán a través de Teams, que ya está siendo utilizado en la enseñanza presencial, manteniendo el horario de la enseñanza presencial.
- La parte más práctica de la materia (actividad física) se realizará mediante el envío de explicaciones y vídeos demostrativos, debiendo el alumnado ejecutar los ejercicios y enviar un archivo de vídeo.
- En ocasiones, cuando no se pueda realizar con garantías, la parte práctica se sustituirá por trabajos teórico-prácticos o exposiciones orales en los que el alumno demuestre que sabe cómo se realiza.

### I. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

#### a) Materiales

##### ➤ *Libro de texto.*

Un año más desde el Departamento de Educación Física no consideramos necesario la utilización como material didáctico del libro de texto. El carácter práctico de la asignatura y el cambio anual de uno de los miembros del departamento hace que la implantación de este recurso no sea el más adecuado.

##### ➤ *Materiales elaborados por el profesor.*

Los apuntes propios de la asignatura para su evaluación conceptual serán aportados por el profesor que imparta la materia en cada curso, bien en fotocopias o a través de la plataforma digital.

Ambos recursos serán costeados por los alumnos.

##### ➤ *Recursos TIC.*

La utilización de materiales audiovisuales y plataformas digitales serán los recursos informáticos más utilizados para la realización de actividades. En algunos casos serán para estimular y afianzar el aprendizaje de algunos contenidos y en otros casos servirán como repositorio de contenidos que permitan al alumnado la realización de actividades curriculares específicas.

b) Recursos que se utilizarán

Utilizaremos el gimnasio, las pistas polideportivas y todo el material deportivo disponible en el departamento.

c) Materiales y recursos a utilizar en enseñanza no presencial (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Será necesario un ordenador para el seguimiento de la materia.
- También necesitará el alumno teléfono móvil o cámara para grabar y enviar sus ejercicios.
- No se utilizará material específico de Educación Física, pero en ocasiones se puede requerir al alumno buscar o elaborar algún material para los ejercicios que así lo requieran.

## **J. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

Es perfectamente constatable el hecho de que en el aula no todos los alumnos aprenden 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/as a la hora de aprender. Por ello desde el área de Educación Física pretendemos ayudar al desarrollo del Plan de Atención a la Diversidad del centro a través de las siguientes actuaciones.

### **A. Alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo**

Grupo 2: ANCE → 4 alumnos/as

Grupo 4: Dificultades de aprendizaje → 4 alumnos/as

### **B. Medidas ordinarias**

Estas medidas estarán destinadas a todo el alumnado y con ellas pretendemos adecuar el currículo a las características individuales de nuestros alumnos con objeto de proporcionar una atención individualizada en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

#### **➤ MEDIDAS PREVIAS**

En la programación de las UD a realizar durante el curso se ha tenido en cuenta la variedad de los contenidos y de Uds. de modo que atendamos a las diferencias en los gustos e intereses de todos los alumnos y alumnas. Asimismo hemos pretendido incorporar Uds. novedosas y motivantes para todos/as. Hemos seleccionado contenidos variados que permitan a cada cual encontrar sus afinidades e intereses, valorando en qué medida los contenidos que proponemos refuerzan o benefician a una parte del alumnado en función de sus experiencias previas, género, nivel de competencia motriz, procedencia cultural, etc., para buscar propuestas diversas que equilibren situaciones socialmente construidas en torno al cuerpo y la motricidad.

#### **➤ LAS ADAPTACIONES CURRICULARES NO SIGNIFICATIVAS**

En Educación Física disponemos de una gran variedad de posibilidades para hacer adaptaciones curriculares con las que atender a la diversidad de los alumnos. Sin interrumpir el desarrollo normal de la clase se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos determinados mientras el resto de la clase realiza otras

tareas que se les ha asignado, hacer que los alumnos de mayor nivel colaboren en el aprendizaje de los que tienen un nivel inferior etc.

Estas adaptaciones deben prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.

*a) En los estándares de aprendizaje.*

- Priorización de los estándares
- Variando la temporalización de los mismos.
- Seleccionando los “mínimos”.

*b) En determinados contenidos.*

Los contenidos vinculados a la Condición física y el desarrollo de las CFB. No se utilizarán como elemento discriminador, sino orientador. Estableceremos pruebas con un carácter criterial e informativo que valoren el nivel de progresión del alumno/a en función de la práctica y del esfuerzo realizado.

En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo (Acrosport). Estableceremos ayudas a la progresión para disminuir el nivel de incertidumbre en los alumnos/as con más problemas, no forzando nunca a la realización de un ejercicio.

En la enseñanza de algunas técnicas deportivas. Plantearemos problemas motores con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno/a pueda adaptar las respuestas a sus características. Son muchas las razones que nos aconsejan no buscar una aproximación fiel a los modelos técnicos teóricos.

En los juegos y deportes colectivos, valoraremos el nivel de participación en las tareas e iniciaremos la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante (la búsqueda de respuestas o soluciones por encima del dominio de la técnica). Evitaremos los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos, variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.

En las actividades de ritmo y expresión. Propondremos actividades motivantes al inicio, asentando el respeto al otro como base de trabajo, creando un clima de espontaneidad y distensión, dejando libertad a los alumnos/as y respetando cualquier idea que pongan de manifiesto, aceptándolas todas pues se parte de la premisa que cualquiera de ellas es válida, desarrollaremos los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos, evitando el direccionismo y la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.

*c) En la evaluación:*

- Utilizaremos sistemas de evaluación en los que cada uno se responsabilice de su evolución personal, huyendo de evaluaciones comparativas que refuercen las desigualdades.
- Diversificaremos los procedimientos de evaluación, adecuando los tiempos y criterios a los alumnos.
- Seleccionaremos criterios específicos de evaluación.
- Estableceremos criterios de evaluación graduados. Por un lado, podemos establecer criterios de evaluación mínimos, y por otro, algunos de ampliación que valoren los distintos niveles de aprendizaje

- Modificación de los instrumentos y procedimientos.

d) *En la metodología.*

Disponemos de multitud de recursos para atender a la diversidad de los alumnos. Partiendo de una enseñanza individualizada (facilitada por una metodología basada en la asignación de tareas), se puede organizar a los alumnos por grupos de nivel o de intereses, desdoblarse los grupos para trabajar con un número menor de alumnos, atender por separado a un alumno o grupo de alumnos que en un momento determinado lo necesite mientras los demás continúan realizando su trabajo. Utilizaremos como fórmula de funcionamiento habitual distintos agrupamientos (parejas, pequeños grupos, grandes grupos) que potencien los contactos con personas de diferente género, capacidad, habilidad, personalidad, cultura, etc. Se pretende que se acostumbren a la originalidad corporal y motriz de otros/as.

e) *Adaptaciones según el tipo de necesidad:*

e.1) Alumnos/as con discapacidad física grave y permanente. Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Si los ejercicios perjudiciales para su salud pueden ser sustituidos por otros, el profesor/a diseñará nuevos ejercicios y actividades adaptadas a ese alumno.

Si el alumno no puede llevar a cabo las actividades físicas esenciales de una unidad didáctica, realizará durante la hora de clase otras actividades teórico-prácticas relacionadas con el tema de esa unidad que se reflejarán en el Informe de Progresos y que serán evaluadas como cualquier otra actividad.

Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

-Realización de trabajos- fichas relacionados con los contenidos que se están trabajando, para posteriormente exponerlos ante sus compañeros (lo cual otorga un carácter práctico y de utilidad a la tarea).

-Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.

-Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...

-Colaboración con el profesor.

Queda a criterio del profesor/a pedir al alumno/a que compre un libro de texto de EF cuando su lesión o enfermedad le impidan hacer una amplia cantidad de contenidos de tipo práctico.

e.2) Alumnos/as con discapacidades transitorias y/o contraindicadas para un determinado tipo de contenido. Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos/as que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood Schlater, soplo fisiológico, escoliosis, asma) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo).

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado.

Para los alumnos/as que padezcan una discapacidad transitoria (lesionados temporales), proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca. Intentaremos que mientras dure esa lesión o enfermedad el alumno/a desarrolle los trabajos precisos en clase o en casa para que pueda acceder a los

contenidos tratados por vías diferentes: colaborando con el profesor en el desarrollo de las sesiones, ayudando a sus compañeros en la medida de sus posibilidades, anotando las clases por escrito en fichas prediseñadas, realizando trabajos sobre los contenidos tratados, etc.

➤ *MEDIDAS DE APOYO DESDE EL ÁREA A LOS ALUMNOS DE INTEGRACIÓN TARDÍA*

- Proporcionaremos al alumno o alumna la información necesaria sobre el área, instalaciones, las normas y todo aquello que facilite su desenvolvimiento y su autonomía.

- Durante los primeros días de manera especial, para que se relacione con los compañeros y compañeras del grupo, propondremos cada día un alumno de referencia que le acompañara y le ayudará.

- En caso de que desconozca el castellano reforzaremos las explicaciones con imágenes, iconos, gestos y en algunos casos le daremos información y fichas en su propio idioma.

- Realizaremos un seguimiento del proceso de adaptación del alumno o alumna y de su proceso de aprendizaje.

- Fomentaremos de la participación del alumnado inmigrante en las actividades extraescolares del centro.

➤ *MEDIDAS DE APOYO A LA PREVENCIÓN Y CONTROL DEL ABSENTISMO ESCOLAR*

- Fomentaremos aquellas actividades extraescolares fuertemente motivadoras.

- Utilizaremos refuerzos positivos

- Se incluirán elementos interculturales (tradiciones, juegos, celebraciones...) que favorezcan la inmersión en nuestra cultura.

- Reflejaremos en cada sesión las faltas de asistencia y las comunicaremos.

➤ *MEDIDAS DIRIGIDAS A LOS ALUMNOS CON DESVENTAJAS SOCIOEDUCATIVAS, ALUMNOS CON DIFICULTAD DE INSERCIÓN ESCOLAR Y ALUMNOS CON PROBLEMAS DE CONVIVENCIA*

- Profundización de la educación en valores,

- Realización de actividades que favorezcan el conocimiento mutuo y la cohesión del grupo.

- Favoreceremos un clima social de convivencia, respeto y tolerancia.

- Fomentaremos el respeto mutuo como valor fundamental.

C. Medidas especializadas

1º B:

Tenemos un alumno con dificultades de aprendizaje. Para las explicaciones los tendremos siempre cerca, utilizaremos la pizarra para ver gráficamente los ejercicios y les preguntaremos al comenzar la actividad si lo han comprendido. Para los trabajos a realizar en casa daremos material de apoyo en caso de ser necesario y haremos un seguimiento en cada clase del progreso de esas tareas.

1º C:

Tenemos tres alumnos con dificultades de aprendizaje. Para las explicaciones los tendremos siempre cerca, utilizaremos la pizarra para ver gráficamente los ejercicios y les preguntaremos al comenzar la actividad si lo han comprendido. Para los trabajos a realizar en casa daremos material de apoyo en caso de ser necesario y haremos un seguimiento en cada clase del progreso de esas tareas.

- **ACTIVIDADES Y RECURSOS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DE FORMA NO PRESENCIAL (PLAN DE CONTINGENCIA)**

Se realizarán sesiones online personalizadas para aquellos alumnos que lo requieran.

## **K. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE**

### **A. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje**

#### **a. Perfil de materia**

- i. Listado de estándares de aprendizaje: Se muestran en la el apartado E.
- ii. Determinación de los estándares de aprendizaje básicos: Se muestran en la el apartado E.

#### **b. Contribución al perfil competencial**

- i. Relación de los estándares de aprendizaje con las Competencias Clave.

### **B. Instrumentos de evaluación**

- a. Instrumentos que se van a utilizar: Hoja de observación, prueba práctica, trabajo de investigación, prueba oral, prueba escrita.
- b. Relación con los estándares de aprendizaje.
- c. Otros aspectos:

El artículo 5 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que serán los estándares de aprendizaje evaluables, como elementos de mayor concreción, observables y medibles, los que, al ponerse en relación con las competencias clave, permitirán graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas.

A su vez el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que tanto en la evaluación continua, como en las evaluaciones finales en las diferentes etapas educativas, deberá tenerse en cuenta el grado de dominio de las competencias a través de:

- Procedimientos de evaluación.
- Instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos.

En relación a los procedimientos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece, que el profesorado debe utilizar procedimientos de evaluación variados para facilitar la evaluación del alumnado como parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje, y como una herramienta esencial para mejorar la calidad de la educación, y menciona la observación sistemática del trabajo de los alumnos, el análisis de documentos tales como las pruebas orales y escritas, el portfolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase. Así mismo en la ORDEN EDU/362/2015

de Castilla y León se especifica que “las pruebas de evaluación que se desarrollen en las diferentes materias incluirán pruebas orales, las cuales tendrán su reflejo, según la materia, en su calificación”.

Con respecto a los instrumentos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, dispone que los niveles de desempeño de las competencias se podrán medir a través de indicadores de logro, tales como rúbricas o escalas de evaluación.

Asimismo el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, hace referencia a que es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación. Estos modelos de evaluación favorecen el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En nuestro caso, los instrumentos de evaluación que podemos utilizar vienen descritos en los primeros anexos y temporalizados por trimestres, los cuales pasamos a explicar a continuación:

➤ *Técnicas de análisis de desempeño.*

-*Trabajo de Investigación:* Se trata de una modalidad de Proyecto en el que se plantea el estudio de un problema a nivel teórico y donde la información para abordarlo se encuentra fundamentalmente en materiales impresos, audiovisuales o electrónicos.

En los trabajos de investigación, por lo general, el docente ofrece el tópico por investigar. La capacidad principal que se pretende evaluar con esta técnica es la de obtener información y la de saber organizarla de cierto modo para que tenga sentido de acuerdo al objetivo planteado al inicio del proyecto. Todo proceso investigativo culmina con la realización de un informe final. Este documento será el determinante del grado de consecución del objetivo planteado. En él, el alumno deberá plasmar toda la capacidad de análisis y síntesis como investigador.

➤ *Técnicas de observación*

-*Escala de Actitudes – Hoja de observación:* Es una lista de enunciados o ítems para medir un aprendizaje relacionado con contenidos actitudinales (disposición positiva, negativa o neutral), ante otras personas, objetos o situaciones.

A nivel práctico, el profesor debe identificar una serie de indicadores de cada estándar de aprendizaje que sea evaluado mediante este instrumento. Estos indicadores se convertirán en los elementos a observar por parte del profesor. Posteriormente se debe definir la escala y sus criterios. En nuestro caso los valoramos a través de registros positivos o negativos cuando surge el comportamiento.

➤ *Técnicas de rendimiento*

Las técnicas de rendimiento o experimentación son procedimientos que tratan de ahondar en los rendimientos pedagógicos. Son técnicas que objetivan, en buena medida, los datos procedentes de la observación del profesor, ya que miden lo que el alumno puede saber y saber hacer por haberlo aprendido después de un proceso determinado. Los instrumentos que en nuestro caso relacionaremos con estas técnicas los clasificaremos en 3 tipos: Pruebas Escritas, Pruebas Orales y Pruebas de Ejecución.

-*Prueba Escrita:* La diversidad de pruebas escritas que existen es muy amplia. Si bien se pueden clasificar según la objetividad de la misma, el modo en el que se confecciona o la demanda que se espera del alumno, en nuestro caso incluiremos en

este tipo de instrumento aquellas que son de tipo verdadero- falso, preguntas cortas o elección múltiple.

- *Prueba Oral*: Nos permiten valorar la propiedad en el empleo de la terminología, la interpretación que el alumno hace de la información, así como la generalización y organización de datos del evaluado. Nuestra prueba se basará en una exposición del trabajo de investigación y la contestación cerrada de cada pregunta que pueda surgir al profesor.

- *Prueba Práctica*: Las pruebas prácticas exigen que el alumno realice una tarea poniendo de manifiesto la eficacia de lo aprendido. Las posibilidades son muy amplias, si bien vamos a diferenciar dos tipos de pruebas prácticas que puedan cubrir las diferentes posibilidades de las diferentes áreas del conocimiento.

1. Prueba de Ejecución: Cualquier tarea práctica podría considerarse como una prueba de ejecución, ya que son abiertas y no sólo importa el resultado, el proceso también puede y debe ser valorado.

2. Test: Situación experimental estandarizada. Se evalúa mediante comparación estadística con otros individuos colocados en la misma situación, es decir, mediante un baremo. Sirve para predecir el rendimiento y verificar la evolución del mismo.

#### C. Momentos de la evaluación

- a. En qué trimestre se evalúa cada estándar de aprendizaje.

#### D. Criterios de calificación

- a. Peso o valor (%) de cada estándar de aprendizaje.
- b. Peso o valor (%) de cada instrumento de evaluación.
- c. Otros aspectos:

Ausencias justificadas trimestralmente. Aquellos alumnos que no hayan podido acudir a clase de una manera justificada durante más del 20% de las clases o acudiendo no puedan seguir el mismo ritmo de clase con los procedimientos de evaluación establecidos para los demás, se adaptará la evaluación en función de las circunstancias a través de una pruebas escritas, trabajos teórico-prácticos o trabajos de investigación. Si las ausencias justificadas corresponden a más del 50% de una misma UUD el alumno deberá ser evaluado con el instrumento que considere el profesor.

Aspectos actitudinales. Los alumnos con dos partes de incidencias que hayan sido expulsados por alterar gravemente el desarrollo de las clases tendrán una calificación negativa. Se tendrá en cuenta la entrega de fichas y trabajos por parte del alumno. Aquellos alumnos que no entreguen dichos instrumentos de evaluación serán evaluados con un suspenso. Y por último, en cuanto a la indumentaria y normas básicas en el gimnasio, los alumnos podrán tener una calificación negativa si no atienden a los criterios que marque cada profesor al inicio de curso.

#### E. Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes en modalidad a distancia (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Sólo se modificarán algunos aspectos destinados a evaluar aprendizajes prácticos, siempre y cuando no se puedan llevar a cabo desde casa. En estos casos se sustituirán las pruebas prácticas como instrumentos de evaluación por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas.



- La hoja de observación de la parte actitudinal (aspectos derivados de la clase presencial) se eliminará.

## **L. MEDIDAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA MATERIA DURANTE EL CURSO**

### a) Actividades de refuerzo

Si fuese necesario se proveerá al alumno de las actividades y materiales necesarios para facilitar su recuperación.

### b) Proceso de evaluación para la recuperación

La evaluación es continua, por lo que el alumno supera una evaluación suspensa si en las siguientes demuestra haber superado los estándares que no hubiese alcanzado, ya sea con los contenidos de esa evaluación o con pruebas específicas (escritas, prácticas,...).

Aquel alumnado que no haya superado la evaluación de la asignatura en junio deberá presentarse a la **convocatoria extraordinaria de Septiembre**. Para esta prueba se tendrá en cuenta el perfil de materia y los estándares básicos.

El perfil de materia viene determinado por un listado de estándares de aprendizaje que están recogidos en los diferentes anexos en formato Excel de los cuales, aquellos que están marcados en formato negrita son los estándares básicos, es decir, son aquellos que el departamento de E.F ha valorado que sin su adquisición la asignatura no puede ser superada

### c) Actividades de recuperación a realizar de forma no presencial (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Se realizarán clases online de revisión de contenidos para la recuperación.
- Los aspectos prácticos se recuperarán con archivos de vídeo cuando se pueda realizar dicha práctica, siendo sustituidos por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas cuando no se pueda.
- Los aspectos más teóricos se recuperarán mediante un examen (a través de un cuestionario).

### 3. EDUCACIÓN FÍSICA 2º E.S.O.

#### A. CONTRIBUCIÓN AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DE LA ETAPA:

<i>Objetivos ESO (Pág. 6 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>	<i>Grado de contribución</i>		
	Bajo	Medio	Alto
<b>1. En relación con el ejercicio de la ciudadanía democrática:</b>			
a. Asumir sus deberes y obligaciones.			
b. Ejercer sus derechos respetando siempre a los demás.			
c. Practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad.			
d. Participar en la toma de decisiones consensuadas.			
<b>2. En relación con la evolución personal y académica:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Generar mecanismos de autocontrol y disciplina.			
b. Consolidar hábitos de estudio.			
c. Desarrollar y consolidar hábitos de trabajo individual y en grupo.			
d. Desarrollar el espíritu emprendedor.			
e. Desarrollar la capacidad para aprender a aprender.			
f. Desarrollar la toma de decisiones y la asunción de responsabilidades.			
<b>3. En relación con la igualdad entre hombres y mujeres:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Respetar las diferencias.			
b. Fomentar la igualdad de derechos y oportunidades.			
c. Rechazar cualquier tipo de discriminación y de comportamiento sexista.			
<b>4. En relación con el desarrollo de su personalidad:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Fortalecer su afectividad.			
b. Mostrar confianza y seguridad en sí mismo.			
c. Evitar comportamientos de soledad, rebeldía o fuga de la realidad.			
d. Utilizar la práctica deportiva como medio favorecedor de su desarrollo.			
<b>5. En relación con su desarrollo social y el trato hacia los demás:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Fortalecer sus capacidades afectivas.			
b. Rechazar la violencia y los prejuicios de cualquier tipo.			
c. Resolver pacíficamente los conflictos.			
d. Utilizar la práctica deportiva como medio integrador y de relación social.			
<b>6. En relación con el campo de las tecnologías:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las tecnologías, en especial aquellas que se utilizan como fuentes de información.			
b. Adquirir nuevos conocimientos a través de ellas.			
c. Desarrollar un sentido crítico en el uso de las TIC.			
d. Conocer los riesgos, límites legales y consecuencias de su mala utilización.			
<b>7. En relación con el conocimiento científico:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Concebirlo como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas.			
b. Analizar con sentido crítico la percepción y explicación de sucesos de la vida cotidiana.			
<b>8. En relación con la lengua castellana y la literatura:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Comprender y expresar, oralmente y por escrito, textos y mensajes			

complejos.			
b. Iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.			
<b>9. En relación con las lenguas extranjeras:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Comprender y expresar, verbalmente y por escrito, textos y mensajes sencillos, en lengua inglesa.			
b. Iniciarse en la comprensión y expresión, verbalmente y por escrito, de textos y mensajes sencillos en lengua francesa.			
<b>10. En relación con la historia y la cultura:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer los aspectos básicos de la historia mundial y de España.			
b. Conocer los aspectos más arraigados y determinantes de la historia y la cultura de Castilla y León.			
c. Valorar y respetar la diversidad a nivel cultural existente en el entorno de Medina de Rioseco.			
d. Conocer, valorar y respetar el patrimonio artístico y cultural.			
<b>11. En relación con el propio cuerpo:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer su funcionamiento.			
b. Adquirir hábitos de cuidado y salud corporal, mejorando las condiciones de vida propias.			
c. Utilizar la educación física y la práctica deportiva como medio para su mejora y cuidado.			
<b>12. En relación con las demás personas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Respetar las diferencias con uno mismo y entre los demás.			
b. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad.			
c. Valorar críticamente los hábitos de los demás relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y del medio ambiente.			
<b>13. En relación con el resto de seres vivos:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Contribuir a su cuidado.			
b. Rechazar los hábitos perjudiciales de interacción humana.			
<b>14. En relación con el medio ambiente:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocerlo e interactuar con él.			
b. Contribuir a su conservación y mejora.			
<b>15. En relación con las manifestaciones artísticas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Apreciar y valorar las diferentes formas de creación artística.			
b. Comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas.			
c. Utilizar diversos medios de expresión y representación.			

## **B. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO COMPETENCIAL DEL ALUMNADO:**

### **Comunicación Lingüística (CL):**

*Implica la capacidad de comunicarse en diversos contextos o situaciones de usos de la lengua, a través de distintas modalidades, formatos y soportes tanto orales como escritos y que abarcan distintas destrezas referidas a los cinco componentes fundamentales de esta capacidad.*

*En la comunicación en lenguas extranjeras, el desarrollo de estas competencias*

proporcionará destrezas básicas referidas a la comprensión, la expresión y el contexto tanto de la comunicación oral como de la escrita.

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CL:

<b>Comunicación Lingüística</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Expresión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Entonación.		X
b. Registro contextualizado.		X
c. Selección de vocabulario.		X
d. Dicción.		X
e. Fluidez.		X
<b>2. Comprensión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Escucha activa y participativa.	X	
b. Escucha respetuosa.	X	
<b>3. Expresión Escrita:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Orden en la información de oraciones.		X
b. Creación de textos adecuados a las necesidades de comunicación.		X
c. Expresarse con precisión.	X	
d. Caligrafía.		X
e. Utilización correcta de los signos de puntuación.		X
f. Adecuación de lo escrito a lo que se quiere transmitir.		X
g. Ortografía.		X
<b>4. Comprensión Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal y de las secundarias.		X
b. Interpretación de palabras por el contexto.		X
c. Uso adecuado del diccionario y otras fuentes.		X
<b>5. Fluidez Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>

a. Velocidad de lectura.		X
b. Fidelidad de lo leído con lo escrito.		X
c. Entonación.		X
<b>6. Vocabulario:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Riqueza.		X
b. Precisión.		X
c. Manejo de sinónimos.		X
d. Evitar redundancias y coletillas o muletillas.		X
<b>7. Capacidad de síntesis:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal.	X	
b. Establecimiento de relaciones lógicas de los textos.		X
<b>8. Gramática:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Reglas y principios.		X
<b>Comunicación Lingüística</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>4</b>	<b>Nº NOES</b> <b>23</b>

### **Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología (CMCT):**

*La Competencia Matemática es la capacidad para aplicar el razonamiento matemático y sus herramientas para describir, interpretar y predecir distintos fenómenos en su contexto.*

*Las Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología significan el Acercamiento al mundo físico y a la interacción responsable con él desde acciones a la conservación y mejora del medio natural, importantes para un desarrollo sostenible.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CMCT:

<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b>  (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Método Científico:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>

a. Observación, recogida, utilización e interpretación de datos.	X	
b. Hipótesis.		X
c. Experimentación.		X
d. Comprobación.		X
e. Búsqueda de soluciones y toma de soluciones.		X
<b>2. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.		X
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.		X
c. Estadística y probabilidad.		X
d. Geometría.		X
e. Medidas.		X
<b>3. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.		X
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.		X
<b>4. Cálculo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Operaciones manipulativas y mentales.		X
b. Estimaciones.		X
<b>5. Razonamiento:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Planteamiento de problemas.	X	
b. Resolución de problemas.	X	
<b>6. Ciencia y Tecnología</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Interacción con el entorno físico, biológico, tecnológico y medioambiental.		X
b. Conocimiento del entorno..		X
c. Preservación y respeto del entorno.		X

<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>3</b>	<b>Nº NOES</b> <b>16</b>
<b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>		

**Competencia Digital (CD):**

*Aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las TIC. Supone la adecuación a los cambios que introducen las TIC para ser competente en un entorno digital.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CD:

<b>Competencia Digital</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Hardware:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Componentes centrales.		X
b. Periféricos.		X
<b>2. Software:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Búsqueda eficaz de la información.	X	
b. Comprensión de la información.	X	
c. Análisis crítico de la información.	X	
d. Comunicación digital: medios y uso social de los mismos.		X
e. Creación de contenidos en diferentes formatos.	X	
f. Autoría y derechos de autor.		X
<b>3. Seguridad TIC:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Normas de uso.		X
b. Seguridad de uso.		X
c. Riesgos y prevención.		X
d. Protección de datos.		X

<b>Competencia Digital</b> N.º ITEMS SEÑALADOS	<b>Nº SÍES</b> 4	<b>Nº NOES</b> 8
---	---------------------	---------------------

**Aprender a Aprender (AA):**

*Habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje y gestionar el tiempo y la información convenientemente.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la AA:

<b>Aprender a Aprender</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
<b>1. Planificación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Establecimiento de objetivos alcanzables.	X	
b. Organización del aprendizaje en tiempos adecuados.	X	
c. Gestión y organización de recursos.	X	
d. Estrategias para afrontar la tarea.	X	
<b>2. Investigación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Sentido crítico.		X
b. Gestión positiva de los éxitos y los fracasos.	X	
c. Reflexión sobre los procesos de aprendizaje propios.	X	
<b>3. Evaluación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Valoración y respeto del trabajo propio.	X	
b. Valoración y respeto del trabajo de los demás.	X	
c. Superación de dificultades.	X	
d. Valoración positiva de los errores propios y ajenos como fuente de aprendizaje y mejora.	X	



<b>Aprender a Aprender</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>10</b>	<b>Nº NOES</b> <b>1</b>
--	-----------------------------	----------------------------

**Competencias Sociales y Cívicas (CSC):**

*Capacidad de empatizar, aceptar las diferencias, ser tolerante, respetar los valores, las creencias y las culturas propias y ajenas.*

*Habilita a las personas para participar plenamente en la vida cívica, social y profesional.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la **CSC**:

<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Autonomía, Socialización y Educación Emocional:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Trabajo grupal.	X	
b. Relaciones interpersonales.	X	
c. Relaciones intrapersonales	X	
d. Gestión de normas.	X	
e. Gestión de conflictos.	X	
f. Toma de decisiones.	X	
g. Aceptación de uno mismo.	X	
h. Aceptación de los demás.	X	
<b>2. Igualdad:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Prevención de la violencia de género.	X	
b. Respeto de las diferencias.	X	
<b>3. Cuidado de uno mismo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Alimentación y salud.	X	
b. Educación vial.		

c. Seguridad en uno mismo.	X	
d. Autoestima.	X	
<b>4. Uso de las Redes Sociales:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Respeto de valores y conciencia de límites.		X
b. Análisis crítico y responsable de la información.		X
<b>5. Globalización:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Educación política.		X
b. Procesos migratorios.		X
c. Conflictos bélicos.		X
<b>6. Educación ambiental:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Desarrollo sostenible.		X
b. Ecología.		X
<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>13</b>	<b>Nº NOES</b> <b>7</b>

**Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIEE):**

*Capacidad para transformar las ideas en actos. Disponer de la habilidad para aceptar y apoyar esos cambios. Tener la actitud necesaria para asumir riesgos y aceptar responsabilidades. Ser creativo y saber manejar la incertidumbre.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Autonomía:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Capacidad creadora y de innovación.	X	
b. Sentido de la responsabilidad.	X	
c. Capacidad para trabajar individualmente.	X	
d. Capacidad de asunción y gestión de riesgos.		X

e. Manejo de la incertidumbre.	X	
<b>2. Búsqueda de información:</b>		
a. Sentido crítico para seleccionar información.		X
b. Manejo de diversas fuentes.		X
<b>3. Organización:</b>	X	
a. Liderazgo.	X	
b. Trabajo en equipo.	X	
c. Distribución de los tiempos.		X
d. Orden y presentación en la entrega de tareas.		X
<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>9</b>	<b>Nº NOES</b> <b>3</b>

#### Conciencia y Expresiones Culturales (CEC):

*Implica conocer, comprender, apreciar y valorar de forma crítica, abierta y respetuosa las diferentes manifestaciones culturales y artísticas. Implica utilizar los distintos códigos artísticos y culturales como medio de comunicación y expresión personal. Implica manifestar interés en la vida cultural y la conservación del patrimonio.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CEC:

<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Conciencia Cultural:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Espíritu crítico.		X
b. Conocimiento de géneros, técnicas, estilos y códigos artísticos.	X	
c. Interés, aprecio y respeto por las obras artísticas.		X
d. Disfrute de obras artísticas.		X
e. Promoción de la actividad cultural.		X

<b>2. Expresión cultural:</b>		
a. Creatividad e iniciativa cultural.		X
b. Resolución de problemas.	X	
c. Asunción de riesgos.		X
d. Comunicación de ideas a través del arte.	X	
<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b>	<b>Nº SÍES</b>	<b>Nº NOES</b>
<b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>3</b>	<b>6</b>

### C. CONTENIDOS DE LA MATERIA

Contenidos de la materia.

A continuación, se muestran todos los contenidos de la materia, resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

#### Bloque 1. Contenidos comunes

**Identificación de información relevante, desechando la complementaria y superficial.**

**Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.**

#### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

**Condición física. Capacidades físicas relacionadas con la salud. Acondicionamiento general.**

**La fuerza. Generalidades. Clases. Ejercicios básicos de iniciación al trabajo de fuerza.**

La velocidad. Generalidades. Clases. Ejercicios básicos de iniciación al trabajo de velocidad de reacción y desplazamiento.

**Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardiaca: Toma de pulsaciones.**

Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones

**El calentamiento: fases. Ejecución de ejercicios aplicados al calentamiento general. La vuelta a la calma.**

**Higiene postural: Aplicaciones prácticas. Creación de hábitos y actitudes preventivas.**

Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a su mejora con un trabajo adecuado.

Valoración de hábitos y conductas positivas y discriminación de las negativas (sedentarismo, drogodependencias...), fundamentalmente las relacionadas con las enfermedades de origen cardiovascular.

Valoración de los efectos positivos del calentamiento, la vuelta a la calma y la correcta realización del ejercicio físico para prevenir lesiones.

### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

#### **Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse.**

Fases del modelo técnico.

#### **Juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos, principios tácticos básicos y reglamentarios de una o varias actividades físico-deportivas de oposición.**

Automatización de gestos técnicos básicos de las actividades desarrolladas.

Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento.

Necesidad y sentido de las normas.

Distribución racional de las fuerzas a lo largo de la competición.

Disposición favorable hacia la autoexigencia y superación de las propias limitaciones.

### Bloque 4. Situaciones de cooperación

Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento.

Automatización de gestos técnicos básicos e identificación de elementos reglamentarios de las actividades propuestas.

Puesta en práctica de los conocimientos adquiridos en situaciones reales de juego.

Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución de los demás.

Los valores en el deporte y la actividad física.

Interiorización y aplicabilidad.

#### **Valoración del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, respectivamente, como marco de relación con los demás.**

### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

#### **El senderismo. Tipos de sendero, normas básicas para su práctica, material necesario. Señales de rastreo.**

Conocimiento, aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural en la realización de actividades de orientación. Identificación y prevención de las contingencias propias del medio natural.

Práctica de normas básicas de protección y mejora del medio ambiente próximo en la realización de actividades en el entorno natural.

### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. La conciencia corporal.

Aplicación a las actividades expresivas.

#### **Combinación de movimientos teniendo en cuenta las variables de espacio, tiempo e intensidad.**

Actividades encaminadas al dominio, al control corporal y a la comunicación con los demás: los gestos, las posturas y la voz.

Valoración de la capacidad y de los usos expresivos y comunicativos del cuerpo.

a) Listado de Unidades Didácticas.

UU.DD	2ºESO	CONTENIDOS	SESIONES
<b>1º TRIMESTRE</b>			
1	EL CALENTAMIENTO	<p>El calentamiento: Concepto</p> <p>Fases del calentamiento general y batería de ejercicios de cada una de ellas.</p> <p>Grupos musculares y articulares implicados en cada una de las fases del calentamiento general</p> <p>Juegos de calentamiento</p>	6
2	TEST DE CONDICIÓN FÍSICA	Pruebas y test de condición física de las 4 capacidades físicas básicas.	2
3	RESISTENCIA	<p>Resistencia: Concepto y tipos.</p> <p>Métodos continuos para el trabajo de la resistencia: Carrera Continua y Circuito.</p> <p>Pruebas para valorar el progreso y mejora de la CFB de resistencia</p>	7
4	COLPBOL	<p>Aspectos reglamentarios básicos.</p> <p>Ejecución de los diferentes gestos técnicos.</p>	6
<b>2º TRIMESTRE</b>			
5	FUERZA E HIGIENE POSTURAL	<p>Fuerza: Concepto y tipos.</p> <p>Realización de ejercicios de fuerza con autocarga</p> <p>Higiene postural: Aplicaciones prácticas.</p> <p>Creación de hábitos y actitudes preventivas.</p>	5
6	RITMO Y EXPRESIÓN	<p>Actividades encaminadas a la desinhibición del alumnado en las actividades rítmico-expresivas.</p> <p>Creación de una secuencia de pasos ajustados a un ritmo prefijado.</p>	5
7	ATLETISMO: SALTOS Y LANZAMIENTOS	<p>Aspectos reglamentarios básicos.</p> <p>Ejecución de los diferentes gestos técnicos.</p>	4
8	BÁDMINTON	<p>Aspectos reglamentarios básicos.</p> <p>Ejecución de los diferentes gestos técnicos.</p>	5

3º TRIMESTRE			
9	PARKOUR	Realización de habilidades motrices básicas Normas básicas de seguridad.	3-4
10	BALONCESTO	Aspectos reglamentarios básicos. Ejecución de los diferentes gestos técnicos.	5
11	ORIENTACIÓN	La orientación. Generalidades. Medios naturales de orientarse. Normas de seguridad. El senderismo. Tipos de sendero, normas básicas para su práctica, material necesario. Señales de rastreo. Respeto del medio.	4
12	JUEGOS TRADICIONALES	Conocimiento de diferentes juegos. Práctica y organización de ejercicios	4
12	CUERPO, GESTO Y MOVIMIENTO	Conocimiento y práctica con los posibles usos de cuerpo, gesto y movimiento. Elaboración de una composición.	4-5

#### D. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

A continuación se muestran todos los criterios de evaluación de la materia, resaltando en **negrita** aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

##### Bloque 1. Contenidos comunes

1. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

##### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

**2. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.**

**3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.**

**4. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.**

### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

### Bloque 4. Situaciones de cooperación

1. Resolver situaciones motrices de colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.
- 2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.**

### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
- 2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.**
3. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

- 1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.**

## **E. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE**

A continuación se muestran todos los estándares de aprendizaje de la materia, resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

### Bloque 1. Contenidos comunes

**1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.**

1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.



2.1 Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo.

**2.2 Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.**

2.3 Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

2.4 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

**3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.**

3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

**3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.**

3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

4.1 Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

**4.2 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.**

### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

**1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.**

1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico

1.4 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.

2.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

### Bloque 4. Situaciones de cooperación

1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

1.2 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

**2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.**

2.3 Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

**1.1. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.**

**2.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.**

2.2 Respetar el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.

3.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

3.2 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas en un entorno no estable.

### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

1.1 Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

**1.2 Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.**

1.3 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

## **F. CONTENIDOS TRANSVERSALES**

Los elementos transversales que se han de tener en cuenta son los establecidos en el artículo 6 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre. Muchos de ellos se definen como obligatorios durante la etapa, que son: comprensión lectora (CL), expresión oral y escrita (EOE), comunicación audiovisual (CA), tecnologías de la información y la comunicación (TIC), espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial (EEIE), educación cívica y constitucional (ECC).

Desde nuestro departamento entendemos que no todos los temas transversales tienen una relación directa con nuestra materia, por ello concretamos también algunos otros y en particular nos centraremos en los siguientes:

- El desarrollo sostenible y el medio ambiente (DSMA).
- El desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres (DIEHM).
- La prevención de la violencia de género (PVG).
- La actividad física y la dieta equilibrada como parte del comportamiento juvenil (AFDE).

En la siguiente tabla se muestra su el trabajo de cada uno de todos estos contenidos transversales en el presente curso.

## G. MEDIDAS QUE PROMUEVEN EL HÁBITO DE LECTURA

### a) Propuestas y actividades

Proponer artículos de interés extraídos de periódicos, revistas,... y elementos digitales (páginas web, plataformas digitales) con contenidos propios del área. Dinamización del tablón de anuncios del gimnasio, mediante la exposición en el mismo, de artículos de actualidad, aportados tanto por el profesor, como por los alumnos/as.

### b) Unidades didácticas

U.D.5. Acondicionamiento físico (Fuerza) → Artículo sobre trabajo de fuerza en adolescentes.

U.D.12. Juegos tradicionales y populares en Castilla y León → Artículo sobre los juegos populares y tradicionales practicados en Castilla y León.

### ➤ Contribución del plan a la adquisición de las competencias clave.

El plan de fomento a la lectura se caracteriza por desarrollar principalmente, la competencia en comunicación lingüística gracias a un aprendizaje de un vocabulario específico y a la comprensión de textos relacionados con el ámbito deportivo.

Igualmente, la competencia de aprender a aprender estará muy presente también puesto que muchos de los artículos y textos describen habilidades, destrezas y ejercicios para su posterior puesta en práctica o para ampliar contenidos abordados durante las clases.

Finalmente, la competencia social y ciudadana estará perfectamente desarrollada en este plan, gracias a la lectura y análisis de textos relacionados con la sociología del deporte que dan una visión muy cercana de la problemática que envuelve el mundo de lo físico, corporal y deportivo.

## H. METODOLOGÍA DIDÁCTICA

### A. Principios metodológicos

Contenido / U.D.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
CL												
EOE												
CA												
TIC												
EEIE												
ECC												
DSMA												
DIEHM												
PVG												
AFDE												

En base a la Propuesta Curricular del Centro la metodología que se utilice en nuestro departamento deberá respetar los principios básicos del aprendizaje, y estará en función de las características de la etapa educativa, de la naturaleza de las diferentes materias, de las condiciones socioculturales del entorno, de la disponibilidad de recursos del Centro y, en especial, de las características del alumnado.

El santo y seña del Centro, desde el punto de vista metodológico, será el de la potenciación del aprendizaje por competencias. Esta máxima guiará la elección de los recursos y modelos de trabajo específicos para cada materia y nivel.

Para ello, y referido a la Educación Secundaria Obligatoria, los métodos pedagógicos y didácticos utilizados por el profesorado se ajustarán a los siguientes aspectos:

➤ *Desde nuestra materia se procurará una **enseñanza activa, vivencial y participativa** del alumnado, lo que significa:*

En resumen, lo que vamos a procurar en este departamento es que el alumno/a sea el verdadero constructor de sus aprendizajes, quedando el profesor en un segundo plano, ya que nuestro papel debería ser “únicamente” el de asesorar y guiar a nuestros alumnos/as en el camino que les lleve a la meta. Para ello tenemos toda la etapa, 4 años, en los que nuestros alumnos/as deben llegar a la última estación, eso sí, haciendo las paradas necesarias. La idea principal es que el alumno/a se implique en el proceso, que no tenga un papel pasivo, y además de recibir información la analice, la intente comprender (si fuese necesario se apoyarían en nosotros), y llegue a tener una opinión fundada sobre todo lo que se refiera a la E.F. Se trata de que los alumnos/as lleguen a adquirir aprendizajes significativos y por tanto que tengan cultura física.

➤ *Desde nuestra materia se debe partir de los conocimientos previos del alumnado, así como de su nivel competencial, introduciendo progresivamente los diferentes contenidos y experiencias, procurando de esta manera un **aprendizaje constructivista**.*

El proceso de enseñanza-aprendizaje sigue consistiendo en plantear situaciones en las que el alumno/a, partiendo de sus necesidades, sus posibilidades y sus conocimientos previos, tenga que utilizar sus capacidades motrices, superando estadios iniciales y niveles de competencia en función de sus posibilidades, teniendo como objetivo educativo el de responsabilizarse de su propio cuerpo y de su futura competencia motriz. Para ello, éste debe adquirir hábitos estables en la práctica del ejercicio físico, conocer los instrumentos básicos para poder perseguir en su vida una actividad física que le lleve a óptimas condiciones de salud, mejorando sus capacidades físicas y motrices.

➤ *Desde la Educación física se atenderá a los **diferentes ritmos de aprendizaje** de los alumnos en función de sus necesidades educativas.*

➤ *La Educación física procurará un conocimiento sólido de los **contenidos curriculares**.*

Sobre la organización de la Educación Física. Se han establecido seis bloques de contenido, cinco de ellos vinculados a diferentes situaciones motrices y uno conectado con aprendizajes de carácter transversal. Los cinco bloques vinculados a la acción motriz configuran los ejes específicos de la educación física, ya que nos permitirán transferir saberes comunes dentro de un itinerario de enseñanza-aprendizaje al agrupar situaciones y actividades con rasgos comunes de lógica interna. Representará un porcentaje alto de las sesiones del curso. El bloque de contenido transversal aglutina saberes que ayudan al estudiante a saber

desenvolverse con criterios sociales y científicos en el contexto social enriqueciendo su cultura física. Este bloque puede desarrollarse tanto con las actividades que el docente planteará de los otros cinco bloques o de forma específica o puntual. No se debe perder de vista que las actividades permiten abordar aprendizajes a partir de contextos reales y permiten a su vez construir y desarrollar competencias clave para todos y para toda la vida.

Se perseguirá que el alumnado a lo largo de la etapa reciba un trabajo sistemático (todos los cursos), equilibrado (parecido número de sesiones en los cinco primeros bloques) y contextualizado (ajustado a las posibilidades del centro y del entorno) de los diferentes tipos de experiencias y prácticas motrices, ya que de lo contrario no estaremos aprovechando al máximo las posibilidades educativas que nos ofrece la materia. La resultante del proceso seguido será un desarrollo curricular que tendrá como centro al alumnado y al desarrollo progresivo de los aprendizajes específicos de la materia de Educación Física. De este modo el alumnado tendrá al final de su paso por la enseñanza obligatoria, autonomía para desarrollar y gestionar diferentes actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas y participar de un estilo de vida activo.

➤ *Desde nuestra materia se propiciará en el alumnado:*

- La observación.
- El análisis.
- La interpretación.
- La investigación.
- La capacidad creativa.
- La comprensión.
- El sentido crítico.
- La resolución de problemas.
- La aplicación de los conocimientos adquiridos a diferentes contextos.

➤ *Asimismo, y dentro de las limitaciones de **recursos audiovisuales e informáticos** que tiene el Centro, se intentará, desde la Educación física, su utilización como herramienta de trabajo en el desarrollo de algún contenido. En nuestro departamento atenderemos a los siguientes apartados:*

a) Utilización de programas informáticos:

- Se utiliza en procesador de textos para la realización de trabajos, elaboración de fichas de actividades...

- Se emplean hojas de cálculo con el fin de registrar y calcular datos.

-Utilización de programas como Powerpoint, Genially para la elaboración de presentaciones.

-Utilización de la aplicación de Epuzzle para el visionado de vídeos.

b) Internet como fuente de recursos:

- Empleo de una plataforma digital (Teams) para difundir materiales u otro tipo de informaciones a los alumnos. En la misma se proporcionan enlaces a sitios Web para que los alumnos completen la información que se expone en el aula.

- Se realizan visitas a sitios Web con los alumnos dentro del aula de informática o el salón de actos para la visualización de videos o contenidos de carácter curricular.

- Los alumnos realizan trabajos o tareas diarias para las cuales emplean Internet como fuente de información.

c) Elaboración de materiales multimedia:

- Los alumnos utilizarán herramientas web 2.0 para la elaboración de materiales didácticos como son Freemind, prezzi, google drive...

d) Internet como fuente de comunicación:

- Utilización del correo electrónico para la comunicación entre los miembros del Departamento Didáctico.

- Empleo de la página Web del centro para comunicar los integrantes del Departamento, horas de tutoría, programaciones, fechas de pendientes, materiales para la recuperación de la asignatura, enlaces.

e) Recursos tecnológicos como las cámaras de fotos o video, teléfonos inteligentes o tablets, con la utilización de apps específicas para actividades físicas.

➤ *Desde la Educación física se potenciará la **expresión oral** y la capacidad comunicadora de los alumnos.*

En nuestra área potenciaremos este aspecto no solamente con el bloque de contenidos de índole artística o de expresión (bloque 6), sino en el resto de contenidos. El hecho de que los alumnos deben interactuar constantemente implica una potenciación de la expresión oral, más cuando lo hacen para exponer proyectos o ejercicios. Las exposiciones de trabajos de investigación son también medio utilizado en el departamento para trabajar la capacidad comunicativa de los alumnos.

➤ *Desde nuestra materia se procurará diseñar **secuencias de aprendizaje**, de tal forma que los contenidos de la misma queden interrelacionados, y adquieran un sentido de unidad.*

Partiendo de la idea de que aprender es una actividad interna al discente y dirigida por él mismo, en la orientación y guía de los procesos de aprendizaje, se le permitirá formularse claramente una intención antes de comenzar a actuar, tener medios para identificar el resultado de esta acción y poder modificar los medios de todo tipo utilizados en función del éxito o fracaso de la misma. Es muy interesante facilitar la práctica y la reflexión al alumno, para volver a construir la acción más pensada y ajustada a los fines perseguidos. Se trata de que verbalice y tome conciencia del juego, del aprendizaje, del proceso de sus acciones, de las formas de actuar, de las operaciones utilizadas para realizar las tareas, de los obstáculos encontrados, para que, al tiempo que lleva a cabo las tareas, conozca el porqué y el para qué de ellas, de manera que vaya construyendo, de forma significativa, conocimientos y saberes.

➤ *Esta materia intentará buscar un **desarrollo multidisciplinar** de algunos contenidos, relacionando los propios de su ámbito con los de otras materias afines, diseñando alguna actividad de forma conjunta.*

Está claro que los aprendizajes se construyen sobre aprendizajes previos del mismo ámbito, de las experiencias de los alumnos/as y/o de los aprendizajes adquiridos en otras áreas. Un contenido desarrollado desde distintos ámbitos permite al alumnado obtener una visión del conjunto más enriquecedora que a su vez va a permitir dar mayor utilidad, sentido y funcionalidad a los aprendizajes. Por esto le queremos otorgar una gran importancia a la interdisciplinariedad, ya que los

contenidos de la E.F. pueden tener relación con áreas tan diversas como Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Geografía e Historia, Lengua Castellana y Literatura, Educación Plástica y Visual, Música, Matemáticas, Física, Informática, etc. Desde el departamento queremos potenciar estas relaciones siempre que sea posible.

#### B. Estrategias concretas que se pretenden poner en práctica

a) Aprendizaje cooperativo → Esta metodología utiliza actividades en las que todo el grupo tendrá el mismo objetivo. No serán competitivas, sino que si uno consigue sus objetivos todos lo harán, y viceversa.

b) Agrupamientos:

Los agrupamientos de alumnos serán flexibles. En función de las circunstancias (alumnos, objetivos, tareas,...) resultará más apropiado uno u otro, de modo que unas veces se fomentará el trabajo individual y otras el trabajo en parejas, pequeños grupos o gran grupo. Con esta variedad se pretende buscar tanto una mayor individualización de la enseñanza como la mejora de las relaciones sociales. También combinaremos la duración de los agrupamientos, proponiendo grupos estables (una U.D., un trimestre,...) y cortos u ocasionales (para una tarea o sesión). En este último caso buscaremos una evolución coherente en los agrupamientos en la sesión para minimizar la pérdida de tiempo (tras una actividad individual se forman parejas, luego grupos de cuatro,...).

La responsabilidad en la creación de grupos no será únicamente del profesor (criterio funcional), ya que en ocasiones los alumnos tendrán la posibilidad de elegir compañeros (aunque el profesor intervendrá poniendo algunas condiciones o en situaciones puntuales si surge algún problema). Así, los criterios para la creación de estos grupos serán:

- Funcionales → Grupos homogéneos o heterogéneos, por disponibilidad de recursos, por necesidades de las actividades, según objetivo, buscando mayor participación, para evitar actitudes sexistas,...
- Condicionados → Se establecerá en cada grupo un mínimo de alumnos con unas características concretas (por ejemplo, 2 alumnos de cada sexo en cada grupo de 7).
- Aleatorios → Los alumnos se agruparán libremente.

Los grupos de nivel (homogéneos en cuanto a capacidades) serán útiles en muchas ocasiones (atención a la diversidad,), pero también pueden crear sensaciones de “torpeza” en algunos alumnos. La heterogeneidad aportará relaciones más variadas, y la presencia de “modelos” dentro de cada grupo que motiven y ayuden a los compañeros.

c) Estilos de enseñanza → Dentro del amplio espectro existente utilizaremos variedad de estilos, en función de la situación y la U.D. a tratar (mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, descubrimiento guiado,).

d) Trabajo por proyectos:

Reúne muchos de los aspectos anteriormente reflejados por lo que se propone que desde las diferentes materias se utilice este recurso metodológico.

El trabajo por proyectos es una metodología que en Educación física llevamos utilizando en cursos anteriores. Nuestro proceso de enseñanza aprendizaje no solo se basa en un conjunto de tareas individuales, como en un principio pueda parecer, sino

en la integración de cada alumno en un conjunto que pueda fomentar la adquisición de las competencias. Por ello, es frecuente ver a los alumnos participando en elaboración de coreografías artísticas, presentaciones de contenidos didácticos, retos conjuntos... y, en definitiva, en la realización de "Montajes finales" en los que plasman lo elaborado durante la Unidad Didáctica.

Nuestra metodología va encaminada a una mayor autonomía del alumno donde cada vez sea más protagonista del proceso y él mismo sea capaz de integrar todos los conocimientos. Gracias a esta forma de trabajo, siempre guiado por el profesor, el alumno puede ser más consciente de sus propias limitaciones y adquirir un método más reflexivo que le permita construir su aprendizaje.

### C. DECISIONES RELACIONADAS CON LA EDUCACIÓN A DISTANCIA (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Las clases y la comunicación con el alumnado se realizarán a través de Teams, que ya está siendo utilizado en la enseñanza presencial, manteniendo el horario de la enseñanza presencial.
- La parte más práctica de la materia (actividad física) se realizará mediante el envío de explicaciones y vídeos demostrativos, debiendo el alumnado ejecutar los ejercicios y enviar un archivo de vídeo.
- En ocasiones, cuando no se pueda realizar con garantías, la parte práctica se sustituirá por trabajos teórico-prácticos o exposiciones orales en los que el alumno demuestre que sabe cómo se realiza.

### I. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

#### a) Materiales

##### ➤ *Libro de texto.*

Un año más desde el Departamento de Educación Física no consideramos necesario la utilización como material didáctico del libro de texto. El carácter práctico de la asignatura y el cambio anual de uno de los miembros del departamento hace que la implantación de este recurso no sea el más adecuado.

##### ➤ *Materiales elaborados por el profesor.*

Los apuntes propios de la asignatura para su evaluación conceptual serán aportados por el profesor que imparta la materia en cada curso, bien en fotocopias o a través de la plataforma digital.

Ambos recursos serán costeados por los alumnos.

##### ➤ *Recursos TIC.*

La utilización de materiales audiovisuales y plataformas digitales serán los recursos informáticos más utilizados para la realización de actividades. En algunos casos serán para estimular y afianzar el aprendizaje de algunos contenidos y en otros casos servirán como repositorio de contenidos que permitan al alumnado la realización de actividades curriculares específicas.

#### b) Recursos que se utilizarán

Utilizaremos el gimnasio, las pistas polideportivas y todo el material deportivo disponible en el departamento.



c) Materiales y recursos a utilizar en enseñanza no presencial (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Será necesario un ordenador para el seguimiento de la materia.
- También necesitará el alumno teléfono móvil o cámara para grabar y enviar sus ejercicios.
- No se utilizará material específico de Educación Física, pero en ocasiones se puede requerir al alumno buscar o elaborar algún material para los ejercicios que así lo requieran.

## **J. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

Es perfectamente constatable el hecho de que en el aula no todos los alumnos aprenden 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/as a la hora de aprender. Por ello desde el área de Educación Física pretendemos ayudar al desarrollo del Plan de Atención a la Diversidad del centro a través de las siguientes actuaciones.

### **A. Alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo**

Grupo 1: ACNEES → 2 alumnos/as

Grupo 2: ANCE → 6 alumnos/as

Grupo 4: Dificultades de aprendizaje → 2 alumnos/as

### **B. Medidas ordinarias**

Estas medidas estarán destinadas a todo el alumnado y con ellas pretendemos adecuar el currículo a las características individuales de nuestros alumnos con objeto de proporcionar una atención individualizada en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

#### **➤ MEDIDAS PREVIAS**

En la programación de las UD a realizar durante el curso se ha tenido en cuenta la variedad de los contenidos y de Uds. de modo que atendamos a las diferencias en los gustos e intereses de todos los alumnos y alumnas. Asimismo, hemos pretendido incorporar Uds. novedosas y motivantes para todos/as. Hemos seleccionado contenidos variados que permitan a cada cual encontrar sus afinidades e intereses, valorando en qué medida los contenidos que proponemos refuerzan o benefician a una parte del alumnado en función de sus experiencias previas, género, nivel de competencia motriz, procedencia cultural, etc., para buscar propuestas diversas que equilibren situaciones socialmente construidas en torno al cuerpo y la motricidad.

#### **➤ LAS ADAPTACIONES CURRICULARES NO SIGNIFICATIVAS**

En Educación Física disponemos de una gran variedad de posibilidades para hacer adaptaciones curriculares con las que atender a la diversidad de los alumnos. Sin interrumpir el desarrollo normal de la clase se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos determinados mientras el resto de la clase realiza otras tareas que se les ha asignado, hacer que los alumnos de mayor nivel colaboren en el aprendizaje de los que tienen un nivel inferior etc.

Estas adaptaciones deben prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas

no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.

*a) En los estándares de aprendizaje.*

- Priorización de los estándares
- Variando la temporalización de los mismos.
- Seleccionando los “mínimos”.

*b) En determinados contenidos.*

Los contenidos vinculados a la Condición física y el desarrollo de las CFB. No se utilizarán como elemento discriminador, sino orientador. Estableceremos pruebas con un carácter criterial e informativo que valoren el nivel de progresión del alumno/a en función de la práctica y del esfuerzo realizado.

En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo (Acrosport). Estableceremos ayudas a la progresión para disminuir el nivel de incertidumbre en los alumnos/as con más problemas, no forzando nunca a la realización de un ejercicio.

En la enseñanza de algunas técnicas deportivas. Plantearemos problemas motores con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno/a pueda adaptar las respuestas a sus características. Son muchas las razones que nos aconsejan no buscar una aproximación fiel a los modelos técnicos teóricos.

En los juegos y deportes colectivos, valoraremos el nivel de participación en las tareas e iniciaremos la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante (la búsqueda de respuestas o soluciones por encima del dominio de la técnica). Evitaremos los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos, variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.

En las actividades de ritmo y expresión. Propondremos actividades motivantes al inicio, asentando el respeto al otro como base de trabajo, creando un clima de espontaneidad y distensión, dejando libertad a los alumnos/as y respetando cualquier idea que pongan de manifiesto, aceptándolas todas pues se parte de la premisa que cualquiera de ellas es válida, desarrollaremos los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos, evitando el direccionismo y la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.

*c) En la evaluación:*

- Utilizaremos sistemas de evaluación en los que cada uno se responsabilice de su evolución personal, huyendo de evaluaciones comparativas que refuercen las desigualdades.
- Diversificaremos los procedimientos de evaluación, adecuando los tiempos y criterios a los alumnos.
- Seleccionaremos criterios específicos de evaluación.
- Estableceremos criterios de evaluación graduados. Por un lado, podemos establecer criterios de evaluación mínimos, y por otro, algunos de ampliación que valoren los distintos niveles de aprendizaje
- Modificación de los instrumentos y procedimientos.

*d) En la metodología.*

Disponemos de multitud de recursos para atender a la diversidad de los alumnos. Partiendo de una enseñanza individualizada (facilitada por una metodología basada en la asignación de tareas), se puede organizar a los alumnos por grupos de nivel o de intereses, desdoblarse los grupos para trabajar con un número menor de alumnos, atender por separado a un alumno o grupo de alumnos que en un momento determinado lo necesite mientras los demás continúan realizando su trabajo. Utilizaremos como fórmula de funcionamiento habitual distintos agrupamientos (parejas, pequeños grupos, grandes grupos) que potencien los contactos con personas de diferente género, capacidad, habilidad, personalidad, cultura, etc. Se pretende que se acostumbren a la originalidad corporal y motriz de otros/as.

*e) Adaptaciones según el tipo de necesidad:*

e.1) Alumnos/as con discapacidad física grave y permanente. Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Si los ejercicios perjudiciales para su salud pueden ser sustituidos por otros, el profesor/a diseñará nuevos ejercicios y actividades adaptadas a ese alumno.

Si el alumno no puede llevar a cabo las actividades físicas esenciales de una unidad didáctica, realizará durante la hora de clase otras actividades teórico-prácticas relacionadas con el tema de esa unidad que se reflejarán en el Informe de Progresos y que serán evaluadas como cualquier otra actividad.

Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

-Realización de trabajos- fichas relacionados con los contenidos que se están trabajando, para posteriormente exponerlos ante sus compañeros (lo cual otorga un carácter práctico y de utilidad a la tarea).

-Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.

-Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...

-Colaboración con el profesor.

Queda a criterio del profesor/a pedir al alumno/a que compre un libro de texto de EF cuando su lesión o enfermedad le impidan hacer una amplia cantidad de contenidos de tipo práctico.

e.2) Alumnos/as con discapacidades transitorias y/o contraindicadas para un determinado tipo de contenido. Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos/as que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood Schlater, soplo fisiológico, escoliosis, asma) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo).

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado.

Para los alumnos/as que padezcan una discapacidad transitoria (lesionados temporales), proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca. Intentaremos que mientras dure esa lesión o enfermedad el alumno/a desarrolle los trabajos precisos en clase o en casa para que pueda acceder a los contenidos tratados por vías diferentes: colaborando con el profesor en el desarrollo de las sesiones, ayudando a sus compañeros en la medida de sus posibilidades,

anotando las clases por escrito en fichas prediseñadas, realizando trabajos sobre los contenidos tratados, etc.

➤ *MEDIDAS DE APOYO DESDE EL ÁREA A LOS ALUMNOS DE INTEGRACIÓN TARDÍA*

- Proporcionaremos al alumno o alumna la información necesaria sobre el área, instalaciones, las normas y todo aquello que facilite su desenvolvimiento y su autonomía.

- Durante los primeros días de manera especial, para que se relacione con los compañeros y compañeras del grupo, propondremos cada día un alumno de referencia que le acompañara y le ayudará.

- En caso de que desconozca el castellano reforzaremos las explicaciones con imágenes, iconos, gestos y en algunos casos le daremos información y fichas en su propio idioma.

- Realizaremos un seguimiento del proceso de adaptación del alumno o alumna y de su proceso de aprendizaje.

- Fomentaremos de la participación del alumnado inmigrante en las actividades extraescolares del centro.

➤ *MEDIDAS DE APOYO A LA PREVENCIÓN Y CONTROL DEL ABSENTISMO ESCOLAR*

- Fomentaremos aquellas actividades extraescolares fuertemente motivadoras.

- Utilizaremos refuerzos positivos

- Se incluirán elementos interculturales (tradiciones, juegos, celebraciones...) que favorezcan la inmersión en nuestra cultura.

- Reflejaremos en cada sesión las faltas de asistencia y las comunicaremos.

➤ *MEDIDAS DIRIGIDAS A LOS ALUMNOS CON DESVENTAJAS SOCIOEDUCATIVAS, ALUMNOS CON DIFICULTAD DE INSERCIÓN ESCOLAR Y ALUMNOS CON PROBLEMAS DE CONVIVENCIA*

- Profundización de la educación en valores,

- Realización de actividades que favorezcan el conocimiento mutuo y la cohesión del grupo.

- Favoreceremos un clima social de convivencia, respeto y tolerancia.

- Fomentaremos el respeto mutuo como valor fundamental.

C. Medidas especializadas

2º B: Presentamos una serie de casos.

Un alumno con diagnóstico de TEL (trastorno específico del lenguaje). En el aula de educación física, se facilitará explicación de los ejercicios y juegos siempre acompañados con ejemplos y con esquemas en la pizarra, se la colocará cerca del profesor. A la hora de realizar fichas, se le simplificará las explicaciones y se les dará lo más visual posible. Así como la supervisión de la agenda cuando se manden tareas o traer materiales específicos.

Una alumna con discapacidad intelectual leve. Esta alumna requiere necesidades a nivel comunicativo tanto expresivo como comprensivo, con silencios se bloquea pero

ha mejorado del curso pasado. Además, es autónoma y tiene motivación por trabajar. Dentro del aula de Educación Física, se facilitará explicación de los ejercicios y juegos siempre acompañados con ejemplos y con esquemas en la pizarra, se la colocará cerca del profesor y en ejercicios de parejas o grupos, se tendrá en cuenta situarla con una de sus compañeras. Estará constantemente supervisada para que no pierda la motivación.

Un alumno con hipoacusia media. En las explicaciones se situará en las primeras filas así como cerca del profesor cuando sean encuentros puntuales durante las actividades. Se utilizarán señales visuales para las explicaciones y momentos de encuentro. Si es necesario se realizarán explicaciones individualizadas con aportaciones visuales en la pizarra.

Una alumna con trasplante de médula. Se adaptarán todas las actividades en función de las recomendaciones médicas.

Además, dos alumnos con dificultades de aprendizaje. Para las explicaciones los tendremos siempre cerca, utilizaremos la pizarra para ver gráficamente los ejercicios y les preguntaremos al comenzar la actividad si lo han comprendido. Para los trabajos a realizar en casa daremos material de apoyo en caso de ser necesario y haremos un seguimiento en cada clase del progreso de esas tareas.

2º C:

Tenemos cuatro alumnos de compensatoria. Para las explicaciones los tendremos siempre cerca, utilizaremos la pizarra para ver gráficamente los ejercicios y les preguntaremos al comenzar la actividad si lo han comprendido. Para los trabajos a realizar en casa daremos material de apoyo en caso de ser necesario y haremos un seguimiento en cada clase del progreso de esas tareas.

- **ACTIVIDADES Y RECURSOS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DE FORMA NO PRESENCIAL (PLAN DE CONTINGENCIA)**

Se realizarán sesiones online personalizadas para aquellos alumnos que lo requieran.

## **K. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE**

### **A. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje**

#### **a. Perfil de materia**

- i. Listado de estándares de aprendizaje: Se muestran en la el apartado E.
- ii. Determinación de los estándares de aprendizaje básicos: Se muestran en la el apartado E.

#### **b. Contribución al perfil competencial**

- i. Relación de los estándares de aprendizaje con las Competencias Clave.

### **B. Instrumentos de evaluación**

- a. Instrumentos que se van a utilizar: Hoja de observación, prueba práctica, trabajo de investigación, prueba oral, prueba escrita.
- b. Relación con los estándares de aprendizaje.

c. Otros aspectos:

El artículo 5 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que serán los estándares de aprendizaje evaluables, como elementos de mayor concreción, observables y medibles, los que, al ponerse en relación con las competencias clave, permitirán graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas.

A su vez el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que tanto en la evaluación continua, como en las evaluaciones finales en las diferentes etapas educativas, deberá tenerse en cuenta el grado de dominio de las competencias a través de:

- Procedimientos de evaluación.
- Instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos.

En relación a los procedimientos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece, que el profesorado debe utilizar procedimientos de evaluación variados para facilitar la evaluación del alumnado como parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje, y como una herramienta esencial para mejorar la calidad de la educación, y menciona la observación sistemática del trabajo de los alumnos, el análisis de documentos tales como las pruebas orales y escritas, el portfolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase. Así mismo en la ORDEN EDU/362/2015 de Castilla y León se especifica que “las pruebas de evaluación que se desarrollen en las diferentes materias incluirán pruebas orales, las cuales tendrán su reflejo, según la materia, en su calificación”.

Con respecto a los instrumentos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, dispone que los niveles de desempeño de las competencias se podrán medir a través de indicadores de logro, tales como rúbricas o escalas de evaluación.

Asimismo, el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, hace referencia a que es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación. Estos modelos de evaluación favorecen el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En nuestro caso, los instrumentos de evaluación que podemos utilizar vienen descritos en los primeros anexos y temporalizados por trimestres, los cuales pasamos a explicar a continuación:

➤ *Técnicas de análisis de desempeño.*

-*Trabajo de Investigación:* Se trata de una modalidad de Proyecto en el que se plantea el estudio de un problema a nivel teórico y donde la información para abordarlo se encuentra fundamentalmente en materiales impresos, audiovisuales o electrónicos.

En los trabajos de investigación, por lo general, el docente ofrece el tópico por investigar. La capacidad principal que se pretende evaluar con esta técnica es la de obtener información y la de saber organizarla de cierto modo para que tenga sentido de acuerdo al objetivo planteado al inicio del proyecto. Todo proceso investigativo culmina con la realización de un informe final. Este documento será el determinante del grado de consecución del objetivo planteado. En él, el alumno deberá plasmar toda la capacidad de análisis y síntesis como investigador.

➤ *Técnicas de observación*

*-Escala de Actitudes – Hoja de observación:* Es una lista de enunciados o ítems para medir un aprendizaje relacionado con contenidos actitudinales (disposición positiva, negativa o neutral), ante otras personas, objetos o situaciones.

A nivel práctico, el profesor debe identificar una serie de indicadores de cada estándar de aprendizaje que sea evaluado mediante este instrumento. Estos indicadores se convertirán en los elementos a observar por parte del profesor. Posteriormente se debe definir la escala y sus criterios. En nuestro caso los valoramos a través de registros positivos o negativos cuando surge el comportamiento.

➤ *Técnicas de rendimiento*

Las técnicas de rendimiento o experimentación son procedimientos que tratan de ahondar en los rendimientos pedagógicos. Son técnicas que objetivan, en buena medida, los datos procedentes de la observación del profesor, ya que miden lo que el alumno puede saber y saber hacer por haberlo aprendido después de un proceso determinado. Los instrumentos que en nuestro caso relacionaremos con estas técnicas los clasificaremos en 3 tipos: Pruebas Escritas, Pruebas Orales y Pruebas de Ejecución.

*-Prueba Escrita:* La diversidad de pruebas escritas que existen es muy amplia. Si bien se pueden clasificar según la objetividad de la misma, el modo en el que se confecciona o la demanda que se espera del alumno, en nuestro caso incluiremos en este tipo de instrumento aquellas que son de tipo verdadero- falso, preguntas cortas o elección múltiple.

*- Prueba Oral:* Nos permiten valorar la propiedad en el empleo de la terminología, la interpretación que el alumno hace de la información, así como la generalización y organización de datos del evaluado. Nuestra prueba se basará en una exposición del trabajo de investigación y la contestación cerrada de cada pregunta que pueda surgir al profesor.

*- Prueba Práctica:* Las pruebas prácticas exigen que el alumno realice una tarea poniendo de manifiesto la eficacia de lo aprendido. Las posibilidades son muy amplias, si bien vamos a diferenciar dos tipos de pruebas prácticas que puedan cubrir las diferentes posibilidades de las diferentes áreas del conocimiento.

1. Prueba de Ejecución: Cualquier tarea práctica podría considerarse como una prueba de ejecución, ya que son abiertas y no sólo importa el resultado, el proceso también puede y debe ser valorado.

2. Test: Situación experimental estandarizada. Se evalúa mediante comparación estadística con otros individuos colocados en la misma situación, es decir, mediante un baremo. Sirve para predecir el rendimiento y verificar la evolución del mismo.

C. Momentos de la evaluación

- a. En qué trimestre se evalúa cada estándar de aprendizaje.

D. Criterios de calificación

- a. Peso o valor (%) de cada estándar de aprendizaje.
- b. Peso o valor (%) de cada instrumento de evaluación.
- c. Otros aspectos:

Ausencias justificadas trimestralmente. Aquellos alumnos que no hayan podido acudir a clase de una manera justificada durante más del 20% de las clases o acudiendo no puedan seguir el mismo ritmo de clase con los procedimientos de evaluación establecidos para los demás, se adaptará la evaluación en función de las

circunstancias a través de una pruebas escritas, trabajos teórico-prácticos o trabajos de investigación. Si las ausencias justificadas corresponden a más del 50% de una misma UDD el alumno deberá ser evaluado con el instrumento que considere el profesor.

Aspectos actitudinales. Los alumnos con dos partes de incidencias que hayan sido expulsados por alterar gravemente el desarrollo de las clases tendrán una calificación negativa. Se tendrá en cuenta la entrega de fichas y trabajos por parte del alumno. Aquellos alumnos que no entreguen dichos instrumentos de evaluación serán evaluados con un suspenso. Y por último, en cuanto a la indumentaria y normas básicas en el gimnasio, los alumnos podrán tener una calificación negativa si no atienden a los criterios que marque cada profesor al inicio de curso.

#### E. Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes en modalidad a distancia (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Sólo se modificarán algunos aspectos destinados a evaluar aprendizajes prácticos, siempre y cuando no se puedan llevar a cabo desde casa. En estos casos se sustituirán las pruebas prácticas como instrumentos de evaluación por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas.
- La hoja de observación de la parte actitudinal (aspectos derivados de la clase presencial) se eliminará.

#### L. MEDIDAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA MATERIA DURANTE EL CURSO

##### a) Actividades de refuerzo

Si fuese necesario se proveerá al alumno de las actividades y materiales necesarios para facilitar su recuperación.

##### b) Proceso de evaluación para la recuperación

La evaluación es continua, por lo que el alumno supera una evaluación suspenso si en las siguientes demuestra haber superado los estándares que no hubiese alcanzado, ya sea con los contenidos de esa evaluación o con pruebas específicas (escritas, prácticas,).

Aquel alumnado que no haya superado la evaluación de la asignatura en junio deberá presentarse a la **convocatoria extraordinaria de Septiembre**. Para esta prueba se tendrá en cuenta el perfil de materia y los estándares básicos.

El perfil de materia viene determinado por un listado de estándares de aprendizaje que están recogidos en los diferentes anexos en formato Excel de los cuales, aquellos que están marcados en formato negrita son los estándares básicos, es decir, son aquellos que el departamento de E.F ha valorado que sin su adquisición la asignatura no puede ser superada

##### c) Actividades de recuperación a realizar de forma no presencial (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Se realizarán clases online de revisión de contenidos para la recuperación.



- Los aspectos prácticos se recuperarán con archivos de vídeo cuando se pueda realizar dicha práctica, siendo sustituidos por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas cuando no se pueda.
- Los aspectos más teóricos se recuperarán mediante un examen (a través de un cuestionario).

## M. MEDIDAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA MATERIA PENDIENTE DE CURSOS ANTERIORES

### a) Actividades de refuerzo

Si fuese necesario se proveerá al alumno de las actividades y materiales necesarios para facilitar su recuperación.

### b) Instrumentos de evaluación

Según la normativa (Art. 32.12 de la ORDEN EDU/362) *“En el contexto de la evaluación continua, cuando el alumnado promocione con evaluación negativa en alguna de las materias, la superación de los estándares de aprendizaje evaluables correspondientes a éstas será determinada por el profesor de la materia respectiva del curso al que promocionan, quien tendrá a su vez en consideración el seguimiento del programa individualizado. En el caso de materias que el alumno haya dejado de cursar, el departamento de coordinación didáctica correspondiente determinará su superación en función de las medidas educativas reflejadas en el programa individualizado.”*

Con aquellos alumnos y alumnas que habiendo promocionado tengan suspensa la asignatura de Educación física del curso anterior, se les hará un **seguimiento a lo largo del curso**. Durante el presente curso existen alumnos con la materia suspensa correspondientes al curso de 2º ESO ( alumnos de 2º )

El seguimiento para estos alumnos consistirá en:

-Una reunión a principio de curso en la que el profesor de referencia orientará a los alumnos de los requisitos que deben cumplir para superar la materia pendiente. Se les entregará la **convocatoria** correspondiente y los alumnos firmarán una copia.

La primera parte consistirá en un **seguimiento diario del trabajo en el aula** (a lo largo de las dos primeras evaluaciones) atendiendo al logro de los estándares básicos y criterios de evaluación del curso pendiente para la que no se establecen procedimientos extraordinarios.

Si esta parte no es superada se procederá con una segunda parte que se llevará a cabo mediante un **trabajo fuera del aula** en función del curso pendiente.

Para 1º ESO consistirá en la elaboración de un dossier de fichas que el alumno tendrá que completar y entrega antes de la fecha establecida.

### c) Calendario de evaluación

La convocatoria estará dividida en dos momentos, uno de los cuales será previo a la evaluación del segundo trimestre y otro a finales de mayo.

### d) Relación con el Programa individualizado del alumno/a.

El programa individualizado será la referencia para obtener los estándares de aprendizaje que el alumno debe alcanzar para recuperar la materia.

### e) Actividades de recuperación a realizar de forma no presencial

Se realizarán clases online de revisión de contenidos para la recuperación.

## N. PLANES DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN

Se aplicará para 3 alumnos de 2º ESO, siguiendo la siguiente tabla:

### PLAN de REFUERZO Y RECUPERACIÓN 20-21



**Junta de  
Castilla y León**

Consejería de Educación

IES CAMPOS Y TOROZOS

**EDUCACIÓN FÍSICA**

DATOS ACADÉMICOS DEL ALUMNO/A		
<i>Apellidos:</i>		<i>Nombre:</i>
<i>Curso: 2º</i>	<i>Grupo:</i>	<i>Tutor/a:</i>

CONSIDERACIONES DERIVADAS DE:
<ul style="list-style-type: none"><li>• INFORME DE LA EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA 20/21</li><li>• LA EVALUACIÓN INICIAL</li></ul>
Durante el periodo no presencial no realizaba las tareas en casa siendo necesario reforzar determinados contenidos que tienen continuidad este año.

PLAN DE TRABAJO DEL ALUMNO	
Temporalización	<input type="checkbox"/> 1º Trimestre

<i>Contenidos relacionados</i>	<i>Criterios de evaluación y/o estándares de aprendizajes básicos a reforzar</i>	<i>Medidas</i>
------------------------------------	--	----------------

<p>La orientación. Generalidades. Medios naturales de orientarse. Normas de seguridad. Posibilidades que ofrece el medio natural para realizar actividades físico-deportivas.</p>	<p>1.1. Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades. 2.1 Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <u>Apoyo/atención individual</u></li> <li><input type="checkbox"/> <u>Realización de trabajos</u></li> </ul>
---	---	--

Para la comprobación del grado de adquisición de las competencias del alumno se tendrán en cuenta los contenidos, criterios de evaluación y estándares que se consideran de carácter prioritario.

<p><b><i>Orientaciones Metodológicas</i></b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <u>Explicaciones y/o aclaraciones</u></li> <li><input type="checkbox"/> <u>Resolución de dudas</u></li> <li><input type="checkbox"/> <u>Seguimiento presencial</u></li> <li><input type="checkbox"/> <u>Seguimiento online</u></li> </ul>

<p><b><i>Proceso de Evaluación</i></b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <u>Análisis del desempeño</u></li> </ul>

<p><b><i>Responsables de aplicar de aplicar las medidas</i></b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <u>Profesor materia</u></li> <li><input type="checkbox"/></li> </ul>

**OBSERVACIONES**

Firma del padre, madre o tutor legal

Fdo.

**4. EDUCACIÓN FÍSICA 3º E.S.O.****A. CONTRIBUCIÓN AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DE LA ETAPA:**

<i>Objetivos ESO (Pág. 6 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>	<i>Grado de contribución</i>		
	Bajo	Medio	Alto
<b>1. En relación con el ejercicio de la ciudadanía democrática:</b>			
a. Asumir sus deberes y obligaciones.			
b. Ejercer sus derechos respetando siempre a los demás.			
c. Practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad.			
d. Participar en la toma de decisiones consensuadas.			
<b>2. En relación con la evolución personal y académica:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Generar mecanismos de autocontrol y disciplina.			
b. Consolidar hábitos de estudio.			
c. Desarrollar y consolidar hábitos de trabajo individual y en grupo.			
d. Desarrollar el espíritu emprendedor.			
e. Desarrollar la capacidad para aprender a aprender.			
f. Desarrollar la toma de decisiones y la asunción de responsabilidades.			
<b>3. En relación con la igualdad entre hombres y mujeres:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Respetar las diferencias.			
b. Fomentar la igualdad de derechos y oportunidades.			
c. Rechazar cualquier tipo de discriminación y de comportamiento sexista.			
<b>4. En relación con el desarrollo de su personalidad:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Fortalecer su afectividad.			
b. Mostrar confianza y seguridad en sí mismo.			
c. Evitar comportamientos de soledad, rebeldía o fuga de la realidad.			
d. Utilizar la práctica deportiva como medio favorecedor de su desarrollo.			
<b>5. En relación con su desarrollo social y el trato hacia los demás:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Fortalecer sus capacidades afectivas.			
b. Rechazar la violencia y los prejuicios de cualquier tipo.			
c. Resolver pacíficamente los conflictos.			
d. Utilizar la práctica deportiva como medio integrador y de relación social.			

<b>6. En relación con el campo de las tecnologías:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las tecnologías, en especial aquellas que se utilizan como fuentes de información.			
b. Adquirir nuevos conocimientos a través de ellas.			
c. Desarrollar un sentido crítico en el uso de las TIC.			
d. Conocer los riesgos, límites legales y consecuencias de su mala utilización.			
<b>7. En relación con el conocimiento científico:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Concebirlo como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas.			
b. Analizar con sentido crítico la percepción y explicación de sucesos de la vida cotidiana.			
<b>8. En relación con la lengua castellana y la literatura:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Comprender y expresar, oralmente y por escrito, textos y mensajes complejos.			
b. Iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.			
<b>9. En relación con las lenguas extranjeras:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Comprender y expresar, verbalmente y por escrito, textos y mensajes sencillos, en lengua inglesa.			
b. Iniciarse en la comprensión y expresión, verbalmente y por escrito, de textos y mensajes sencillos en lengua francesa.			
<b>10. En relación con la historia y la cultura:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer los aspectos básicos de la historia mundial y de España.			
b. Conocer los aspectos más arraigados y determinantes de la historia y la cultura de Castilla y León.			
c. Valorar y respetar la diversidad a nivel cultural existente en el entorno de Medina de Rioseco.			
d. Conocer, valorar y respetar el patrimonio artístico y cultural.			
<b>11. En relación con el propio cuerpo:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer su funcionamiento.			
b. Adquirir hábitos de cuidado y salud corporal, mejorando las condiciones de vida propias.			
c. Utilizar la educación física y la práctica deportiva como medio para su mejora y cuidado.			
<b>12. En relación con las demás personas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Respetar las diferencias con uno mismo y entre los demás.			
b. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad.			
c. Valorar críticamente los hábitos de los demás relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y del medio ambiente.			
<b>13. En relación con el resto de seres vivos:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Contribuir a su cuidado.			
b. Rechazar los hábitos perjudiciales de interacción humana.			
<b>14. En relación con el medio ambiente:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocerlo e interactuar con él.			
b. Contribuir a su conservación y mejora.			
<b>15. En relación con las manifestaciones artísticas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Apreciar y valorar las diferentes formas de creación artística.			

b. Comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas.			
c. Utilizar diversos medios de expresión y representación.			

## B. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO COMPETENCIAL DEL ALUMNADO:

### Comunicación Lingüística (CL):

*Implica la capacidad de comunicarse en diversos contextos o situaciones de usos de la lengua, a través de distintas modalidades, formatos y soportes tanto orales como escritos y que abarcan distintas destrezas referidas a los cinco componentes fundamentales de esta capacidad.*

*En la comunicación en lenguas extranjeras, el desarrollo de estas competencias proporcionará destrezas básicas referidas a la comprensión, la expresión y el contexto tanto de la comunicación oral como de la escrita.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CL:

<b>Comunicación Lingüística</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Expresión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Entonación.		X
b. Registro contextualizado.		X
c. Selección de vocabulario.		X
d. Dicción.		X
e. Fluidez.		X
<b>2. Comprensión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Escucha activa y participativa.	X	
b. Escucha respetuosa.	X	
<b>3. Expresión Escrita:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Orden en la información de oraciones.		X
b. Creación de textos adecuados a las necesidades de comunicación.		X
c. Expresarse con precisión.	X	
d. Caligrafía.		X
e. Utilización correcta de los signos de puntuación.		

		X
f. Adecuación de lo escrito a lo que se quiere transmitir.		X
g. Ortografía.		X
<b>4. Comprensión Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal y de las secundarias.		X
b. Interpretación de palabras por el contexto.		X
c. Uso adecuado del diccionario y otras fuentes.		X
<b>5. Fluidez Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Velocidad de lectura.		X
b. Fidelidad de lo leído con lo escrito.		X
c. Entonación.		X
<b>6. Vocabulario:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Riqueza.		X
b. Precisión.		X
c. Manejo de sinónimos.		X
d. Evitar redundancias y coletillas o muletillas.		X
<b>7. Capacidad de síntesis:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal.	X	
b. Establecimiento de relaciones lógicas de los textos.		X
<b>8. Gramática:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Reglas y principios.		X
<b>Comunicación Lingüística</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>4</b>	<b>Nº NOES</b> <b>23</b>

**Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología (CMCT):**

*La Competencia Matemática es la capacidad para aplicar el razonamiento matemático*

y sus herramientas para describir, interpretar y predecir distintos fenómenos en su contexto.

Las Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología significan el Acercamiento al mundo físico y a la interacción responsable con él desde acciones a la conservación y mejora del medio natural, importantes para un desarrollo sostenible.

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CMCT:

<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Método Científico:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Observación, recogida, utilización e interpretación de datos.		X
b. Hipótesis.		X
c. Experimentación.		X
d. Comprobación.		X
e. Búsqueda de soluciones y toma de soluciones.	X	
<b>2. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.		X
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.	X	
c. Estadística y probabilidad.		X
d. Geometría.		X
e. Medidas.	X	
<b>3. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.		X
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.	X	
<b>4. Cálculo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Operaciones manipulativas y mentales.		X
b. Estimaciones.		X



<b>5. Razonamiento:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Planteamiento de problemas.	X	
b. Resolución de problemas.	X	
<b>6. Ciencia y Tecnología</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Interacción con el entorno físico, biológico, tecnológico y medioambiental.		X
b. Conocimiento del entorno..	X	
c. Preservación y respeto del entorno.		X
<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b>	<b>Nº SÍES</b>	<b>Nº NOES</b>
<b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>7</b>	<b>12</b>

#### **Competencia Digital (CD):**

*Aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las TIC. Supone la adecuación a los cambios que introducen las TIC para ser competente en un entorno digital.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CD:

<b>Competencia Digital</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Hardware:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Componentes centrales.		X
b. Periféricos.		X
<b>2. Software:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Búsqueda eficaz de la información.	X	
b. Comprensión de la información.	X	
c. Análisis crítico de la información.	X	
d. Comunicación digital: medios y uso social de los mismos.	X	
e. Creación de contenidos en diferentes formatos.	X	

f. Autoría y derechos de autor.		X
<b>3. Seguridad TIC:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Normas de uso.		X
b. Seguridad de uso.		X
c. Riesgos y prevención.		X
d. Protección de datos.		X
<b>Competencia Digital</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>5</b>	<b>Nº NOES</b> <b>7</b>

**Aprender a Aprender (AA):**

*Habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje y gestionar el tiempo y la información convenientemente.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la AA:

<b>Aprender a Aprender</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Planificación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Establecimiento de objetivos alcanzables.	X	
b. Organización del aprendizaje en tiempos adecuados.	X	
c. Gestión y organización de recursos.	X	
d. Estrategias para afrontar la tarea.	X	
<b>2. Investigación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Sentido crítico.	X	
b. Gestión positiva de los éxitos y los fracasos.	X	
c. Reflexión sobre los procesos de aprendizaje propios.		

	X	
<b>3. Evaluación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Valoración y respeto del trabajo propio.	X	
b. Valoración y respeto del trabajo de los demás.	X	
c. Superación de dificultades.	X	
d. Valoración positiva de los errores propios y ajenos como fuente de aprendizaje y mejora.	X	
<b>Aprender a Aprender</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>11</b>	<b>Nº NOES</b> <b>0</b>

**Competencias Sociales y Cívicas (CSC):**

*Capacidad de empatizar, aceptar las diferencias, ser tolerante, respetar los valores, las creencias y las culturas propias y ajenas.*

*Habilita a las personas para participar plenamente en la vida cívica, social y profesional.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Autonomía, Socialización y Educación Emocional:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Trabajo grupal.	X	
b. Relaciones interpersonales.	X	
c. Relaciones intrapersonales	X	
d. Gestión de normas.	X	
e. Gestión de conflictos.	X	
f. Toma de decisiones.	X	
g. Aceptación de uno mismo.	X	

h. Aceptación de los demás.	X	
<b>2. Igualdad:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Prevención de la violencia de género.	X	
b. Respeto de las diferencias.	X	
<b>3. Cuidado de uno mismo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Alimentación y salud.	X	
b. Educación vial.		X
c. Seguridad en uno mismo.	X	
d. Autoestima.	X	
<b>4. Uso de las Redes Sociales:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Respeto de valores y conciencia de límites.		X
b. Análisis crítico y responsable de la información.		X
<b>5. Globalización:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Educación política.		X
b. Procesos migratorios.		X
c. Conflictos bélicos.		X
<b>6. Educación ambiental:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Desarrollo sostenible.		X
b. Ecología.		X
<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>13</b>	<b>Nº NOES</b> <b>8</b>

#### **Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIEE):**

*Capacidad para transformar las ideas en actos. Disponer de la habilidad para aceptar y apoyar esos cambios. Tener la actitud necesaria para asumir riesgos y aceptar responsabilidades. Ser creativo y saber manejar la incertidumbre.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Autonomía:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Capacidad creadora y de innovación.	X	
b. Sentido de la responsabilidad.	X	
c. Capacidad para trabajar individualmente.	X	
d. Capacidad de asunción y gestión de riesgos.	X	
e. Manejo de la incertidumbre.	X	
<b>2. Búsqueda de información:</b>		
a. Sentido crítico para seleccionar información.		X
b. Manejo de diversas fuentes.		X
<b>3. Organización:</b>		
a. Liderazgo.	X	
b. Trabajo en equipo.	X	
c. Distribución de los tiempos.	X	
d. Orden y presentación en la entrega de tareas.	X	
<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>9</b>	<b>Nº NOES</b> <b>2</b>

### **Conciencia y Expresiones Culturales (CEC):**

*Implica conocer, comprender, apreciar y valorar de forma crítica, abierta y respetuosa las diferentes manifestaciones culturales y artísticas. Implica utilizar los distintos códigos artísticos y culturales como medio de comunicación y expresión personal. Implica manifestar interés en la vida cultural y la conservación del patrimonio.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CEC:

<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)
--

1. Conciencia Cultural:	Sí contribuye	No contribuye
a. Espíritu crítico.		X
b. Conocimiento de géneros, técnicas, estilos y códigos artísticos.	X	
c. Interés, aprecio y respeto por las obras artísticas.		X
d. Disfrute de obras artísticas.		X
e. Promoción de la actividad cultural.		X
<b>2. Expresión cultural:</b>		
a. Creatividad e iniciativa cultural.	X	
b. Resolución de problemas.	X	
c. Asunción de riesgos.	X	
d. Comunicación de ideas a través del arte.		X
<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b> N.º ITEMS SEÑALADOS	<b>Nº SÍES</b> 4	<b>Nº NOES</b> 5

### C. CONTENIDOS DE LA MATERIA

A continuación, se muestran todos los contenidos de la materia, **resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos** para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

#### Bloque 1. Contenidos comunes

Búsqueda de información, estructuración y síntesis de la misma para obtener conclusiones personales. **Empleo de las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.**

Utilización de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como medio activo de comunicación intergrupala y publicación de información.

#### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

**Acondicionamiento general de las capacidades físicas relacionadas con la salud.** Consolidación del trabajo realizado en cursos anteriores.

**Control de la intensidad del esfuerzo por la frecuencia cardiaca: toma de pulsaciones y cálculo de la zona de actividad.**

Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones.

**Calentamiento general y específico. Elaboración y puesta en práctica de calentamientos y vuelta a la calma, de manera autónoma, adaptados a distintas actividades.**

Técnicas generales de relajación y trabajo compensatorio. Adopción de posturas correctas en las actividades físicas y deportivas.

Desarrollo equilibrado de la musculatura de sostén.

**Alimentación y actividad física. Fundamentos básicos para una dieta equilibrada y su planificación.** Sistemas de producción de energía (aeróbico y anaeróbico).

Ejercicio sistemático y adaptaciones producidas en el organismo. Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.

*Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición*

**Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse.**

Realización de gestos técnicos en diferentes situaciones reales de juego. Creación de automatismos para conseguir un buen rendimiento.

La iniciativa como el elemento que marca el carácter ofensivo o defensivo.

Práctica de acciones motrices regladas y adaptadas que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos y las estrategias básicas de ataque y defensa, de los deportes de oposición.

Táctica colectiva: distintas formas de lograr la consecución del objetivo de la acción común.

Estudio y análisis del contrincante.

*Bloque 4. Situaciones de cooperación*

Práctica de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos de las actividades propuestas.

**Acciones para conseguir ventaja. Táctica colectiva. Estrategia. Plan de juego.**

**Estilo de juego.**

El deporte como fenómeno sociocultural. Los valores en el deporte y la actividad física. Aplicación práctica.

Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte, en particular tradicional y autóctono, para la dinamización de grupos y el disfrute personal.

*Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno*

Adquisición de técnicas básicas de orientación.

La brújula, familiarización y manejo, lectura y orientación de mapas y realización de actividades de orientación.

Medios modernos de orientación. Realización de actividades recreativas, respetando el medio ambiente y utilizando las posibilidades que el entorno brinda.

**La seguridad como premisa en el medio natural. Primeros auxilios básicos.**

Nociones de supervivencia y acampada: Usos y abusos de que es objeto el medio urbano y natural en la actualidad.

*Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión*

**Bailes individuales, por parejas o colectivos (danzas del mundo, bailes de salón).**

Identificación y prevención de las contingencias propias de las actividades artístico-expresivas.

Valoración de los bailes y danzas como medio de expresión y comunicación.

Valoración de las danzas folclóricas como parte del patrimonio cultural y como elemento de relación con los demás.

a) Listado de Unidades Didácticas.

UU.DD	3ºESO	CONTENIDOS	SESIONES
<b>1º TRIMESTRE</b>			
<b>1</b>	EL CALENTAMIENTO	Fases del calentamiento general y batería de ejercicios de cada una de ellas.  Grupos musculares y articulares implicados en cada una de las fases del calentamiento general  El calentamiento específico: Acciones técnicas de los principales deportes y movimientos articulares asociados a ellas.	5
<b>2</b>	TEST DE CONDICIÓN FÍSICA	Pruebas y test de condición física de las 4 capacidades físicas básicas.	2
<b>3</b>	RESISTENCIA	Resistencia: Concepto y tipos.  Métodos continuos y fraccionados para el trabajo de la resistencia: Carrera Continua, Circuito y fartlek.  Pruebas para valorar el progreso y mejora de la CFB de resistencia	7
<b>4</b>	COLPBOL	Aspectos reglamentarios básicos.  Ejecución de los diferentes gestos técnicos.	5
<b>2º TRIMESTRE</b>			
<b>5</b>	ALIMENTACIÓN, LESIONES DEPORTIVAS Y PRIMEROS AUXILIOS	Nociones básicas de primeros auxilios.  Aspectos básicos de nutrición y deporte.  Principales lesiones deportiva y actuación.	4
<b>6</b>	FUERZA E HIGIENE POSTURAL	Fuerza: Concepto y tipos.  Realización de ejercicios de fuerza con autocarga  Higiene postural: Aplicaciones prácticas. Creación de hábitos y actitudes preventivas.	5
<b>7</b>	BÁDMINTON	Aspectos reglamentarios básicos.  Ejecución de los diferentes gestos técnicos.	5



8	POSTURA, GESTO Y MOVIMIENTO	Conocimiento y práctica con los posibles usos de cuerpo, gesto y movimiento. Factores que determinan las calidades del movimiento: Espacio, tiempo e intensidad. Elaboración de una composición.	4
<b>3º TRIMESTRE</b>			
9	PARKOUR	Realización de habilidades motrices básicas Normas básicas de seguridad.	5
10	RUGBY-TAG	Aspectos reglamentarios básicos. Ejecución de los diferentes gestos técnicos.	5
11	ORIENTACIÓN	Manejo básico de la brújula y el mapa Elementos fundamentales de las carreras de orientación.	5
12	JUEGOS TRADICIONALES	Conocimiento de diferentes juegos. Práctica y organización de ejercicios	4

#### D. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

A continuación, se muestran todos los criterios de evaluación de la materia, resaltando en **negrita** aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

##### Bloque 1. Contenidos comunes

1. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

##### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

**2. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.**

**3. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de autoexigencia en su esfuerzo.**

**4. Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.**

##### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Resolver situaciones motrices de oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

#### Bloque 4. Situaciones de cooperación

- 1. Resolver situaciones motrices de, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes**
2. Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos en la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

#### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.
2. Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.
- 3. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.**

#### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

- 1. Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.**
2. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

### **E. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE**

A continuación, se muestran todos los estándares de aprendizaje de la materia, resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

#### Bloque 1. Contenidos comunes

- 1.1 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentaciones, imagen, video, sonido...) como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante
- 1.2 Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

#### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

1.1 Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.

2.1 Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

2.2 Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva.

**2.3 Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.**

2.4 Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

**3.1 Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.**

3.2 Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

3.4 Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

4.1 Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

**4.2 Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.**

4.3 Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

1.1 Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas

1.2 Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

1.3 Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

2.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición propuestas.

2.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.

2.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

2.4 Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

### Bloque 4. Situaciones de cooperación

1.1 Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

**1.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.**

1.3 Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

1.4 Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

2.1 Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

2.2 Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

2.3 Respeto a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

#### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

1.1 Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

2.1 Respeto el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físico-deportivas.

2.2. Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

3.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

**3.2 Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.**

3.3 Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

#### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

1.1 Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

**1.2 Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.**

2.1 Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

## **F. CONTENIDOS TRANSVERSALES**

Los elementos transversales que se han de tener en cuenta son los establecidos en el artículo 6 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre. Muchos de ellos se definen como obligatorios durante la etapa, que son: comprensión lectora (CL), expresión oral y escrita (EOE), comunicación audiovisual (CA), tecnologías de la información y la comunicación (TIC), espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial (EEIE), educación cívica y constitucional (ECC).

Desde nuestro departamento entendemos que no todos los temas transversales tienen una relación directa con nuestra materia, por ello concretamos también algunos otros y en particular nos centraremos en los siguientes:

- El desarrollo sostenible y el medio ambiente (DSMA).
- El desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres (DIEHM).
- La prevención de la violencia de género (PVG).
- La actividad física y la dieta equilibrada como parte del comportamiento juvenil (AFDE).

En la siguiente tabla se muestra su el trabajo de cada uno de todos estos contenidos transversales en el presente curso.

Contenido / U.D.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
CL			■	■			■								
EOE					■	■	■					■			
CA					■	■									
TIC			■	■			■			■		■			
EEIE									■	■	■	■			
ECC	■							■					■	■	
DSMA															■
DIEHM	■											■	■	■	
PVG	■							■					■	■	
AFDE							■								

## G. MEDIDAS QUE PROMUEVEN EL HÁBITO DE LECTURA

### a) Propuestas y actividades

Proponer artículos de interés extraídos de periódicos, revistas, y elementos digitales (páginas web, plataformas digitales) con contenidos propios del área. Dinamización del tablón de anuncios del gimnasio, mediante la exposición en el mismo, de artículos de actualidad, aportados tanto por el profesor, como por los alumnos/as.

### b) Unidades didácticas

U.D.3. Resistencia → Artículos sobre beneficios de la práctica de ejercicio cardiovascular.

U.D. 5. Alimentación y AF → Artículo sobre comida saludable.

U.D.6. Flexibilidad → Artículo sobre el trabajo de la fuerza en la adolescencia.

### ➤ Contribución del plan a la adquisición de las competencias clave.

El plan de fomento a la lectura se caracteriza por desarrollar principalmente, la competencia en comunicación lingüística gracias a un aprendizaje de un vocabulario específico y a la comprensión de textos relacionados con el ámbito deportivo.

Igualmente, la competencia de aprender a aprender estará muy presente también puesto que muchos de los artículos y textos describen habilidades, destrezas y ejercicios para su posterior puesta en práctica o para ampliar contenidos abordados durante las clases.

Finalmente, la competencia social y ciudadana estará perfectamente desarrollada en este plan, gracias a la lectura y análisis de textos relacionados con la sociología del deporte que dan una visión muy cercana de la problemática que envuelve el mundo de lo físico, corporal y deportivo.

## H. METODOLOGÍA DIDÁCTICA

### A. Principios metodológicos

En base a la Propuesta Curricular del Centro la metodología que se utilice en nuestro departamento deberá respetar los principios básicos del aprendizaje, y estará en función de las características de la etapa educativa, de la naturaleza de las diferentes materias, de las condiciones socioculturales del entorno, de la disponibilidad de recursos del Centro y, en especial, de las características del alumnado.

El santo y seña del Centro, desde el punto de vista metodológico, será el de la potenciación del aprendizaje por competencias. Esta máxima guiará la elección de los recursos y modelos de trabajo específicos para cada materia y nivel.

Para ello, y referido a la Educación Secundaria Obligatoria, los métodos pedagógicos y didácticos utilizados por el profesorado se ajustarán a los siguientes aspectos:

➤ *Desde nuestra materia se procurará una **enseñanza activa, vivencial y participativa** del alumnado, lo que significa:*

En resumen, lo que vamos a procurar en este departamento es que el alumno/a sea el verdadero constructor de sus aprendizajes, quedando el profesor en un segundo plano, ya que nuestro papel debería ser “únicamente” el de asesorar y guiar a nuestros alumnos/as en el camino que les lleve a la meta. Para ello tenemos toda la etapa, 4 años, en los que nuestros alumnos/as deben llegar a la última estación, eso sí, haciendo las paradas necesarias. La idea principal es que el alumno/a se implique en el proceso, que no tenga un papel pasivo, y además de recibir información la analice, la intente comprender (si fuese necesario se apoyarían en nosotros), y llegue a tener una opinión fundada sobre todo lo que se refiera a la E.F. Se trata de que los alumnos/as lleguen a adquirir aprendizajes significativos y por tanto que tengan cultura física.

➤ *Desde nuestra materia se debe partir de los conocimientos previos del alumnado, así como de su nivel competencial, introduciendo progresivamente los diferentes contenidos y experiencias, procurando de esta manera un **aprendizaje constructivista**.*

El proceso de enseñanza-aprendizaje sigue consistiendo en plantear situaciones en las que el alumno/a, partiendo de sus necesidades, sus posibilidades y sus conocimientos previos, tenga que utilizar sus capacidades motrices, superando estadios iniciales y niveles de competencia en función de sus posibilidades, teniendo como objetivo educativo el de responsabilizarse de su propio cuerpo y de su futura competencia motriz. Para ello, éste debe adquirir hábitos estables en la práctica del ejercicio físico, conocer los instrumentos básicos para poder perseguir en su vida una actividad física que le lleve a óptimas condiciones de salud, mejorando sus capacidades físicas y motrices.

➤ Desde la Educación física se atenderá a los **diferentes ritmos de aprendizaje** de los alumnos en función de sus necesidades educativas.

➤ La Educación física procurará un conocimiento sólido de los **contenidos curriculares**.

Sobre la organización de la Educación Física. Se han establecido seis bloques de contenido, cinco de ellos vinculados a diferentes situaciones motrices y uno conectado con aprendizajes de carácter transversal. Los cinco bloques vinculados a la acción motriz configuran los ejes específicos de la educación física, ya que nos permitirán transferir saberes comunes dentro de un itinerario de enseñanza-aprendizaje al agrupar situaciones y actividades con rasgos comunes de lógica interna. Representará un porcentaje alto de las sesiones del curso. El bloque de contenido transversal aglutina saberes que ayudan al estudiante a saber desenvolverse con criterios sociales y científicos en el contexto social enriqueciendo su cultura física. Este bloque puede desarrollarse tanto con las actividades que el docente planteará de los otros cinco bloques o de forma específica o puntual. No se debe perder de vista que las actividades permiten abordar aprendizajes a partir de contextos reales y permiten a su vez construir y desarrollar competencias clave para todos y para toda la vida.

Se perseguirá que el alumnado a lo largo de la etapa reciba un trabajo sistemático (todos los cursos), equilibrado (parecido número de sesiones en los cinco primeros bloques) y contextualizado (ajustado a las posibilidades del centro y del entorno) de los diferentes tipos de experiencias y prácticas motrices, ya que de lo contrario no estaremos aprovechando al máximo las posibilidades educativas que nos ofrece la materia. La resultante del proceso seguido será un desarrollo curricular que tendrá como centro al alumnado y al desarrollo progresivo de los aprendizajes específicos de la materia de Educación Física. De este modo el alumnado tendrá al final de su paso por la enseñanza obligatoria, autonomía para desarrollar y gestionar diferentes actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas y participar de un estilo de vida activo.

➤ Desde nuestra materia se propiciará en el alumnado:

- La observación.
- El análisis.
- La interpretación.
- La investigación.
- La capacidad creativa.
- La comprensión.
- El sentido crítico.
- La resolución de problemas.
- La aplicación de los conocimientos adquiridos a diferentes contextos.

➤ Asimismo, y dentro de las limitaciones de **recursos audiovisuales e informáticos** que tiene el Centro, se intentará, desde la Educación física, su utilización como herramienta de trabajo en el desarrollo de algún contenido. En nuestro departamento atenderemos a los siguientes apartados:

a) Utilización de programas informáticos:

- Se utiliza en procesador de textos para la realización de trabajos, elaboración de fichas de actividades...

- Se emplean hojas de cálculo con el fin de registrar y calcular datos.

- Utilización de programas como Powerpoint para la elaboración de presentaciones.

b) Internet como fuente de recursos:

- Empleo de una plataforma digital (Teams) para difundir materiales u otro tipo de informaciones a los alumnos. En la misma se proporcionan enlaces a sitios Web para que los alumnos completen la información que se expone en el aula.

- Se realizan visitas a sitios Web con los alumnos dentro del aula de informática o el salón de actos para la visualización de videos o contenidos de carácter curricular.

- Los alumnos realizan trabajos o tareas diarias para las cuales emplean Internet como fuente de información.

c) Elaboración de materiales multimedia:

- Los alumnos utilizarán herramientas web 2.0 para la elaboración de materiales didácticos como son Freemind, prezzi, google drive...

- Elaboración de figuras de acrosport a través de la herramienta 2.0 Roudneff.

d) Internet como fuente de comunicación:

- Utilización del correo electrónico para la comunicación entre los miembros del Departamento Didáctico.

- Empleo de la página Web del centro para comunicar los integrantes del Departamento, horas de tutoría, programaciones, fechas de pendientes, materiales para la recuperación de la asignatura, enlaces.

- e) Recursos tecnológicos como las cámaras de fotos o video, teléfonos inteligentes o tablets, con la utilización de apps específicas para actividades físicas.

➤ *Desde la Educación física se potenciará la **expresión oral** y la **capacidad comunicadora de los alumnos**.*

En nuestra área potenciaremos este aspecto no solamente con el bloque de contenidos de índole artística o de expresión (bloque 6), sino en el resto de contenidos. El hecho de que los alumnos deben interactuar constantemente implica una potenciación de la expresión oral, más cuando lo hacen para exponer proyectos o ejercicios. Las exposiciones de trabajos de investigación son también medio utilizado en el departamento para trabajar la capacidad comunicativa de los alumnos.

➤ *Desde nuestra materia se procurará diseñar **secuencias de aprendizaje**, de tal forma que los contenidos de la misma queden interrelacionados, y adquieran un sentido de unidad.*

Partiendo de la idea de que aprender es una actividad interna al discente y dirigida por él mismo, en la orientación y guía de los procesos de aprendizaje, se le permitirá formularse claramente una intención antes de comenzar a actuar, tener medios para identificar el resultado de esta acción y poder modificar los medios de todo tipo utilizados en función del éxito o fracaso de la misma. Es muy interesante facilitar la práctica y la reflexión al alumno, para volver a construir la acción más pensada y ajustada a los fines perseguidos. Se trata de que verbalice y tome conciencia del juego, del aprendizaje, del proceso de sus acciones, de las formas de actuar, de las operaciones utilizadas para realizar las tareas, de los obstáculos encontrados, para que, al tiempo que lleva a cabo las tareas, conozca el porqué y el



para qué de ellas, de manera que vaya construyendo, de forma significativa, conocimientos y saberes.

➤ *Esta materia intentará buscar un **desarrollo multidisciplinar** de algunos contenidos, relacionando los propios de su ámbito con los de otras materias afines, diseñando alguna actividad de forma conjunta.*

Está claro que los aprendizajes se construyen sobre aprendizajes previos del mismo ámbito, de las experiencias de los alumnos/as y/o de los aprendizajes adquiridos en otras áreas. Un contenido desarrollado desde distintos ámbitos permite al alumnado obtener una visión del conjunto más enriquecedora que a su vez va a permitir dar mayor utilidad, sentido y funcionalidad a los aprendizajes. Por esto le queremos otorgar una gran importancia a la interdisciplinariedad, ya que los contenidos de la E.F. pueden tener relación con áreas tan diversas como Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Geografía e Historia, Lengua Castellana y Literatura, Educación Plástica y Visual, Música, Matemáticas, Física, Informática, etc. Desde el departamento queremos potenciar estas relaciones siempre que sea posible.

#### B. Estrategias concretas que se pretenden poner en práctica

a) Aprendizaje cooperativo → Esta metodología utiliza actividades en las que todo el grupo tendrá el mismo objetivo. No serán competitivas, sino que si uno consigue sus objetivos todos lo harán, y viceversa.

b) Agrupamientos:

Los agrupamientos de alumnos serán flexibles. En función de las circunstancias (alumnos, objetivos, tareas,...) resultará más apropiado uno u otro, de modo que unas veces se fomentará el trabajo individual y otras el trabajo en parejas, pequeños grupos o gran grupo. Con esta variedad se pretende buscar tanto una mayor individualización de la enseñanza como la mejora de las relaciones sociales. También combinaremos la duración de los agrupamientos, proponiendo grupos estables (una U.D., un trimestre,...) y cortos u ocasionales (para una tarea o sesión). En este último caso buscaremos una evolución coherente en los agrupamientos en la sesión para minimizar la pérdida de tiempo (tras una actividad individual se forman parejas, luego grupos de cuatro,...).

La responsabilidad en la creación de grupos no será únicamente del profesor (criterio funcional), ya que en ocasiones los alumnos tendrán la posibilidad de elegir compañeros (aunque el profesor intervendrá poniendo algunas condiciones o en situaciones puntuales si surge algún problema). Así, los criterios para la creación de estos grupos serán:

- Funcionales → Grupos homogéneos o heterogéneos, por disponibilidad de recursos, por necesidades de las actividades, según objetivo, buscando mayor participación, para evitar actitudes sexistas,...
- Condicionados → Se establecerá en cada grupo un mínimo de alumnos con unas características concretas (por ejemplo, 2 alumnos de cada sexo en cada grupo de 7).
- Aleatorios → Los alumnos se agruparán libremente.

Los grupos de nivel (homogéneos en cuanto a capacidades) serán útiles en muchas ocasiones (atención a la diversidad,...), pero también pueden crear sensaciones de "torpeza" en algunos alumnos. La heterogeneidad aportará relaciones

más variadas, y la presencia de “modelos” dentro de cada grupo que motiven y ayuden a los compañeros.

- c) Estilos de enseñanza → Dentro del amplio espectro existente utilizaremos variedad de estilos, en función de la situación y la U.D. a tratar (mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, descubrimiento guiado,...).

- d) Trabajo por proyectos:

Reúne muchos de los aspectos anteriormente reflejados por lo que se propone que desde las diferentes materias se utilice este recurso metodológico.

El trabajo por proyectos es una metodología que en Educación física llevamos utilizando en cursos anteriores. Nuestro proceso de enseñanza aprendizaje no solo se basa en un conjunto de tareas individuales, como en un principio pueda parecer, sino en la integración de cada alumno en un conjunto que pueda fomentar la adquisición de las competencias. Por ello, es frecuente ver a los alumnos participando en elaboración de coreografías artísticas, presentaciones de contenidos didácticos, retos conjuntos... y, en definitiva, en la realización de “Montajes finales” en los que plasman lo elaborado durante la Unidad Didáctica.

Nuestra metodología va encaminada a una mayor autonomía del alumno donde cada vez sea más protagonista del proceso y él mismo sea capaz de integrar todos los conocimientos. Gracias a esta forma de trabajo, siempre guiado por el profesor, el alumno puede ser más consciente de sus propias limitaciones y adquirir un método más reflexivo que le permita construir su aprendizaje.

## C. DECISIONES RELACIONADAS CON LA EDUCACIÓN A DISTANCIA (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Las clases y la comunicación con el alumnado se realizarán a través de Teams, que ya está siendo utilizado en la enseñanza presencial, manteniendo el horario de la enseñanza presencial.
- La parte más práctica de la materia (actividad física) se realizará mediante el envío de explicaciones y vídeos demostrativos, debiendo el alumnado ejecutar los ejercicios y enviar un archivo de vídeo.
- En ocasiones, cuando no se pueda realizar con garantías, la parte práctica se sustituirá por trabajos teórico-prácticos o exposiciones orales en los que el alumno demuestre que sabe cómo se realiza.

## I. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

- a) Materiales

- *Libro de texto.*

Un año más desde el Departamento de Educación Física no consideramos necesario la utilización como material didáctico del libro de texto. El carácter práctico de la asignatura y el cambio anual de uno de los miembros del departamento hace que la implantación de este recurso no sea el más adecuado.

- *Materiales elaborados por el profesor.*

Los apuntes propios de la asignatura para su evaluación conceptual serán aportados por el profesor que imparta la materia en cada curso, bien en fotocopias o a través de la plataforma digital.

Ambos recursos serán costeados por los alumnos.

➤ *Recursos TIC.*

La utilización de materiales audiovisuales y plataformas digitales serán los recursos informáticos más utilizados para la realización de actividades. En algunos casos serán para estimular y afianzar el aprendizaje de algunos contenidos y en otros casos servirán como repositorio de contenidos que permitan al alumnado la realización de actividades curriculares específicas.

b) Recursos que se utilizarán

Utilizaremos el gimnasio, las pistas polideportivas y todo el material deportivo disponible en el departamento.

c) Materiales y recursos a utilizar en enseñanza no presencial (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Será necesario un ordenador para el seguimiento de la materia.
- También necesitará el alumno teléfono móvil o cámara para grabar y enviar sus ejercicios.
- No se utilizará material específico de Educación Física, pero en ocasiones se puede requerir al alumno buscar o elaborar algún material para los ejercicios que así lo requieran.

## **J. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

Es perfectamente constatable el hecho de que en el aula no todos los alumnos aprenden 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/as a la hora de aprender. Por ello desde el área de Educación Física pretendemos ayudar al desarrollo del Plan de Atención a la Diversidad del centro a través de las siguientes actuaciones.

A. Alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo

Grupo 1: ACNEES → 1 alumnos/as

B. Medidas ordinarias

Estas medidas estarán destinadas a todo el alumnado y con ellas pretendemos adecuar el currículo a las características individuales de nuestros alumnos con objeto de proporcionar una atención individualizada en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

➤ *MEDIDAS PREVIAS*

En la programación de las UD a realizar durante el curso se ha tenido en cuenta la variedad de los contenidos y de Uds. de modo que atendamos a las diferencias en los gustos e intereses de todos los alumnos y alumnas. Asimismo hemos pretendido incorporar Uds. novedosas y motivantes para todos/as. Hemos seleccionado contenidos variados que permitan a cada cual encontrar sus afinidades e intereses, valorando en qué medida los contenidos que proponemos refuerzan o benefician a una parte del alumnado en función de sus experiencias previas, género,

nivel de competencia motriz, procedencia cultural, etc., para buscar propuestas diversas que equilibren situaciones socialmente construidas en torno al cuerpo y la motricidad.

### ➤ *LAS ADAPTACIONES CURRICULARES NO SIGNIFICATIVAS*

En Educación Física disponemos de una gran variedad de posibilidades para hacer adaptaciones curriculares con las que atender a la diversidad de los alumnos. Sin interrumpir el desarrollo normal de la clase se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos determinados mientras el resto de la clase realiza otras tareas que se les ha asignado, hacer que los alumnos de mayor nivel colaboren en el aprendizaje de los que tienen un nivel inferior etc.

Estas adaptaciones deben prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.

#### *a) En los estándares de aprendizaje.*

- Priorización de los estándares
- Variando la temporalización de los mismos.
- Seleccionando los “mínimos”.

#### *b) En determinados contenidos.*

Los contenidos vinculados a la Condición física y el desarrollo de las CFB. No se utilizarán como elemento discriminador, sino orientador. Estableceremos pruebas con un carácter criterial e informativo que valoren el nivel de progresión del alumno/a en función de la práctica y del esfuerzo realizado.

En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo (Acrosport). Estableceremos ayudas a la progresión para disminuir el nivel de incertidumbre en los alumnos/as con más problemas, no forzando nunca a la realización de un ejercicio.

En la enseñanza de algunas técnicas deportivas. Plantearemos problemas motores con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno/a pueda adaptar las respuestas a sus características. Son muchas las razones que nos aconsejan no buscar una aproximación fiel a los modelos técnicos teóricos.

En los juegos y deportes colectivos, valoraremos el nivel de participación en las tareas e iniciaremos la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante (la búsqueda de respuestas o soluciones por encima del dominio de la técnica). Evitaremos los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos, variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.

En las actividades de ritmo y expresión. Propondremos actividades motivantes al inicio, asentando el respeto al otro como base de trabajo, creando un clima de espontaneidad y distensión, dejando libertad a los alumnos/as y respetando cualquier idea que pongan de manifiesto, aceptándolas todas pues se parte de la premisa que cualquiera de ellas es válida, desarrollaremos los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos, evitando el direccionismo y la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.

#### *c) En la evaluación:*

- Utilizaremos sistemas de evaluación en los que cada uno se responsabilice de su evolución personal, huyendo de evaluaciones comparativas que refuercen las desigualdades.

- Diversificaremos los procedimientos de evaluación, adecuando los tiempos y criterios a los alumnos.

- Seleccionaremos criterios específicos de evaluación.

- Estableceremos criterios de evaluación graduados. Por un lado, podemos establecer criterios de evaluación mínimos, y por otro, algunos de ampliación que valoren los distintos niveles de aprendizaje

- Modificación de los instrumentos y procedimientos.

d) *En la metodología.*

Disponemos de multitud de recursos para atender a la diversidad de los alumnos. Partiendo de una enseñanza individualizada (facilitada por una metodología basada en la asignación de tareas), se puede organizar a los alumnos por grupos de nivel o de intereses, desdoblar los grupos para trabajar con un número menor de alumnos, atender por separado a un alumno o grupo de alumnos que en un momento determinado lo necesite mientras los demás continúan realizando su trabajo. Utilizaremos como fórmula de funcionamiento habitual distintos agrupamientos (parejas, pequeños grupos, grandes grupos) que potencien los contactos con personas de diferente género, capacidad, habilidad, personalidad, cultura, etc. Se pretende que se acostumbren a la originalidad corporal y motriz de otros/as.

e) *Adaptaciones según el tipo de necesidad:*

e.1) Alumnos/as con discapacidad física grave y permanente. Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Si los ejercicios perjudiciales para su salud pueden ser sustituidos por otros, el profesor/a diseñará nuevos ejercicios y actividades adaptadas a ese alumno.

Si el alumno no puede llevar a cabo las actividades físicas esenciales de una unidad didáctica, realizará durante la hora de clase otras actividades teórico-prácticas relacionadas con el tema de esa unidad que se reflejarán en el Informe de Progresos y que serán evaluadas como cualquier otra actividad.

Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

- Realización de trabajos- fichas relacionados con los contenidos que se están trabajando, para posteriormente exponerlos ante sus compañeros (lo cual otorga un carácter práctico y de utilidad a la tarea).

- Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.

- Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...

- Colaboración con el profesor.

Queda a criterio del profesor/a pedir al alumno/a que compre un libro de texto de EF cuando su lesión o enfermedad le impidan hacer una amplia cantidad de contenidos de tipo práctico.

e.2) Alumnos/as con discapacidades transitorias y/o contraindicadas para un determinado tipo de contenido. Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos/as que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood

Schlater, soplo fisiológico, escoliosis, asma) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo).

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado.

Para los alumnos/as que padezcan una discapacidad transitoria (lesionados temporales), proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca. Intentaremos que mientras dure esa lesión o enfermedad el alumno/a desarrolle los trabajos precisos en clase o en casa para que pueda acceder a los contenidos tratados por vías diferentes: colaborando con el profesor en el desarrollo de las sesiones, ayudando a sus compañeros en la medida de sus posibilidades, anotando las clases por escrito en fichas prediseñadas, realizando trabajos sobre los contenidos tratados, etc.

#### ➤ *MEDIDAS DE APOYO DESDE EL ÁREA A LOS ALUMNOS DE INTEGRACIÓN TARDÍA*

- Proporcionaremos al alumno o alumna la información necesaria sobre el área, instalaciones, las normas y todo aquello que facilite su desenvolvimiento y su autonomía.

- Durante los primeros días de manera especial, para que se relacione con los compañeros y compañeras del grupo, propondremos cada día un alumno de referencia que le acompañara y le ayudará.

- En caso de que desconozca el castellano reforzaremos las explicaciones con imágenes, iconos, gestos y en algunos casos le daremos información y fichas en su propio idioma.

- Realizaremos un seguimiento del proceso de adaptación del alumno o alumna y de su proceso de aprendizaje.

- Fomentaremos de la participación del alumnado inmigrante en las actividades extraescolares del centro.

#### ➤ *MEDIDAS DE APOYO A LA PREVENCIÓN Y CONTROL DEL ABSENTISMO ESCOLAR*

- Fomentaremos aquellas actividades extraescolares fuertemente motivadoras.

- Utilizaremos refuerzos positivos

- Se incluirán elementos interculturales (tradiciones, juegos, celebraciones...) que favorezcan la inmersión en nuestra cultura.

- Reflejaremos en cada sesión las faltas de asistencia y las comunicaremos.

#### ➤ *MEDIDAS DIRIGIDAS A LOS ALUMNOS CON DESVENTAJAS SOCIOEDUCATIVAS, ALUMNOS CON DIFICULTAD DE INSERCIÓN ESCOLAR Y ALUMNOS CON PROBLEMAS DE CONVIVENCIA*

- Profundización de la educación en valores,

- Realización de actividades que favorezcan el conocimiento mutuo y la cohesión del grupo.

- Favoreceremos un clima social de convivencia, respeto y tolerancia.

- Fomentaremos el respeto mutuo como valor fundamental.

### C. Medidas especializadas

3º B:

Tenemos una alumna con discapacidad motórica (osteogénesis imperfecta - “huesos de cristal”). No puede realizar actividades de alto impacto ni cargar grandes pesos, por lo que siempre que vayamos a realizar actividades de este tipo se sustituirán por otras para ella (con carga ligera o sin carga, otros ejercicios de bajo impacto,...). El resto de actividades las ha venido realizando normalmente en cursos anteriores (en general), aunque estaremos siempre pendientes y con la posibilidad de adaptar los ejercicios necesarios.

- ACTIVIDADES Y RECURSOS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DE FORMA NO PRESENCIAL (PLAN DE CONTINGENCIA)

Se realizarán sesiones online personalizadas para aquellos alumnos que lo requieran.

## K. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE

### A. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje

#### a. Perfil de materia

- i. Listado de estándares de aprendizaje: Se muestran en la el apartado E.
- ii. Determinación de los estándares de aprendizaje básicos: Se muestran en la el apartado E.

#### b. Contribución al perfil competencial

- i. Relación de los estándares de aprendizaje con las Competencias Clave.

### B. Instrumentos de evaluación

- a. Instrumentos que se van a utilizar: Hoja de observación, prueba práctica, trabajo de investigación, prueba oral, prueba escrita.
- b. Relación con los estándares de aprendizaje.
- c. Otros aspectos:

El artículo 5 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que serán los estándares de aprendizaje evaluables, como elementos de mayor concreción, observables y medibles, los que, al ponerse en relación con las competencias clave, permitirán graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas.

A su vez el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que tanto en la evaluación continua, como en las evaluaciones finales en las diferentes etapas educativas, deberá tenerse en cuenta el grado de dominio de las competencias a través de:

- Procedimientos de evaluación.
- Instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos.

En relación a los procedimientos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece, que el profesorado debe utilizar procedimientos de evaluación variados para facilitar la evaluación del alumnado como parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje, y como una herramienta esencial para mejorar la calidad de la educación, y menciona la observación sistemática del trabajo de los alumnos, el

análisis de documentos tales como las pruebas orales y escritas, el portafolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase. Así mismo en la ORDEN EDU/362/2015 de Castilla y León se especifica que “las pruebas de evaluación que se desarrollen en las diferentes materias incluirán pruebas orales, las cuales tendrán su reflejo, según la materia, en su calificación”.

Con respecto a los instrumentos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, dispone que los niveles de desempeño de las competencias se podrán medir a través de indicadores de logro, tales como rúbricas o escalas de evaluación.

Asimismo, el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, hace referencia a que es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación. Estos modelos de evaluación favorecen el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En nuestro caso, los instrumentos de evaluación que podemos utilizar vienen descritos en los primeros anexos y temporalizados por trimestres, los cuales pasamos a explicar a continuación:

➤ *Técnicas de análisis de desempeño.*

-*Trabajo de Investigación:* Se trata de una modalidad de Proyecto en el que se plantea el estudio de un problema a nivel teórico y donde la información para abordarlo se encuentra fundamentalmente en materiales impresos, audiovisuales o electrónicos.

En los trabajos de investigación, por lo general, el docente ofrece el tópico por investigar. La capacidad principal que se pretende evaluar con esta técnica es la de obtener información y la de saber organizarla de cierto modo para que tenga sentido de acuerdo al objetivo planteado al inicio del proyecto. Todo proceso investigativo culmina con la realización de un informe final. Este documento será el determinante del grado de consecución del objetivo planteado. En él, el alumno deberá plasmar toda la capacidad de análisis y síntesis como investigador.

➤ *Técnicas de observación*

-*Escala de Actitudes – Hoja de observación:* Es una lista de enunciados o ítems para medir un aprendizaje relacionado con contenidos actitudinales (disposición positiva, negativa o neutral), ante otras personas, objetos o situaciones.

A nivel práctico, el profesor debe identificar una serie de indicadores de cada estándar de aprendizaje que sea evaluado mediante este instrumento. Estos indicadores se convertirán en los elementos a observar por parte del profesor. Posteriormente se debe definir la escala y sus criterios. En nuestro caso los valoramos a través de registros positivos o negativos cuando surge el comportamiento.

➤ *Técnicas de rendimiento*

Las técnicas de rendimiento o experimentación son procedimientos que tratan de ahondar en los rendimientos pedagógicos. Son técnicas que objetivan, en buena medida, los datos procedentes de la observación del profesor, ya que miden lo que el alumno puede saber y saber hacer por haberlo aprendido después de un proceso determinado. Los instrumentos que en nuestro caso relacionaremos con estas técnicas los clasificaremos en 3 tipos: Pruebas Escritas, Pruebas Orales y Pruebas de Ejecución.



-*Prueba Escrita*: La diversidad de pruebas escritas que existen es muy amplia. Si bien se pueden clasificar según la objetividad de la misma, el modo en el que se confecciona o la demanda que se espera del alumno, en nuestro caso incluiremos en este tipo de instrumento aquellas que son de tipo verdadero-falso, preguntas cortas o elección múltiple.

- *Prueba Oral*: Nos permiten valorar la propiedad en el empleo de la terminología, la interpretación que el alumno hace de la información, así como la generalización y organización de datos del evaluado. Nuestra prueba se basará en una exposición del trabajo de investigación y la contestación cerrada de cada pregunta que pueda surgir al profesor.

- *Prueba Práctica*: Las pruebas prácticas exigen que el alumno realice una tarea poniendo de manifiesto la eficacia de lo aprendido. Las posibilidades son muy amplias, si bien vamos a diferenciar dos tipos de pruebas prácticas que puedan cubrir las diferentes posibilidades de las diferentes áreas del conocimiento.

1. Prueba de Ejecución: Cualquier tarea práctica podría considerarse como una prueba de ejecución, ya que son abiertas y no sólo importa el resultado, el proceso también puede y debe ser valorado.

2. Test: Situación experimental estandarizada. Se evalúa mediante comparación estadística con otros individuos colocados en la misma situación, es decir, mediante un baremo. Sirve para predecir el rendimiento y verificar la evolución del mismo.

#### C. Momentos de la evaluación

- a. En qué trimestre se evalúa cada estándar de aprendizaje.

#### D. Criterios de calificación

- a. Peso o valor (%) de cada estándar de aprendizaje.
- b. Peso o valor (%) de cada instrumento de evaluación.
- c. Otros aspectos:

Ausencias justificadas trimestralmente. Aquellos alumnos que no hayan podido acudir a clase de una manera justificada durante más del 20% de las clases o acudiendo no puedan seguir el mismo ritmo de clase con los procedimientos de evaluación establecidos para los demás, se adaptará la evaluación en función de las circunstancias a través de una pruebas escritas, trabajos teórico-prácticos o trabajos de investigación. Si las ausencias justificadas corresponden a más del 50% de una misma UDD el alumno deberá ser evaluado con el instrumento que considere el profesor.

Aspectos actitudinales. Los alumnos con dos partes de incidencias que hayan sido expulsados por alterar gravemente el desarrollo de las clases tendrán una calificación negativa. Se tendrá en cuenta la entrega de fichas y trabajos por parte del alumno. Aquellos alumnos que no entreguen dichos instrumentos de evaluación serán evaluados con un suspenso. Y por último, en cuanto a la indumentaria y normas básicas en el gimnasio, los alumnos podrán tener una calificación negativa si no atienden a los criterios que marque cada profesor al inicio de curso.

#### E. Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes en modalidad a distancia (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Sólo se modificarán algunos aspectos destinados a evaluar aprendizajes prácticos, siempre y cuando no se puedan llevar a cabo desde casa. En estos casos se sustituirán las pruebas prácticas como instrumentos de evaluación por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas.
- La hoja de observación de la parte actitudinal (aspectos derivados de la clase presencial) se eliminará.

## **L. MEDIDAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA MATERIA DURANTE EL CURSO**

### a) Actividades de refuerzo

Si fuese necesario se proveerá al alumno de las actividades y materiales necesarios para facilitar su recuperación.

### b) Proceso de evaluación para la recuperación

La evaluación es continua, por lo que el alumno supera una evaluación suspensa si en las siguientes demuestra haber superado los estándares que no hubiese alcanzado, ya sea con los contenidos de esa evaluación o con pruebas específicas (escritas, prácticas,...).

Aquel alumnado que no haya superado la evaluación de la asignatura en junio deberá presentarse a la **convocatoria extraordinaria de Septiembre**. Para esta prueba se tendrá en cuenta el perfil de materia y los estándares básicos.

El perfil de materia viene determinado por un listado de estándares de aprendizaje que están recogidos en los diferentes anexos en formato Excel de los cuales, aquellos que están marcados en formato negrita son los estándares básicos, es decir, son aquellos que el departamento de E.F ha valorado que sin su adquisición la asignatura no puede ser superada

### c) Actividades de recuperación a realizar de forma no presencial (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Se realizarán clases online de revisión de contenidos para la recuperación.
- Los aspectos prácticos se recuperarán con archivos de vídeo cuando se pueda realizar dicha práctica, siendo sustituidos por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas cuando no se pueda.
- Los aspectos más teóricos se recuperarán mediante un examen (a través de un cuestionario).

## **M. MEDIDAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA MATERIA PENDIENTE DE CURSOS ANTERIORES**

### a) Actividades de refuerzo

Si fuese necesario se proveerá al alumno de las actividades y materiales necesarios para facilitar su recuperación.

### b) Instrumentos de evaluación

Según la normativa (Art. 32.12 de la ORDEN EDU/362) *“En el contexto de la evaluación continua, cuando el alumnado promocióne con evaluación negativa en alguna de las materias, la superación de los estándares de aprendizaje evaluables correspondientes a éstas será determinada por el profesor de la materia respectiva del curso al que promocionan, quien tendrá a su vez en consideración el seguimiento del programa individualizado. En el caso de materias que el alumno haya dejado de cursar, el departamento de coordinación didáctica correspondiente determinará su superación en función de las medidas educativas reflejadas en el programa individualizado.”*

Con aquellos alumnos y alumnas que habiendo promocionado tengan suspensa la asignatura de Educación física del curso anterior, se les hará un **seguimiento a lo largo del curso**. Durante el presente curso existen alumnos con la materia suspensa correspondientes al curso de 3º ESO (alumnos de 3º)

El seguimiento para estos alumnos consistirá en:

-Una reunión a principio de curso en la que el profesor de referencia orientará a los alumnos de los requisitos que deben cumplir para superar la materia pendiente. Se les entregará la **convocatoria** correspondiente y los alumnos firmarán una copia.

La primera parte consistirá en un **seguimiento diario del trabajo en el aula** (a lo largo de las dos primeras evaluaciones) atendiendo al logro de los estándares básicos y criterios de evaluación del curso pendiente para la que no se establecen procedimientos extraordinarios.

Si esta parte no es superada se procederá con una segunda parte que se llevará a cabo mediante un **trabajo fuera del aula** en función del curso pendiente.

La convocatoria para 2º ESO consistirá en la elaboración de un trabajo de investigación relativo a los distintos contenidos recogidos en la programación del curso correspondiente a establecer por el profesor en función de los estándares no alcanzados.

c) Calendario de evaluación

La convocatoria estará dividida en dos momentos, uno de los cuales será previo a la evaluación del segundo trimestre y otro a finales de mayo.

d) Relación con el Programa individualizado del alumno/a.

El programa individualizado será la referencia para obtener los estándares de aprendizaje que el alumno debe alcanzar para recuperar la materia.

e) Actividades de recuperación a realizar de forma no presencial

Se realizarán clases online de revisión de contenidos para la recuperación.

## **N. PLANES DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN**

Se aplicará para 1 alumno de 3º ESO, siguiendo la siguiente tabla:

## PLAN de REFUERZO Y RECUPERACIÓN 20-21



**Junta de  
Castilla y León**

Consejería de Educación

IES CAMPOS Y TOROZOS

**EDUCACIÓN FÍSICA**

### DATOS ACADÉMICOS DEL ALUMNO/A

<i>Apellidos:</i>		<i>Nombre:</i>
<i>Curso: 3º</i>	<i>Grupo:</i>	<i>Tutor/a:</i>

### CONSIDERACIONES DERIVADAS DE:

- INFORME DE LA EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA 19/20
- LA EVALUACIÓN INICIAL

Durante el periodo no presencial no realizaba las tareas y durante el presencial faltaba a clase siendo fundamental reforzar para este año los contenidos de acondicionamiento físico general que se deben consolidar.

### PLAN DE TRABAJO DEL ALUMNO

<b>Temporalización</b>	<input type="checkbox"/> <b>1º Trimestre</b>

<b>Contenidos relacionados</b>	<b>Criterios de evaluación y/o estándares de aprendizajes básicos a reforzar</b>	<b>Medidas</b>
--------------------------------	--	----------------

<p>La fuerza. Generalidades. Clases. Ejercicios básicos de iniciación al trabajo de fuerza. La velocidad. Generalidades. Clases. Ejercicios básicos de iniciación al trabajo de velocidad de reacción y desplazamiento. Higiene postural: Aplicaciones prácticas. Creación de hábitos y actitudes preventivas.</p>	<p>2.4 Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud. 3.3 Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <u>Apoyo/atención individual</u></li> <li><input type="checkbox"/> <u>Realización de trabajos</u></li> </ul>
--	---	--

Para la comprobación del grado de adquisición de las competencias del alumno se tendrán en cuenta los contenidos, criterios de evaluación y estándares que se consideran de carácter prioritario.

<p><b><i>Orientaciones Metodológicas</i></b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <u>Explicaciones y/o aclaraciones</u></li> <li><input type="checkbox"/> <u>Resolución de dudas</u></li> <li><input type="checkbox"/> <u>Seguimiento presencial</u></li> <li><input type="checkbox"/> <u>Seguimiento online</u></li> </ul>

<p><b><i>Proceso de Evaluación</i></b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <u>Análisis del desempeño</u></li> </ul>

<p><b><i>Responsables de aplicar de aplicar las medidas</i></b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> <u>Profesor materia</u></li> </ul>

OBSERVACIONES

Firma del padre, madre o tutor legal

Fdo.

**5. EDUCACIÓN FÍSICA 4º E.S.O.**

**A. CONTRIBUCIÓN AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DE LA ETAPA:**

<i>Objetivos ESO (Pág. 6 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>	<i>Grado de contribución</i>		
<b>1. En relación con el ejercicio de la ciudadanía democrática:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Asumir sus deberes y obligaciones.			
b. Ejercer sus derechos respetando siempre a los demás.			
c. Practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad.			
d. Participar en la toma de decisiones consensuadas.			
<b>2. En relación con la evolución personal y académica:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Generar mecanismos de autocontrol y disciplina.			
b. Consolidar hábitos de estudio.			
c. Desarrollar y consolidar hábitos de trabajo individual y en grupo.			
d. Desarrollar el espíritu emprendedor.			
e. Desarrollar la capacidad para aprender a aprender.			
f. Desarrollar la toma de decisiones y la asunción de responsabilidades.			
<b>3. En relación con la igualdad entre hombres y mujeres:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Respetar las diferencias.			
b. Fomentar la igualdad de derechos y oportunidades.			
c. Rechazar cualquier tipo de discriminación y de comportamiento sexista.			

<b>4. En relación con el desarrollo de su personalidad:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Fortalecer su afectividad.			
b. Mostrar confianza y seguridad en sí mismo.			
c. Evitar comportamientos de soledad, rebeldía o fuga de la realidad.			
d. Utilizar la práctica deportiva como medio favorecedor de su desarrollo.			
<b>5. En relación con su desarrollo social y el trato hacia los demás:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Fortalecer sus capacidades afectivas.			
b. Rechazar la violencia y los prejuicios de cualquier tipo.			
c. Resolver pacíficamente los conflictos.			
d. Utilizar la práctica deportiva como medio integrador y de relación social.			
<b>6. En relación con el campo de las tecnologías:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las tecnologías, en especial aquellas que se utilizan como fuentes de información.			
b. Adquirir nuevos conocimientos a través de ellas.			
c. Desarrollar un sentido crítico en el uso de las TIC.			
d. Conocer los riesgos, límites legales y consecuencias de su mala utilización.			
<b>7. En relación con el conocimiento científico:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Concebirlo como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas.			
b. Analizar con sentido crítico la percepción y explicación de sucesos de la vida cotidiana.			
<b>8. En relación con la lengua castellana y la literatura:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Comprender y expresar, oralmente y por escrito, textos y mensajes complejos.			
b. Iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.			
<b>9. En relación con las lenguas extranjeras:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Comprender y expresar, verbalmente y por escrito, textos y mensajes sencillos, en lengua inglesa.			
b. Iniciarse en la comprensión y expresión, verbalmente y por escrito, de textos y mensajes sencillos en lengua francesa.			
<b>10. En relación con la historia y la cultura:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer los aspectos básicos de la historia mundial y de España.			
b. Conocer los aspectos más arraigados y determinantes de la historia y la cultura de Castilla y León.			
c. Valorar y respetar la diversidad a nivel cultural existente en el entorno de Medina de Rioseco.			
d. Conocer, valorar y respetar el patrimonio artístico y cultural.			

<b>11. En relación con el propio cuerpo:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer su funcionamiento.			
b. Adquirir hábitos de cuidado y salud corporal, mejorando las condiciones de vida propias.			
c. Utilizar la educación física y la práctica deportiva como medio para su mejora y cuidado.			
<b>12. En relación con las demás personas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Respetar las diferencias con uno mismo y entre los demás.			
b. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad.			
c. Valorar críticamente los hábitos de los demás relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y del medio ambiente.			
<b>13. En relación con el resto de seres vivos:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Contribuir a su cuidado.			
b. Rechazar los hábitos perjudiciales de interacción humana.			
<b>14. En relación con el medio ambiente:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocerlo e interactuar con él.			
b. Contribuir a su conservación y mejora.			
<b>15. En relación con las manifestaciones artísticas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Apreciar y valorar las diferentes formas de creación artística.			
b. Comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas.			
c. Utilizar diversos medios de expresión y representación.			

## B. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO COMPETENCIAL DEL ALUMNADO:

### Comunicación Lingüística (CL):

*Implica la capacidad de comunicarse en diversos contextos o situaciones de usos de la lengua, a través de distintas modalidades, formatos y soportes tanto orales como escritos y que abarcan distintas destrezas referidas a los cinco componentes fundamentales de esta capacidad.*

*En la comunicación en lenguas extranjeras, el desarrollo de estas competencias proporcionará destrezas básicas referidas a la comprensión, la expresión y el contexto tanto de la comunicación oral como de la escrita.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CL:

<b>Comunicación Lingüística</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Expresión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>



a. Entonación.		X
b. Registro contextualizado.		X
c. Selección de vocabulario.		X
d. Dicción.		X
e. Fluidez.	X	
<b>2. Comprensión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Escucha activa y participativa.	X	
b. Escucha respetuosa.	X	
<b>3. Expresión Escrita:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Orden en la información de oraciones.		X
b. Creación de textos adecuados a las necesidades de comunicación.	X	
c. Expresarse con precisión.	X	
d. Caligrafía.		X
e. Utilización correcta de los signos de puntuación.		X
f. Adecuación de lo escrito a lo que se quiere transmitir.		X
g. Ortografía.		X
<b>4. Comprensión Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal y de las secundarias.	X	
b. Interpretación de palabras por el contexto.		X
c. Uso adecuado del diccionario y otras fuentes.		X
<b>5. Fluidez Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Velocidad de lectura.		X
b. Fidelidad de lo leído con lo escrito.		X
c. Entonación.		X
<b>6. Vocabulario:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>

a. Riqueza.	X	
b. Precisión.		X
c. Manejo de sinónimos.		X
d. Evitar redundancias y coletillas o muletillas.		X
<b>7. Capacidad de síntesis:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal.	X	
b. Establecimiento de relaciones lógicas de los textos.		X
<b>8. Gramática:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Reglas y principios.		X
<b>Comunicación Lingüística</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>8</b>	<b>Nº NOES</b> <b>19</b>

**Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología (CMCT):**

*La Competencia Matemática es la capacidad para aplicar el razonamiento matemático y sus herramientas para describir, interpretar y predecir distintos fenómenos en su contexto.*

*Las Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología significan el Acercamiento al mundo físico y a la interacción responsable con él desde acciones a la conservación y mejora del medio natural, importantes para un desarrollo sostenible.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CMCT:

<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Método Científico:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Observación, recogida, utilización e interpretación de datos.	X	
b. Hipótesis.		X
c. Experimentación.		X
d. Comprobación.		X
e. Búsqueda de soluciones y toma de soluciones.		

	X	
<b>2. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.		X
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.		X
c. Estadística y probabilidad.		X
d. Geometría.		X
e. Medidas.	X	
<b>3. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.		X
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.		X
<b>4. Cálculo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Operaciones manipulativas y mentales.	X	
b. Estimaciones.		X
<b>5. Razonamiento:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Planteamiento de problemas.		X
b. Resolución de problemas.	X	
<b>6. Ciencia y Tecnología</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Interacción con el entorno físico, biológico, tecnológico y medioambiental.		X
b. Conocimiento del entorno..	X	
c. Preservación y respeto del entorno.		X
<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b>	<b>Nº SÍES</b>	<b>Nº NOES</b>
<b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>6</b>	<b>13</b>

#### **Competencia Digital (CD):**

*Aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las TIC. Supone la adecuación a los cambios que introducen las TIC para ser competente en un entorno digital.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CD:

<b>Competencia Digital</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Hardware:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Componentes centrales.		X
b. Periféricos.		X
<b>2. Software:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Búsqueda eficaz de la información.	X	
b. Comprensión de la información.	X	
c. Análisis crítico de la información.	X	
d. Comunicación digital: medios y uso social de los mismos.		X
e. Creación de contenidos en diferentes formatos.	X	
f. Autoría y derechos de autor.		X
<b>3. Seguridad TIC:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Normas de uso.		X
b. Seguridad de uso.		X
c. Riesgos y prevención.		X
d. Protección de datos.		X
<b>Competencia Digital</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>4</b>	<b>Nº NOES</b> <b>8</b>

**Aprender a Aprender (AA):**

*Habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje y gestionar el tiempo y la información convenientemente.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la AA:

<b>Aprender a Aprender</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Planificación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Establecimiento de objetivos alcanzables.	X	
b. Organización del aprendizaje en tiempos adecuados.	X	
c. Gestión y organización de recursos.	X	
d. Estrategias para afrontar la tarea.	X	
<b>2. Investigación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Sentido crítico.		X
b. Gestión positiva de los éxitos y los fracasos.	X	
c. Reflexión sobre los procesos de aprendizaje propios.	X	
<b>3. Evaluación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Valoración y respeto del trabajo propio.	X	
b. Valoración y respeto del trabajo de los demás.	X	
c. Superación de dificultades.	X	
d. Valoración positiva de los errores propios y ajenos como fuente de aprendizaje y mejora.	X	
<b>Aprender a Aprender</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>10</b>	<b>Nº NOES</b> <b>1</b>

**Competencias Sociales y Cívicas (CSC):**

*Capacidad de empatizar, aceptar las diferencias, ser tolerante, respetar los valores, las creencias y las culturas propias y ajenas.*

*Habilita a las personas para participar plenamente en la vida cívica, social y profesional.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Autonomía, Socialización y Educación Emocional:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Trabajo grupal.	X	
b. Relaciones interpersonales.	X	
c. Relaciones intrapersonales	X	
d. Gestión de normas.	X	
e. Gestión de conflictos.	X	
f. Toma de decisiones.	X	
g. Aceptación de uno mismo.	X	
h. Aceptación de los demás.	X	
<b>2. Igualdad:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Prevención de la violencia de género.	X	
b. Respeto de las diferencias.	X	
<b>3. Cuidado de uno mismo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Alimentación y salud.	X	
b. Educación vial.		X
c. Seguridad en uno mismo.	X	
d. Autoestima.	X	
<b>4. Uso de las Redes Sociales:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Respeto de valores y conciencia de límites.		X
b. Análisis crítico y responsable de la información.		X
<b>5. Globalización:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>

a. Educación política.		X
b. Procesos migratorios.		X
c. Conflictos bélicos.		X
<b>6. Educación ambiental:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Desarrollo sostenible.		X
b. Ecología.		X
<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>13</b>	<b>Nº NOES</b> <b>8</b>

**Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIEE):**

*Capacidad para transformar las ideas en actos. Disponer de la habilidad para aceptar y apoyar esos cambios. Tener la actitud necesaria para asumir riesgos y aceptar responsabilidades. Ser creativo y saber manejar la incertidumbre.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Autonomía:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Capacidad creadora y de innovación.	X	
b. Sentido de la responsabilidad.	X	
c. Capacidad para trabajar individualmente.	X	
d. Capacidad de asunción y gestión de riesgos.		X
e. Manejo de la incertidumbre.	X	
<b>2. Búsqueda de información:</b>		
a. Sentido crítico para seleccionar información.	X	
b. Manejo de diversas fuentes.	X	
<b>3. Organización:</b>		
a. Liderazgo.	X	

b. Trabajo en equipo.	X	
c. Distribución de los tiempos.		X
d. Orden y presentación en la entrega de tareas.		X
<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>10</b>	<b>Nº NOES</b> <b>1</b>

**Conciencia y Expresiones Culturales (CEC):**

*Implica conocer, comprender, apreciar y valorar de forma crítica, abierta y respetuosa las diferentes manifestaciones culturales y artísticas. Implica utilizar los distintos códigos artísticos y culturales como medio de comunicación y expresión personal. Implica manifestar interés en la vida cultural y la conservación del patrimonio.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CEC:

<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Conciencia Cultural:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Espíritu crítico.	X	
b. Conocimiento de géneros, técnicas, estilos y códigos artísticos.	X	
c. Interés, aprecio y respeto por las obras artísticas.		X
d. Disfrute de obras artísticas.		X
e. Promoción de la actividad cultural.		X
<b>2. Expresión cultural:</b>		
a. Creatividad e iniciativa cultural.	X	
b. Resolución de problemas.		X
c. Asunción de riesgos.		X
d. Comunicación de ideas a través del arte.	X	



<i>Conciencia y Expresiones Culturales</i>	Nº SÍES	Nº NOES
N.º ITEMS SEÑALADOS	4	5

### C. CONTENIDOS DE LA MATERIA

a) Contenidos no abordados de forma presencial el curso 19/20:

- Calentamiento específico.
- Acrosport.
- Fútbol-sala.
- Primeros auxilios.

b) Contenidos de la materia.

A continuación se muestran todos los contenidos de la materia, resaltando en **negrita** aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

#### Bloque 1. Contenidos comunes

Estrategias de búsqueda y selección de información.

**Utilización de fuentes de información digitales. Navegación en itinerarios relevantes para la profundización en diferentes contenidos.**

Comunicación a través de los canales telemáticos.

Uso responsable de las TIC como medio de comunicación interpersonal en grupos.

#### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

Repertorio de elementos técnicos. Automatización.

**Sistemas de entrenamiento de las capacidades físicas.**

Test y pruebas funcionales que informen al alumno de sus posibilidades y limitaciones

**El calentamiento general y específico. Elaboración autónoma de calentamientos y vueltas a la calma, previo análisis de la actividad física que va a desarrollarse.**

Desarrollo de la aptitud física a través del ejercicio sistemático, rutinario y bien planificado.

**Planificación de una sesión de entrenamiento. Planificación de la propia actividad física.**

La postura corporal en actividades cotidianas. Tareas de carácter preventivo.

Ejercicios de tonificación y estiramiento de la musculatura.

Técnicas generales y específicas de relajación y trabajo compensatorio.

Dieta adecuada e hidratación, antes, durante y después de la actividad física.

Material deportivo adecuado al propio nivel. Equipamientos y espacios para una práctica segura de la actividad físico deportiva.

Lesiones más comunes producidas por la práctica deportiva. Protocolo de actuación ante una emergencia en la realización de actividades físico deportivas.

Contribución de la actividad física sistemática al desarrollo integral de la persona.

Efectos negativos de determinados hábitos, nocivos, sobre la condición física y la salud. Responsabilidad y autonomía en el mantenimiento de la salud.

### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

Situaciones globales de juego.

Toma de decisión (pensamiento táctico).

Ejecución técnico-táctica adaptada a los compañeros y/o adversarios.

Supresión de situaciones de peligro en la táctica de oposición.

### Bloque 4. Situaciones de cooperación

Estructura interna de los juegos deportivos de cooperación-oposición.

Coordinaciones tácticas colectivas básicas (en ataque y en defensa) Interpretación del significado de las acciones de sus compañeros.

Juego del adversario. Puntos fuertes y débiles. Realización de la acción apropiada.

Discriminación de los diversos roles de juego La iniciativa como elemento que marca el carácter ofensivo-defensivo.

Autocontrol y tolerancia en el desarrollo de diferentes funciones y situaciones de la práctica deportiva.

Autonomía y responsabilidad en la organización de su tiempo libre.

Planificación y organización de actividades deportivas.

La actividad física como situación motriz reglada, de carácter lúdico e institucionalizada.

El juego y el deporte como medios de aprendizaje y desarrollo de cualidades físicas, psicomotrices y socioafectivas.

**El deporte como manifestación en diversos órdenes de nuestra sociedad. Análisis y reflexión sobre los aspectos positivos (esfuerzo, colaboración, respeto, tolerancia, etc.) y negativos (violencia, dopaje) del deporte.**

Las relaciones interpersonales favorecedoras de la cooperación en las actividades físico deportivas. Trabajo en equipo: cooperación, respeto.

### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

Planificación de actividades físico deportivas en distintos medios en función de las posibilidades que ofrece el entorno.

Relación entre la actividad física, la salud y el medio natural.

Valoración del patrimonio natural como fuente de recursos para la práctica de actividades físicas y recreativas. Impacto que tienen algunas actividades físico deportivas en el medio natural. Adopción de medidas prácticas.

Beneficios que aporta la práctica de estas actividades en la salud individual y colectiva.

### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

Directrices para el diseño de composiciones coreográficas.

**Elaboración y práctica de actividades rítmicas con una base musical, en función de la técnica aprendida.**

**Participación en composiciones coreográficas colectivas, con apoyo de una estructura musical, que incluya los diferentes elementos: espacio, tiempo e intensidad.**

Participación y aportación al trabajo en grupo de diversas actividades rítmicas y/o expresivas.

Aceptación de las diferencias individuales y respeto ante la ejecución y las propuestas de los demás.

c) Listado de Unidades Didácticas.

UDD 4ºESO		CONTENIDOS	SESIONES
<b>1º TRIMESTRE</b>			
1	CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECÍFICO	Repaso de aspectos básicos del calentamiento general. Características del calentamiento específico. Elaboración de calentamientos.	5
2	RESISTENCIA	Repaso de aspectos básicos. Sistemas de entrenamiento. Elaboración y ejecución de sesiones.	8
3	TEST DE CONDICIÓN FÍSICA	Conocimiento y ejecución de test para las CFB	3
4	FLOORBALL	Aspectos reglamentarios, técnicos y tácticos básicos. Ejecución de los diferentes golpes. Organización de torneos.	7
<b>2º TRIMESTRE</b>			
5	CUERPO, GESTO Y MOVIMIENTO	Conocimiento de las posibilidades expresivas del cuerpo Representación	7-8
6	FUERZA	Repaso de aspectos básicos. Sistemas de entrenamiento. Elaboración y ejecución de sesiones.	7-8
7	BÁDMINTON	Aspectos reglamentarios, técnicos y tácticos básicos. Ejecución de los diferentes golpes. Organización de torneos.	7-8
<b>3º TRIMESTRE</b>			
8	RUGBY-BÉISBOL	Aspectos reglamentarios, técnicos y tácticos básicos del rugby y béisbol. Ejecución de los diferentes golpes. Organización de torneos.	6
9	PARKOUR	Adaptación al entorno a través del parkour Actividades de desarrollo de todas las	7

		CFB Principales técnicas del parkour.	
10	ORIENTACIÓN	Manejo de brújula y mapa. Elaboración y ejecución de recorridos.	7

## D. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

A continuación, se muestran todos los criterios de evaluación de la materia, resaltando en **negrita** aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

### Bloque 1. Contenidos comunes

**1. Utilizar eficazmente las Tecnologías de la Información y la Comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, seleccionar y valorar informaciones relacionadas con los contenidos del curso, comunicando los resultados y conclusiones en el soporte más adecuado.**

### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
- 2. Argumentar la relación entre los hábitos de vida y sus efectos sobre la condición física, aplicando los conocimientos sobre actividad física y salud.**
- 3. Mejorar o mantener los factores de la condición física, practicando actividades físico-deportivas adecuadas a su nivel e identificando las adaptaciones orgánicas y su relación con la salud.**
- 4. Diseñar y realizar las fases de activación y recuperación en la práctica de actividad física considerando la intensidad de los esfuerzos.**
5. Asumir la responsabilidad de la propia seguridad en la práctica de actividad física, teniendo en cuenta los factores inherentes a la actividad y previendo las consecuencias que pueden tener las actuaciones poco cuidadosas sobre la seguridad de los participantes.

### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

1. Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico deportivas propuestas, con eficacia y precisión.
2. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

### Bloque 4. Situaciones de cooperación

1. Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

2. Colaborar en la planificación y en la organización de campeonatos o torneos deportivos, previendo los medios y las actuaciones necesarias para la celebración de los mismos y relacionando sus funciones con las del resto de implicados.

**3. Analizar críticamente el fenómeno deportivo discriminando los aspectos culturales, educativos, integradores y saludables de los que fomentan la violencia, la discriminación o la competitividad mal entendida.**

4. Demostrar actitudes personales inherentes al trabajo en equipo, superando las inseguridades y apoyando a los demás ante la resolución de situaciones desconocidas.

#### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

1. Reconocer el impacto ambiental, económico y social de las actividades físicas y deportivas reflexionando sobre su repercusión en la forma de vida del entorno.

#### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

**1. Componer y presentar montajes individuales o colectivos, seleccionando y ajustando los elementos de la motricidad expresiva.**

### **E. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE**

A continuación se muestran todos los estándares de aprendizaje de la materia, resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

#### Bloque 1. Contenidos comunes

1.1 Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos.

1.2 Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones.

**1.3 Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados.**

#### Bloque 2. Acciones motrices individuales en entornos estables

1.1. Ajusta la realización de las habilidades específicas a los requerimientos técnicos en las situaciones motrices individuales, preservando su seguridad y teniendo en cuenta sus propias características.

**2.1 Demuestra conocimientos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable y los beneficios que aportan a la salud individual y colectiva.**

2.2 Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes.

2.3 Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud.

2.4 Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física.

3.1 Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física.

**3.2 Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.**

**3.3 Aplica los procedimientos para integrar en los programas de actividad física la mejora de las capacidades físicas básicas, con una orientación saludable y en un nivel adecuado a sus posibilidades.**

3.4 Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud.

4.1 Analiza la actividad física principal de la sesión para establecer las características que deben tener las fases de activación y de vuelta a la calma.

4.2 Selecciona los ejercicios o tareas de activación y de vuelta a la calma de una sesión, atendiendo a la intensidad o a la dificultad de las tareas de la parte principal.

**4.3 Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz.**

5.1 Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica.

5.2 Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física.

5.3 Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico deportivas.

### Bloque 3. Acciones motrices en situaciones de oposición

1.1 Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.

1.2 Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.

2.1 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario.

### Bloque 4. Situaciones de cooperación

1.1 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de cooperación, ajustando las acciones motrices a los factores presentes y a las intervenciones del resto de los participantes.

1.2 Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de colaboración-oposición, intercambiando los diferentes papeles con continuidad, y persiguiendo el objetivo colectivo de obtener situaciones ventajosas sobre el equipo contrario.

1.3 Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de las mismas, y relacionándolas con otras situaciones.

1.4 Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

1.5 Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

2.1 Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales.

2.2 Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas.

2.3 Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma.

3.1 Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias.

**3.2 Valora las diferentes actividades físicas distinguiendo las aportaciones que cada una tiene desde el punto de vista cultural, para el disfrute y el enriquecimiento personal y para la relación con los demás.**

3.3 Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como el de espectador.

4.1 Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a los argumentos válidos.

4.2 Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo.

#### Bloque 5. Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno

1.1 Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos.

1.2 Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida.

1.3 Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente.

#### Bloque 6. Situaciones de índole artística o de expresión

1.1 Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto.

**1.2 Ajusta sus acciones a la intencionalidad de los montajes artístico-expresivos, combinando los componentes espaciales, temporales y, en su caso, de interacción con los demás.**

1.3 Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas.

## **F. CONTENIDOS TRANSVERSALES**

Los elementos transversales que se han de tener en cuenta son los establecidos en el artículo 6 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre. Muchos de ellos se definen como obligatorios durante la etapa, que son: comprensión lectora (CL), expresión oral y escrita (EOE), comunicación audiovisual (CA), tecnologías de la información y la comunicación (TIC), espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial (EEIE), educación cívica y constitucional (ECC).

Desde nuestro departamento entendemos que no todos los temas transversales tienen una relación directa con nuestra materia, por ello concretamos también algunos otros y en particular nos centraremos en los siguientes:

- El desarrollo sostenible y el medio ambiente (DSMA).
- El desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres (DIEHM).
- La prevención de la violencia de género (PVG).
- La actividad física y la dieta equilibrada como parte del comportamiento juvenil (AFDE).

En la siguiente tabla se muestra su el trabajo de cada uno de todos estos contenidos transversales en el presente curso.

Contenido / U.D.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
CL	■				■								
EOE	■				■								
CA					■								
TIC			■		■		■			■			
EEIE	■		■				■		■	■		■	
ECC					■				■		■	■	
DSMA													■
DIEHM					■				■			■	
PVG									■				
AFDE			■			■	■			■			

## G. MEDIDAS QUE PROMUEVEN EL HÁBITO DE LECTURA

### a) Propuestas y actividades

Proponer artículos de interés extraídos de periódicos, revistas,... y elementos digitales (páginas web, plataformas digitales) con contenidos propios del área. Dinamización del tablón de anuncios del gimnasio, mediante la exposición en el mismo, de artículos de actualidad, aportados tanto por el profesor, como por los alumnos/as.

### b) Unidades didácticas

U.D. 3. Resistencia → Artículo de revista que los alumnos leerán para analizar la influencia de la resistencia en diferentes deportes. Archivos en la plataforma digital para reconocer aspectos teóricos básicos.

U.D. 5. Valores del deporte → Páginas web con las que el alumno puede elaborar su trabajo. Artículo de revista sobre el deporte profesional.

U.D. 13 AMN → Páginas web con las que el alumno puede elaborar su trabajo.

### ➤ *Contribución del plan a la adquisición de las competencias clave.*

El plan de fomento a la lectura se caracteriza por desarrollar principalmente, la competencia en comunicación lingüística gracias a un aprendizaje de un vocabulario específico y a la comprensión de textos relacionados con el ámbito deportivo.

Igualmente, la competencia de aprender a aprender estará muy presente también puesto que muchos de los artículos y textos describen habilidades, destrezas y ejercicios para su posterior puesta en práctica o para ampliar contenidos abordados durante las clases.

Finalmente, la competencia social y ciudadana estará perfectamente desarrollada en este plan, gracias a la lectura y análisis de textos relacionados con la sociología del deporte que dan una visión muy cercana de la problemática que envuelve el mundo de lo físico, corporal y deportivo.



## H. METODOLOGÍA DIDÁCTICA

### A. Principios metodológicos

En base a la Propuesta Curricular del Centro la metodología que se utilice en nuestro departamento deberá respetar los principios básicos del aprendizaje, y estará en función de las características de la etapa educativa, de la naturaleza de las diferentes materias, de las condiciones socioculturales del entorno, de la disponibilidad de recursos del Centro y, en especial, de las características del alumnado.

El santo y seña del Centro, desde el punto de vista metodológico, será el de la potenciación del aprendizaje por competencias. Esta máxima guiará la elección de los recursos y modelos de trabajo específicos para cada materia y nivel.

Para ello, y referido a la Educación Secundaria Obligatoria, los métodos pedagógicos y didácticos utilizados por el profesorado se ajustarán a los siguientes aspectos:

➤ *Desde nuestra materia se procurará una **enseñanza activa, vivencial y participativa** del alumnado, lo que significa:*

En resumen, lo que vamos a procurar en este departamento es que el alumno/a sea el verdadero constructor de sus aprendizajes, quedando el profesor en un segundo plano, ya que nuestro papel debería ser “únicamente” el de asesorar y guiar a nuestros alumnos/as en el camino que les lleve a la meta. Para ello tenemos toda la etapa, 4 años, en los que nuestros alumnos/as deben llegar a la última estación, eso sí, haciendo las paradas necesarias. La idea principal es que el alumno/a se implique en el proceso, que no tenga un papel pasivo, y además de recibir información la analice, la intente comprender (si fuese necesario se apoyarían en nosotros), y llegue a tener una opinión fundada sobre todo lo que se refiera a la E.F. Se trata de que los alumnos/as lleguen a adquirir aprendizajes significativos y por tanto que tengan cultura física.

➤ *Desde nuestra materia se debe partir de los conocimientos previos del alumnado, así como de su nivel competencial, introduciendo progresivamente los diferentes contenidos y experiencias, procurando de esta manera un **aprendizaje constructivista**.*

El proceso de enseñanza-aprendizaje sigue consistiendo en plantear situaciones en las que el alumno/a, partiendo de sus necesidades, sus posibilidades y sus conocimientos previos, tenga que utilizar sus capacidades motrices, superando estadios iniciales y niveles de competencia en función de sus posibilidades, teniendo como objetivo educativo el de responsabilizarse de su propio cuerpo y de su futura competencia motriz. Para ello, éste debe adquirir hábitos estables en la práctica del ejercicio físico, conocer los instrumentos básicos para poder perseguir en su vida una actividad física que le lleve a óptimas condiciones de salud, mejorando sus capacidades físicas y motrices.

➤ *Desde la Educación física se atenderá a los **diferentes ritmos de aprendizaje** de los alumnos en función de sus necesidades educativas.*

➤ *La Educación física procurará un conocimiento sólido de los **contenidos curriculares**.*

Sobre la organización de la Educación Física. Se han establecido seis bloques de contenido, cinco de ellos vinculados a diferentes situaciones motrices y uno conectado con aprendizajes de carácter transversal. Los cinco bloques vinculados a la acción motriz configuran los ejes específicos de la educación física, ya que nos

permitirán transferir saberes comunes dentro de un itinerario de enseñanza-aprendizaje al agrupar situaciones y actividades con rasgos comunes de lógica interna. Representará un porcentaje alto de las sesiones del curso. El bloque de contenido transversal aglutina saberes que ayudan al estudiante a saber desenvolverse con criterios sociales y científicos en el contexto social enriqueciendo su cultura física. Este bloque puede desarrollarse tanto con las actividades que el docente planteará de los otros cinco bloques o de forma específica o puntual. No se debe perder de vista que las actividades permiten abordar aprendizajes a partir de contextos reales y permiten a su vez construir y desarrollar competencias clave para todos y para toda la vida.

Se perseguirá que el alumnado a lo largo de la etapa reciba un trabajo sistemático (todos los cursos), equilibrado (parecido número de sesiones en los cinco primeros bloques) y contextualizado (ajustado a las posibilidades del centro y del entorno) de los diferentes tipos de experiencias y prácticas motrices, ya que de lo contrario no estaremos aprovechando al máximo las posibilidades educativas que nos ofrece la materia. La resultante del proceso seguido será un desarrollo curricular que tendrá como centro al alumnado y al desarrollo progresivo de los aprendizajes específicos de la materia de Educación Física. De este modo el alumnado tendrá al final de su paso por la enseñanza obligatoria, autonomía para desarrollar y gestionar diferentes actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas y participar de un estilo de vida activo.

➤ *Desde nuestra materia se propiciará en el alumnado:*

- La observación.
- El análisis.
- La interpretación.
- La investigación.
- La capacidad creativa.
- La comprensión.
- El sentido crítico.
- La resolución de problemas.
- La aplicación de los conocimientos adquiridos a diferentes contextos.

➤ *Asimismo, y dentro de las limitaciones de **recursos audiovisuales e informáticos** que tiene el Centro, se intentará, desde la Educación física, su utilización como herramienta de trabajo en el desarrollo de algún contenido. En nuestro departamento atenderemos a los siguientes apartados:*

a) Utilización de programas informáticos:

- Se utiliza en procesador de textos para la realización de trabajos, elaboración de fichas de actividades...

- Se emplean hojas de cálculo con el fin de registrar y calcular datos.

-Utilización de programas como Powerpoint para la elaboración de presentaciones.

b) Internet como fuente de recursos:

- Empleo de una plataforma digital (Teams) para difundir materiales u otro tipo de informaciones a los alumnos. En la misma se proporcionan enlaces a sitios Web para que los alumnos completen la información que se expone en el aula.

- Se realizan visitas a sitios Web con los alumnos dentro del aula de informática o el salón de actos para la visualización de videos o contenidos de carácter curricular.

- Los alumnos realizan trabajos o tareas diarias para las cuales emplean Internet como fuente de información.

c) Elaboración de materiales multimedia:

- Los alumnos utilizarán herramientas web 2.0 para la elaboración de materiales didácticos como son Freemind, prezzi, google drive...

-Elaboración de figuras de acrosport a través de la herramienta 2.0 Roudneff.

d) Internet como fuente de comunicación:

- Utilización del correo electrónico para la comunicación entre los miembros del Departamento Didáctico.

- Empleo de la página Web del centro para comunicar los integrantes del Departamento, horas de tutoría, programaciones, fechas de pendientes, materiales para la recuperación de la asignatura, enlaces.

e) Recursos tecnológicos como las cámaras de fotos o video, teléfonos inteligentes o tablets, con la utilización de apps específicas para actividades físicas.

➤ *Desde la Educación física se potenciará la **expresión oral** y la capacidad comunicadora de los alumnos.*

En nuestra área potenciaremos este aspecto no solamente con el bloque de contenidos de índole artística o de expresión (bloque 6), sino en el resto de contenidos. El hecho de que los alumnos deben interactuar constantemente implica una potenciación de la expresión oral, más cuando lo hacen para exponer proyectos o ejercicios. Las exposiciones de trabajos de investigación son también medio utilizado en el departamento para trabajar la capacidad comunicativa de los alumnos.

➤ *Desde nuestra materia se procurará diseñar **secuencias de aprendizaje**, de tal forma que los contenidos de la misma queden interrelacionados, y adquieran un sentido de unidad.*

Partiendo de la idea de que aprender es una actividad interna al discente y dirigida por él mismo, en la orientación y guía de los procesos de aprendizaje, se le permitirá formularse claramente una intención antes de comenzar a actuar, tener medios para identificar el resultado de esta acción y poder modificar los medios de todo tipo utilizados en función del éxito o fracaso de la misma. Es muy interesante facilitar la práctica y la reflexión al alumno, para volver a construir la acción más pensada y ajustada a los fines perseguidos. Se trata de que verbalice y tome conciencia del juego, del aprendizaje, del proceso de sus acciones, de las formas de actuar, de las operaciones utilizadas para realizar las tareas, de los obstáculos encontrados, para que, al tiempo que lleva a cabo las tareas, conozca el porqué y el para qué de ellas, de manera que vaya construyendo, de forma significativa, conocimientos y saberes.

➤ *Esta materia intentará buscar un **desarrollo multidisciplinar** de algunos contenidos, relacionando los propios de su ámbito con los de otras materias afines, diseñando alguna actividad de forma conjunta.*

Está claro que los aprendizajes se construyen sobre aprendizajes previos del mismo ámbito, de las experiencias de los alumnos/as y/o de los aprendizajes adquiridos en otras áreas. Un contenido desarrollado desde distintos ámbitos permite al alumnado obtener una visión del conjunto más enriquecedora que a su vez va a permitir dar mayor utilidad, sentido y funcionalidad a los aprendizajes. Por esto le queremos otorgar una gran importancia a la interdisciplinariedad, ya que los contenidos de la E.F. pueden tener relación con áreas tan diversas como Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Geografía e Historia, Lengua Castellana y Literatura, Educación Plástica y Visual, Música, Matemáticas, Física, Informática, etc. Desde el departamento queremos potenciar estas relaciones siempre que sea posible.

#### B. Estrategias concretas que se pretenden poner en práctica

a) Aprendizaje cooperativo → Esta metodología utiliza actividades en las que todo el grupo tendrá el mismo objetivo. No serán competitivas, sino que si uno consigue sus objetivos todos lo harán, y viceversa.

b) Agrupamientos:

Los agrupamientos de alumnos serán flexibles. En función de las circunstancias (alumnos, objetivos, tareas,...) resultará más apropiado uno u otro, de modo que unas veces se fomentará el trabajo individual y otras el trabajo en parejas, pequeños grupos o gran grupo. Con esta variedad se pretende buscar tanto una mayor individualización de la enseñanza como la mejora de las relaciones sociales. También combinaremos la duración de los agrupamientos, proponiendo grupos estables (una U.D., un trimestre,...) y cortos u ocasionales (para una tarea o sesión). En este último caso buscaremos una evolución coherente en los agrupamientos en la sesión para minimizar la pérdida de tiempo (tras una actividad individual se forman parejas, luego grupos de cuatro,...).

La responsabilidad en la creación de grupos no será únicamente del profesor (criterio funcional), ya que en ocasiones los alumnos tendrán la posibilidad de elegir compañeros (aunque el profesor intervendrá poniendo algunas condiciones o en situaciones puntuales si surge algún problema). Así, los criterios para la creación de estos grupos serán:

- Funcionales → Grupos homogéneos o heterogéneos, por disponibilidad de recursos, por necesidades de las actividades, según objetivo, buscando mayor participación, para evitar actitudes sexistas,...
- Condicionados → Se establecerá en cada grupo un mínimo de alumnos con unas características concretas (por ejemplo, 2 alumnos de cada sexo en cada grupo de 7).
- Aleatorios → Los alumnos se agruparán libremente.

Los grupos de nivel (homogéneos en cuanto a capacidades) serán útiles en muchas ocasiones (atención a la diversidad,...), pero también pueden crear sensaciones de "torpeza" en algunos alumnos. La heterogeneidad aportará relaciones más variadas, y la presencia de "modelos" dentro de cada grupo que motiven y ayuden a los compañeros.

c) Estilos de enseñanza → Dentro del amplio espectro existente utilizaremos variedad de estilos, en función de la situación y la U.D. a tratar (mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, descubrimiento guiado,...).

#### d) Trabajo por proyectos:

Reúne muchos de los aspectos anteriormente reflejados por lo que se propone que desde las diferentes materias se utilice este recurso metodológico.

El trabajo por proyectos es una metodología que en Educación física llevamos utilizando en cursos anteriores. Nuestro proceso de enseñanza aprendizaje no solo se basa en un conjunto de tareas individuales, como en un principio pueda parecer, sino en la integración de cada alumno en un conjunto que pueda fomentar la adquisición de las competencias. Por ello, es frecuente ver a los alumnos participando en elaboración de coreografías artísticas, presentaciones de contenidos didácticos, retos conjuntos... y, en definitiva, en la realización de "Montajes finales" en los que plasman lo elaborado durante la Unidad Didáctica.

Nuestra metodología va encaminada a una mayor autonomía del alumno donde cada vez sea más protagonista del proceso y él mismo sea capaz de integrar todos los conocimientos. Gracias a esta forma de trabajo, siempre guiado por el profesor, el alumno puede ser más consciente de sus propias limitaciones y adquirir un método más reflexivo que le permita construir su aprendizaje.

### C. DECISIONES RELACIONADAS CON LA EDUCACIÓN A DISTANCIA (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Las clases y la comunicación con el alumnado se realizarán a través de Teams, que ya está siendo utilizado en la enseñanza presencial, manteniendo el horario de la enseñanza presencial.
- La parte más práctica de la materia (actividad física) se realizará mediante el envío de explicaciones y vídeos demostrativos, debiendo el alumnado ejecutar los ejercicios y enviar un archivo de vídeo.
- En ocasiones, cuando no se pueda realizar con garantías, la parte práctica se sustituirá por trabajos teórico-prácticos o exposiciones orales en los que el alumno demuestre que sabe cómo se realiza.

### I. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

#### a) Materiales

##### ➤ *Libro de texto.*

Un año más desde el Departamento de Educación Física no consideramos necesario la utilización como material didáctico del libro de texto. El carácter práctico de la asignatura y el cambio anual de uno de los miembros del departamento hace que la implantación de este recurso no sea el más adecuado.

##### ➤ *Materiales elaborados por el profesor.*

Los apuntes propios de la asignatura para su evaluación conceptual serán aportados por el profesor que imparta la materia en cada curso, bien en fotocopias o a través de la plataforma digital.

Ambos recursos serán costeados por los alumnos.

##### ➤ *Recursos TIC.*

La utilización de materiales audiovisuales y plataformas digitales serán los recursos informáticos más utilizados para la realización de actividades. En algunos casos serán para estimular y afianzar el aprendizaje de algunos contenidos y en otros casos servirán como repositorio de contenidos que permitan al alumnado la realización de actividades curriculares específicas.

b) Recursos que se utilizarán

Utilizaremos el gimnasio, las pistas polideportivas y todo el material deportivo disponible en el departamento.

c) Materiales y recursos a utilizar en enseñanza no presencial (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Será necesario un ordenador para el seguimiento de la materia.
- También necesitará el alumno teléfono móvil o cámara para grabar y enviar sus ejercicios.
- No se utilizará material específico de Educación Física, pero en ocasiones se puede requerir al alumno buscar o elaborar algún material para los ejercicios que así lo requieran.

## **J. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

Es perfectamente constatable el hecho de que en el aula no todos los alumnos aprenden 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/as a la hora de aprender. Por ello desde el área de Educación Física pretendemos ayudar al desarrollo del Plan de Atención a la Diversidad del centro a través de las siguientes actuaciones.

A. Alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo → No hay

B. Medidas ordinarias

Estas medidas estarán destinadas a todo el alumnado y con ellas pretendemos adecuar el currículo a las características individuales de nuestros alumnos con objeto de proporcionar una atención individualizada en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

### ➤ *MEDIDAS PREVIAS*

En la programación de las UD a realizar durante el curso se ha tenido en cuenta la variedad de los contenidos y de Uds. de modo que atendamos a las diferencias en los gustos e intereses de todos los alumnos y alumnas. Asimismo hemos pretendido incorporar Uds. novedosas y motivantes para todos/as. Hemos seleccionado contenidos variados que permitan a cada cual encontrar sus afinidades e intereses, valorando en qué medida los contenidos que proponemos refuerzan o benefician a una parte del alumnado en función de sus experiencias previas, género, nivel de competencia motriz, procedencia cultural, etc., para buscar propuestas diversas que equilibren situaciones socialmente construidas en torno al cuerpo y la motricidad.

### ➤ *LAS ADAPTACIONES CURRICULARES NO SIGNIFICATIVAS*

En Educación Física disponemos de una gran variedad de posibilidades para hacer adaptaciones curriculares con las que atender a la diversidad de los alumnos.

Sin interrumpir el desarrollo normal de la clase se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos determinados mientras el resto de la clase realiza otras tareas que se les ha asignado, hacer que los alumnos de mayor nivel colaboren en el aprendizaje de los que tienen un nivel inferior etc.

Estas adaptaciones deben prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.

*a) En los estándares de aprendizaje.*

- Priorización de los estándares
- Variando la temporalización de los mismos.
- Seleccionando los “mínimos”.

*b) En determinados contenidos.*

Los contenidos vinculados a la Condición física y el desarrollo de las CFB. No se utilizarán como elemento discriminador, sino orientador. Estableceremos pruebas con un carácter criterial e informativo que valoren el nivel de progresión del alumno/a en función de la práctica y del esfuerzo realizado.

En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo (Acrosport). Estableceremos ayudas a la progresión para disminuir el nivel de incertidumbre en los alumnos/as con más problemas, no forzando nunca a la realización de un ejercicio.

En la enseñanza de algunas técnicas deportivas. Plantearemos problemas motores con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno/a pueda adaptar las respuestas a sus características. Son muchas las razones que nos aconsejan no buscar una aproximación fiel a los modelos técnicos teóricos.

En los juegos y deportes colectivos, valoraremos el nivel de participación en las tareas e iniciaremos la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante (la búsqueda de respuestas o soluciones por encima del dominio de la técnica). Evitaremos los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos, variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.

En las actividades de ritmo y expresión. Propondremos actividades motivantes al inicio, asentando el respeto al otro como base de trabajo, creando un clima de espontaneidad y distensión, dejando libertad a los alumnos/as y respetando cualquier idea que pongan de manifiesto, aceptándolas todas pues se parte de la premisa que cualquiera de ellas es válida, desarrollaremos los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos, evitando el direccionismo y la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.

*c) En la evaluación:*

- Utilizaremos sistemas de evaluación en los que cada uno se responsabilice de su evolución personal, huyendo de evaluaciones comparativas que refuercen las desigualdades.
- Diversificaremos los procedimientos de evaluación, adecuando los tiempos y criterios a los alumnos.
- Seleccionaremos criterios específicos de evaluación.

- Estableceremos criterios de evaluación graduados. Por un lado, podemos establecer criterios de evaluación mínimos, y por otro, algunos de ampliación que valoren los distintos niveles de aprendizaje

- Modificación de los instrumentos y procedimientos.

d) *En la metodología.*

Disponemos de multitud de recursos para atender a la diversidad de los alumnos. Partiendo de una enseñanza individualizada (facilitada por una metodología basada en la asignación de tareas), se puede organizar a los alumnos por grupos de nivel o de intereses, desdoblar los grupos para trabajar con un número menor de alumnos, atender por separado a un alumno o grupo de alumnos que en un momento determinado lo necesite mientras los demás continúan realizando su trabajo. Utilizaremos como fórmula de funcionamiento habitual distintos agrupamientos (parejas, pequeños grupos, grandes grupos) que potencien los contactos con personas de diferente género, capacidad, habilidad, personalidad, cultura, etc. Se pretende que se acostumbren a la originalidad corporal y motriz de otros/as.

e) *Adaptaciones según el tipo de necesidad:*

e.1) Alumnos/as con discapacidad física grave y permanente. Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Si los ejercicios perjudiciales para su salud pueden ser sustituidos por otros, el profesor/a diseñará nuevos ejercicios y actividades adaptadas a ese alumno.

Si el alumno no puede llevar a cabo las actividades físicas esenciales de una unidad didáctica, realizará durante la hora de clase otras actividades teórico-prácticas relacionadas con el tema de esa unidad que se reflejarán en el Informe de Progresos y que serán evaluadas como cualquier otra actividad.

Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

-Realización de trabajos- fichas relacionados con los contenidos que se están trabajando, para posteriormente exponerlos ante sus compañeros (lo cual otorga un carácter práctico y de utilidad a la tarea).

-Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.

-Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...

-Colaboración con el profesor.

Queda a criterio del profesor/a pedir al alumno/a que compre un libro de texto de EF cuando su lesión o enfermedad le impidan hacer una amplia cantidad de contenidos de tipo práctico.

e.2) Alumnos/as con discapacidades transitorias y/o contraindicadas para un determinado tipo de contenido. Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos/as que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood Schlater, sople fisiológico, escoliosis, asma) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo).

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado.

Para los alumnos/as que padezcan una discapacidad transitoria (lesionados temporales), proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que



realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca. Intentaremos que mientras dure esa lesión o enfermedad el alumno/a desarrolle los trabajos precisos en clase o en casa para que pueda acceder a los contenidos tratados por vías diferentes: colaborando con el profesor en el desarrollo de las sesiones, ayudando a sus compañeros en la medida de sus posibilidades, anotando las clases por escrito en fichas prediseñadas, realizando trabajos sobre los contenidos tratados, etc.

➤ *MEDIDAS DE APOYO DESDE EL ÁREA A LOS ALUMNOS DE INTEGRACIÓN TARDÍA*

- Proporcionaremos al alumno o alumna la información necesaria sobre el área, instalaciones, las normas y todo aquello que facilite su desenvolvimiento y su autonomía.

- Durante los primeros días de manera especial, para que se relacione con los compañeros y compañeras del grupo, propondremos cada día un alumno de referencia que le acompañara y le ayudará.

- En caso de que desconozca el castellano reforzaremos las explicaciones con imágenes, iconos, gestos y en algunos casos le daremos información y fichas en su propio idioma.

- Realizaremos un seguimiento del proceso de adaptación del alumno o alumna y de su proceso de aprendizaje.

- Fomentaremos de la participación del alumnado inmigrante en las actividades extraescolares del centro.

➤ *MEDIDAS DE APOYO A LA PREVENCIÓN Y CONTROL DEL ABSENTISMO ESCOLAR*

- Fomentaremos aquellas actividades extraescolares fuertemente motivadoras.

- Utilizaremos refuerzos positivos

- Se incluirán elementos interculturales (tradiciones, juegos, celebraciones...) que favorezcan la inmersión en nuestra cultura.

- Reflejaremos en cada sesión las faltas de asistencia y las comunicaremos.

➤ *MEDIDAS DIRIGIDAS A LOS ALUMNOS CON DESVENTAJAS SOCIOEDUCATIVAS, ALUMNOS CON DIFICULTAD DE INSERCIÓN ESCOLAR Y ALUMNOS CON PROBLEMAS DE CONVIVENCIA*

- Profundización de la educación en valores,

- Realización de actividades que favorezcan el conocimiento mutuo y la cohesión del grupo.

- Favoreceremos un clima social de convivencia, respeto y tolerancia.

- Fomentaremos el respeto mutuo como valor fundamental.

C. Medidas especializadas

- ACTIVIDADES Y RECURSOS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DE FORMA NO PRESENCIAL (PLAN DE CONTINGENCIA)

Se realizarán sesiones online personalizadas para aquellos alumnos que lo requieran.

## **K. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE**

### **A. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje**

- a. Perfil de materia
  - i. Listado de estándares de aprendizaje: Se muestran en la el apartado E.
  - ii. Determinación de los estándares de aprendizaje básicos: Se muestran en la el apartado E.
- b. Contribución al perfil competencial
  - i. Relación de los estándares de aprendizaje con las Competencias Clave.

### **B. Instrumentos de evaluación**

- a. Instrumentos que se van a utilizar: Hoja de observación, prueba práctica, trabajo de investigación, prueba oral, prueba escrita.
- b. Relación con los estándares de aprendizaje.
- c. Otros aspectos:

El artículo 5 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que serán los estándares de aprendizaje evaluables, como elementos de mayor concreción, observables y medibles, los que, al ponerse en relación con las competencias clave, permitirán graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas.

A su vez el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que tanto en la evaluación continua, como en las evaluaciones finales en las diferentes etapas educativas, deberá tenerse en cuenta el grado de dominio de las competencias a través de:

- Procedimientos de evaluación.
- Instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos.

En relación a los procedimientos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece, que el profesorado debe utilizar procedimientos de evaluación variados para facilitar la evaluación del alumnado como parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje, y como una herramienta esencial para mejorar la calidad de la educación, y menciona la observación sistemática del trabajo de los alumnos, el análisis de documentos tales como las pruebas orales y escritas, el portfolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase. Así mismo en la ORDEN EDU/362/2015 de Castilla y León se especifica que "las pruebas de evaluación que se desarrollen en las diferentes materias incluirán pruebas orales, las cuales tendrán su reflejo, según la materia, en su calificación".

Con respecto a los instrumentos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, dispone que los niveles de desempeño de las competencias se podrán medir a través de indicadores de logro, tales como rúbricas o escalas de evaluación.

Asimismo el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, hace referencia a que es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación. Estos modelos de evaluación favorecen el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la

colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En nuestro caso, los instrumentos de evaluación que podemos utilizar vienen descritos en los primeros anexos y temporalizados por trimestres, los cuales pasamos a explicar a continuación:

➤ *Técnicas de análisis de desempeño.*

-*Trabajo de Investigación:* Se trata de una modalidad de Proyecto en el que se plantea el estudio de un problema a nivel teórico y donde la información para abordarlo se encuentra fundamentalmente en materiales impresos, audiovisuales o electrónicos.

En los trabajos de investigación, por lo general, el docente ofrece el tópico por investigar. La capacidad principal que se pretende evaluar con esta técnica es la de obtener información y la de saber organizarla de cierto modo para que tenga sentido de acuerdo al objetivo planteado al inicio del proyecto. Todo proceso investigativo culmina con la realización de un informe final. Este documento será el determinante del grado de consecución del objetivo planteado. En él, el alumno deberá plasmar toda la capacidad de análisis y síntesis como investigador.

➤ *Técnicas de observación*

-*Escala de Actitudes – Hoja de observación:* Es una lista de enunciados o ítems para medir un aprendizaje relacionado con contenidos actitudinales (disposición positiva, negativa o neutral), ante otras personas, objetos o situaciones.

A nivel práctico, el profesor debe identificar una serie de indicadores de cada estándar de aprendizaje que sea evaluado mediante este instrumento. Estos indicadores se convertirán en los elementos a observar por parte del profesor. Posteriormente se debe definir la escala y sus criterios. En nuestro caso los valoramos a través de registros positivos o negativos cuando surge el comportamiento.

➤ *Técnicas de rendimiento*

Las técnicas de rendimiento o experimentación son procedimientos que tratan de ahondar en los rendimientos pedagógicos. Son técnicas que objetivan, en buena medida, los datos procedentes de la observación del profesor, ya que miden lo que el alumno puede saber y saber hacer por haberlo aprendido después de un proceso determinado. Los instrumentos que en nuestro caso relacionaremos con estas técnicas los clasificaremos en 3 tipos: Pruebas Escritas, Pruebas Orales y Pruebas de Ejecución.

-*Prueba Escrita:* La diversidad de pruebas escritas que existen es muy amplia. Si bien se pueden clasificar según la objetividad de la misma, el modo en el que se confecciona o la demanda que se espera del alumno, en nuestro caso incluiremos en este tipo de instrumento aquellas que son de tipo verdadero-falso, preguntas cortas o elección múltiple.

- *Prueba Oral:* Nos permiten valorar la propiedad en el empleo de la terminología, la interpretación que el alumno hace de la información, así como la generalización y organización de datos del evaluado. Nuestra prueba se basará en una exposición del trabajo de investigación y la contestación cerrada de cada pregunta que pueda surgir al profesor.

- *Prueba Práctica:* Las pruebas prácticas exigen que el alumno realice una tarea poniendo de manifiesto la eficacia de lo aprendido. Las posibilidades son muy amplias, si bien vamos a diferenciar dos tipos de pruebas prácticas que puedan cubrir las diferentes posibilidades de las diferentes áreas del conocimiento.

1. Prueba de Ejecución: Cualquier tarea práctica podría considerarse como una prueba de ejecución, ya que son abiertas y no sólo importa el resultado, el proceso también puede y debe ser valorado.

2. Test: Situación experimental estandarizada. Se evalúa mediante comparación estadística con otros individuos colocados en la misma situación, es decir, mediante un baremo. Sirve para predecir el rendimiento y verificar la evolución del mismo.

C. Momentos de la evaluación

- a. En qué trimestre se evalúa cada estándar de aprendizaje.

D. Criterios de calificación

- a. Peso o valor (%) de cada estándar de aprendizaje.
- b. Peso o valor (%) de cada instrumento de evaluación.
- c. Otros aspectos:

Ausencias justificadas trimestralmente. Aquellos alumnos que no hayan podido acudir a clase de una manera justificada durante más del 20% de las clases o acudiendo no puedan seguir el mismo ritmo de clase con los procedimientos de evaluación establecidos para los demás, se adaptará la evaluación en función de las circunstancias a través de una pruebas escritas, trabajos teórico-prácticos o trabajos de investigación. Si las ausencias justificadas corresponden a más del 50% de una misma UUD el alumno deberá ser evaluado con el instrumento que considere el profesor.

Aspectos actitudinales. Los alumnos con dos partes de incidencias que hayan sido expulsados por alterar gravemente el desarrollo de las clases tendrán una calificación negativa. Se tendrá en cuenta la entrega de fichas y trabajos por parte del alumno. Aquellos alumnos que no entreguen dichos instrumentos de evaluación serán evaluados con un suspenso. Y por último, en cuanto a la indumentaria y normas básicas en el gimnasio, los alumnos podrán tener una calificación negativa si no atienden a los criterios que marque cada profesor al inicio de curso.

E. Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes en modalidad a distancia (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Sólo se modificarán algunos aspectos destinados a evaluar aprendizajes prácticos, siempre y cuando no se puedan llevar a cabo desde casa. En estos casos se sustituirán las pruebas prácticas como instrumentos de evaluación por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas.
- La hoja de observación de la parte actitudinal (aspectos derivados de la clase presencial) se eliminará.

**L. MEDIDAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA MATERIA DURANTE EL CURSO**

a) Actividades de refuerzo

Si fuese necesario se proveerá al alumno de las actividades y materiales necesarios para facilitar su recuperación.

b) Proceso de evaluación para la recuperación

La evaluación es continua, por lo que el alumno supera una evaluación suspensa si en las siguientes demuestra haber superado los estándares que no hubiese alcanzado, ya sea con los contenidos de esa evaluación o con pruebas específicas (escritas, prácticas,...).

Aquel alumnado que no haya superado la evaluación de la asignatura en junio deberá presentarse a la **convocatoria extraordinaria de Septiembre**. Para esta prueba se tendrá en cuenta el perfil de materia y los estándares básicos.

El perfil de materia viene determinado por un listado de estándares de aprendizaje que están recogidos en los diferentes anexos en formato Excel de los cuales, aquellos que están marcados en formato negrita son los estándares básicos, es decir, son aquellos que el departamento de E.F ha valorado que sin su adquisición la asignatura no puede ser superada

c) Actividades de recuperación a realizar de forma no presencial

- Se realizarán clases online de revisión de contenidos para la recuperación.
- Los aspectos prácticos se recuperarán con archivos de vídeo cuando se pueda realizar dicha práctica, siendo sustituidos por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas cuando no se pueda.
- Los aspectos más teóricos se recuperarán mediante un examen (a través de un cuestionario).

## **M. MEDIDAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA MATERIA PENDIENTE DE CURSOS ANTERIORES**

a) Actividades de refuerzo

Si fuese necesario se proveerá al alumno de las actividades y materiales necesarios para facilitar su recuperación.

b) Instrumentos de evaluación

Según la normativa (Art. 32.12 de la ORDEN EDU/362) *“En el contexto de la evaluación continua, cuando el alumnado promocione con evaluación negativa en alguna de las materias, la superación de los estándares de aprendizaje evaluables correspondientes a éstas será determinada por el profesor de la materia respectiva del curso al que promocionan, quien tendrá a su vez en consideración el seguimiento del programa individualizado. En el caso de materias que el alumno haya dejado de cursar, el departamento de coordinación didáctica correspondiente determinará su superación en función de las medidas educativas reflejadas en el programa individualizado.”*

Con aquellos alumnos y alumnas que habiendo promocionado tengan suspensa la asignatura de Educación física del curso anterior, se les hará un **seguimiento a lo largo del curso**. Durante el presente curso existen alumnos con la materia suspensa correspondientes al curso de 3º ESO (alumnos de 3º)

El seguimiento para estos alumnos consistirá en:

-Una reunión a principio de curso en la que el profesor de referencia orientará a los alumnos de los requisitos que deben cumplir para superar la materia pendiente. Se les entregará la **convocatoria** correspondiente y los alumnos firmarán una copia.

La primera parte consistirá en un **seguimiento diario del trabajo en el aula** (a lo largo de las dos primeras evaluaciones) atendiendo al logro de los estándares

básicos y criterios de evaluación del curso pendiente para la que no se establecen procedimientos extraordinarios.

Si esta parte no es superada se procederá con una segunda parte que se llevará a cabo mediante un **trabajo fuera del aula** en función del curso pendiente.

La convocatoria para 2º ESO consistirá en la elaboración de un trabajo de investigación relativo a los distintos contenidos recogidos en la programación del curso correspondiente a establecer por el profesor en función de los estándares no alcanzados.

c) Calendario de evaluación

La convocatoria estará dividida en dos momentos, uno de los cuales será previo a la evaluación del segundo trimestre y otro a finales de mayo.

d) Relación con el Programa individualizado del alumno/a.

El programa individualizado será la referencia para obtener los estándares de aprendizaje que el alumno debe alcanzar para recuperar la materia.

e) Actividades de recuperación a realizar de forma no presencial

Se realizarán clases online de revisión de contenidos para la recuperación.

## **N. PLANES DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN**

Se aplicará para 2 alumnos de 4º ESO, siguiendo la siguiente tabla:

# PLAN de REFUERZO Y RECUPERACIÓN 20-21



**Junta de  
Castilla y León**

Consejería de Educación

IES CAMPOS Y TOROZOS

**EDUCACIÓN FÍSICA**

## DATOS ACADÉMICOS DEL ALUMNO/A

<i>Apellidos:</i>		<i>Nombre:</i>
<i>Curso: 4º</i>	<i>Grupo:</i>	<i>Tutor/a:</i>

### CONSIDERACIONES DERIVADAS DE:

- INFORME DE LA EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA 19/20
- LA EVALUACIÓN INICIAL

Durante el periodo no presencial no realizaba las tareas en casa siendo necesario reforzar determinados contenidos que tienen continuidad este año.

### PLAN DE TRABAJO DEL ALUMNO

<b>Temporalización</b>	<input type="checkbox"/> 1º Trimestre

<b>Contenidos relacionados</b>	<b>Criterios de evaluación y/o estándares de aprendizajes básicos a reforzar</b>	<b>Medidas</b>
Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse.  Acciones para conseguir ventaja. Táctica colectiva. Estrategia. Plan de juego. Estilo de juego.	4.1.2 Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de colaboración-oposición seleccionadas.	<input type="checkbox"/> Apoyo/atención individual  <input type="checkbox"/> Realización de trabajos

Para la comprobación del grado de adquisición de las competencias del alumno se tendrán en cuenta los contenidos, criterios de evaluación y estándares que se consideran de carácter prioritario.

***Orientaciones Metodológicas***

- Explicaciones y/o aclaraciones
- Resolución de dudas
- Seguimiento presencial
- Seguimiento online

***Proceso de Evaluación***

- Análisis del desempeño

***Responsables de aplicar de aplicar las medidas***

- Profesor materia

**OBSERVACIONES**

**Firma del padre, madre o tutor legal**

**Fdo.**



## 6. EDUCACIÓN FÍSICA 1º BACHILLERATO

### A. CONTRIBUCIÓN AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DE LA ETAPA:

<i>Objetivos Bachillerato (Pág. 8 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>	<i>Grado de contribución</i>		
	Bajo	Medio	Alto
<b>1. En relación con el ejercicio de la ciudadanía democrática:</b>			
a. Asumir sus deberes y obligaciones.			
b. Ejercer sus derechos respetando siempre a los demás, en especial el derecho a la igualdad y la no discriminación.			
c. Practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad.			
d. Participar en la toma de decisiones consensuadas.			
e. Respetar plenamente los valores derivados de la Constitución Española, del derecho de la Unión Europea y del resto de Tratados Internacionales.			
<b>2. En relación con la evolución personal y académica:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Afianzar los hábitos de estudio y disciplina.			
b. Afianzar los hábitos de lectura.			
c. Desarrollar en contextos reales la iniciativa emprendedora a partir del conocimiento de los elementos que lo componen.			
d. Desarrollar la capacidad para aprender a aprender.			
e. Adquirir madurez personal.			
<b>3. En relación con la igualdad entre hombres y mujeres:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Fomentar activamente la igualdad de derechos y oportunidades.			
b. Rechazar cualquier tipo de discriminación y de comportamiento sexista.			
<b>4. En relación con su desarrollo social y el trato hacia los demás:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Rechazar la violencia y los prejuicios de cualquier tipo.			
b. Desarrollar hábitos solidarios, en especial en el entorno más cercano.			
c. Adquirir madurez social.			
<b>5. En relación con los conocimientos de materias que cursan a lo largo de la etapa:</b>			
a. Dominar esos conocimientos.			
b. Utilizarlos en los contextos reales que se planteen.			
<b>6. En relación con el campo de las tecnologías de la información y la comunicación:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Utilizarlas responsable y críticamente.			
b. Ampliar las destrezas adquiridas en su utilización.			
c. Utilizarlas también como herramientas efectivas de adquisición de nuevos conocimientos.			
d. Conocer las diferentes sociales, así como los riesgos, límites legales y consecuencias de su mala utilización.			
<b>7. En relación con la lengua castellana y la literatura:</b>	Bajo	Medio	Alto
a. Manifestar un claro dominio de la Lengua castellana a través de la correcta comprensión y expresión.			
b. Conocer la literatura en lengua castellana.			
<b>8. En relación con las lenguas extranjeras:</b>	Bajo	Medio	Alto

a. Expresarse con fluidez y corrección en lengua inglesa.			
b. Expresarse con fluidez y corrección en lengua francesa, en los casos en los que se curse esta lengua hasta el último curso de la etapa.			
<b>9. En relación con la historia y la cultura:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Conocer e interpretar críticamente los momentos clave de la historia de España.			
b. Conocer e interpretar críticamente los aspectos más arraigados y determinantes de la historia y la cultura de Castilla y León.			
c. Divulgar el patrimonio artístico y cultural existente en el entorno de Medina de Rioseco.			
<b>10. En relación con el propio cuerpo:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Afianzar el conocimiento que se tiene sobre su funcionamiento.			
b. Afianzar los hábitos de cuidado y salud corporal, preservando las condiciones de vida propias.			
c. Utilizar adecuadamente la educación física y la práctica deportiva como medio para su mejora y cuidado.			
<b>11. En relación con el medio ambiente:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Interactuar con él respetuosamente.			
b. Responsabilizarse y participar activamente en su conservación y mejora.			
<b>12. En relación con las manifestaciones artísticas:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Apreciar y valorar las diferentes formas de creación artística.			
b. Desarrollar la sensibilidad artística y literaria.			
c. Disfrutar de los placeres que de estas actividades se desprenden.			
<b>13. En relación con la seguridad vial:</b>	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
a. Adquirir conciencia de la importancia que tiene, tanto para su vida como para la de los demás.			
b. Ejercerla de forma activa.			

## **B. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO COMPETENCIAL DEL ALUMNADO:**

### **Comunicación Lingüística (CL):**

*Implica la capacidad de comunicarse en diversos contextos o situaciones de usos de la lengua, a través de distintas modalidades, formatos y soportes tanto orales como escritos y que abarcan distintas destrezas referidas a los cinco componentes fundamentales de esta capacidad.*

*En la comunicación en lenguas extranjeras, el desarrollo de estas competencias proporcionará destrezas básicas referidas a la comprensión, la expresión y el contexto tanto de la comunicación oral como de la escrita.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CL:

<b>Comunicación Lingüística</b>		
<i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Expresión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Entonación.		X
b. Registro contextualizado.		X
c. Selección de vocabulario.		X
d. Dicción.		X
e. Fluidez.	X	
<b>2. Comprensión Oral:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Escucha activa y participativa.	X	
b. Escucha respetuosa.	X	
<b>3. Expresión Escrita:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Orden en la información de oraciones.		X
b. Creación de textos adecuados a las necesidades de comunicación.	X	
c. Expresarse con precisión.	X	
d. Caligrafía.		X
e. Utilización correcta de los signos de puntuación.		X
f. Adecuación de lo escrito a lo que se quiere transmitir.		X
g. Ortografía.		X
<b>4. Comprensión Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal y de las secundarias.	X	
b. Interpretación de palabras por el contexto.		X
c. Uso adecuado del diccionario y otras fuentes.		X
<b>5. Fluidez Lectora:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Velocidad de lectura.		X
b. Fidelidad de lo leído con lo escrito.		

		X
c. Entonación.		X
<b>6. Vocabulario:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Riqueza.		X
b. Precisión.		X
c. Manejo de sinónimos.		X
d. Evitar redundancias y coletillas o muletillas.		X
<b>7. Capacidad de síntesis:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Identificación de la idea principal.	X	
b. Establecimiento de relaciones lógicas de los textos.		X
<b>8. Gramática:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Reglas y principios.		X
<b>Comunicación Lingüística</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>7</b>	<b>Nº NOES</b> <b>20</b>

**Competencia Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología (CMCT):**

*La Competencia Matemática es la capacidad para aplicar el razonamiento matemático y sus herramientas para describir, interpretar y predecir distintos fenómenos en su contexto.*

*Las Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología significan el Acercamiento al mundo físico y a la interacción responsable con él desde acciones a la conservación y mejora del medio natural, importantes para un desarrollo sostenible.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CMCT:

<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b>  (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Método Científico:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Observación, recogida, utilización e interpretación de datos.	X	
b. Hipótesis.		X

c. Experimentación.		X
d. Comprobación.		X
e. Búsqueda de soluciones y toma de soluciones.	X	
<b>2. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.	X	
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.		X
c. Estadística y probabilidad.		X
d. Geometría.		X
e. Medidas.	X	
<b>3. Símbolos y Lenguaje:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Numeración.	X	
b. Interpretación de imágenes, mapas, gráficos y escalas.		X
<b>4. Cálculo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Operaciones manipulativas y mentales.	X	
b. Estimaciones.		X
<b>5. Razonamiento:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Planteamiento de problemas.		X
b. Resolución de problemas.	X	
<b>6. Ciencia y Tecnología</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Interacción con el entorno físico, biológico, tecnológico y medioambiental.	X	
b. Conocimiento del entorno..	X	
c. Preservación y respeto del entorno.		X
<b>Comunicación Matemática y Competencias Básicas en Ciencia y Tecnología</b>	<b>Nº SÍES</b>	<b>Nº NOES</b>
<b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>9</b>	<b>10</b>

**Competencia Digital (CD):**

*Aquella que implica el uso creativo, crítico y seguro de las TIC. Supone la adecuación a los cambios que introducen las TIC para ser competente en un entorno digital.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CD:

<b>Competencia Digital</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Hardware:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Componentes centrales.		X
b. Periféricos.		X
<b>2. Software:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Búsqueda eficaz de la información.	X	
b. Comprensión de la información.	X	
c. Análisis crítico de la información.	X	
d. Comunicación digital: medios y uso social de los mismos.		X
e. Creación de contenidos en diferentes formatos.	X	
f. Autoría y derechos de autor.		X
<b>3. Seguridad TIC:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Normas de uso.		X
b. Seguridad de uso.		X
c. Riesgos y prevención.		X
d. Protección de datos.		X
<b>Competencia Digital</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>4</b>	<b>Nº NOES</b> <b>8</b>

**Aprender a Aprender (AA):**

*Habilidad para iniciar, organizar y persistir en el aprendizaje y gestionar el tiempo y la información convenientemente.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la AA:

<b>Aprender a Aprender</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Planificación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Establecimiento de objetivos alcanzables.	X	
b. Organización del aprendizaje en tiempos adecuados.	X	
c. Gestión y organización de recursos.	X	
d. Estrategias para afrontar la tarea.	X	
<b>2. Investigación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Sentido crítico.	X	
b. Gestión positiva de los éxitos y los fracasos.		X
c. Reflexión sobre los procesos de aprendizaje propios.	X	
<b>3. Evaluación:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Valoración y respeto del trabajo propio.	X	
b. Valoración y respeto del trabajo de los demás.	X	
c. Superación de dificultades.	X	
d. Valoración positiva de los errores propios y ajenos como fuente de aprendizaje y mejora.	X	
<b>Aprender a Aprender</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>10</b>	<b>Nº NOES</b> <b>1</b>

**Competencias Sociales y Cívicas (CSC):**

*Capacidad de empatizar, aceptar las diferencias, ser tolerante, respetar los*

valores, las creencias y las culturas propias y ajenas.

*Habilita a las personas para participar plenamente en la vida cívica, social y profesional.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Competencias Sociales y Cívicas</b>		
<i>(Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)</i>		
<b>1. Autonomía, Socialización y Educación Emocional:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Trabajo grupal.	X	
b. Relaciones interpersonales.	X	
c. Relaciones intrapersonales	X	
d. Gestión de normas.	X	
e. Gestión de conflictos.	X	
f. Toma de decisiones.	X	
g. Aceptación de uno mismo.	X	
h. Aceptación de los demás.	X	
<b>2. Igualdad:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Prevención de la violencia de género.	X	
b. Respeto de las diferencias.	X	
<b>3. Cuidado de uno mismo:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Alimentación y salud.	X	
b. Educación vial.		X
c. Seguridad en uno mismo.	X	
d. Autoestima.	X	
<b>4. Uso de las Redes Sociales:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Respeto de valores y conciencia de límites.		X



b. Análisis crítico y responsable de la información.		X
<b>5. Globalización:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Educación política.		X
b. Procesos migratorios.		X
c. Conflictos bélicos.		X
<b>6. Educación ambiental:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Desarrollo sostenible.		X
b. Ecología.		X
<b>Competencias Sociales y Cívicas</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>13</b>	<b>Nº NOES</b> <b>8</b>

**Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor (SIEE):**

*Capacidad para transformar las ideas en actos. Disponer de la habilidad para aceptar y apoyar esos cambios. Tener la actitud necesaria para asumir riesgos y aceptar responsabilidades. Ser creativo y saber manejar la incertidumbre.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CSC:

<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Autonomía:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Capacidad creadora y de innovación.	X	
b. Sentido de la responsabilidad.	X	
c. Capacidad para trabajar individualmente.	X	
d. Capacidad de asunción y gestión de riesgos.		X
e. Manejo de la incertidumbre.		X
<b>2. Búsqueda de información:</b>		
a. Sentido crítico para seleccionar información.	X	
b. Manejo de diversas fuentes.		

	X	
<b>3. Organización:</b>		
a. Liderazgo.	X	
b. Trabajo en equipo.	X	
c. Distribución de los tiempos.		X
d. Orden y presentación en la entrega de tareas.		X
<b>Sentido de la Iniciativa y Espíritu Emprendedor</b> <b>N.º ITEMS SEÑALADOS</b>	<b>Nº SÍES</b> <b>9</b>	<b>Nº NOES</b> <b>2</b>

### Conciencia y Expresiones Culturales (CEC):

*Implica conocer, comprender, apreciar y valorar de forma crítica, abierta y respetuosa las diferentes manifestaciones culturales y artísticas. Implica utilizar los distintos códigos artísticos y culturales como medio de comunicación y expresión personal. Implica manifestar interés en la vida cultural y la conservación del patrimonio.*

Desde esta materia se contribuirá al desarrollo de los siguientes ámbitos y dimensiones de la CEC:

<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b> (Pág. 15 y 16 Propuesta Curricular IES Campos y Torozos)		
<b>1. Conciencia Cultural:</b>	<b>Sí contribuye</b>	<b>No contribuye</b>
a. Espíritu crítico.		X
b. Conocimiento de géneros, técnicas, estilos y códigos artísticos.	X	
c. Interés, aprecio y respeto por las obras artísticas.		X
d. Disfrute de obras artísticas.		X
e. Promoción de la actividad cultural.		X
<b>2. Expresión cultural:</b>		
a. Creatividad e iniciativa cultural.	X	
b. Resolución de problemas.	X	
c. Asunción de riesgos.		X

d. Comunicación de ideas a través del arte.		X
<b>Conciencia y Expresiones Culturales</b> N.º ITEMS SEÑALADOS	<b>Nº SÍES</b> 3	<b>Nº NOES</b> 6

## B. CONTENIDOS DE LA MATERIA

a) Contenidos de la materia.

A continuación se muestran todos los contenidos de la materia, resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

### Bloque 1. Juegos y deportes

**Elementos técnicos, tácticos, estratégicos y reglamentarios de alguno de los deportes practicados en la etapa anterior, aplicándolos a situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición y profundizando en ellos.**

Planificación y organización de actividades físicas, deportivas y recreativas.

### Bloque 2. Condición física y salud

Beneficios, riesgos y contraindicaciones de la actividad física para la salud.

**Elaboración y puesta en práctica de planes de preparación personalizados para satisfacer intereses y necesidades de condición física saludable.**

Utilización recreativa de diferentes juegos y disciplinas deportivas: organización y participación en competiciones en el periodo escolar.

**Puesta en práctica de forma autónoma de calentamientos y vuelta a la calma.**

**Conocimiento y puesta en práctica de los principios metodológicos aplicables al desarrollo de la condición física de las actividades deportivas elegidas.**

La dieta equilibrada y su relación con la salud y la actividad física.

Puesta en práctica de tareas de carácter preventivo para una correcta postura corporal.

Conocimiento y puesta en práctica de diferentes sistemas de evaluación de la condición física saludable.

Estudio de las posibles salidas profesionales relacionadas con la actividad físico-deportiva.

### Bloque 3. Expresión corporal y artística

**Técnicas expresivas y su aplicación en la elaboración y representación de composiciones corporales individuales y colectivas.**

Posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo, mediante actividades físicas en las que se utilice la música como apoyo rítmico.

Bloque 4. Actitudes, valores y normas. Elementos comunes.

Análisis y reflexión del riesgo atendiendo a la correcta utilización de los materiales, de las instalaciones y del entorno en la práctica de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas.

Protocolos de primeros auxilios que deben seguirse en las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas. Aplicación práctica.

Deportes adaptados y práctica de alguna de sus modalidades como medio de sensibilización.

Recursos de las Tecnologías de la Información y la Comunicación como complemento de aprendizaje mediante su aplicación práctica.

**Aspectos socioculturales del juego y del deporte.**

b) Listado de Unidades Didácticas.

<b>1º DE BAHILLERATO</b>			
<b>UU.DD TÍTULO</b>	<b>CONTENIDOS</b>		<b>SESIONES</b>
<b>1º TRIMESTRE</b>			
<b>1</b>	<b>CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECÍFICO</b>	Repaso de aspectos básicos del calentamiento general. Características del calentamiento específico. Elaboración y presentación de calentamientos.	4
<b>2</b>	<b>TESTS DE CONDICIÓN FÍSICA</b>	Conocimiento y ejecución de test para la valoración de las CFB	2
<b>3</b>	<b>TRABAJO DE CONDICIÓN FÍSICA</b>	Aspectos teóricos básicos. Métodos de entrenamiento: Resistencia, Flexibilidad y Velocidad. Elaboración y ejecución de sesiones de entrenamiento.	12
<b>4</b>	<b>ANÁLISIS DEL DEPORTE</b>	Análisis crítico del deporte desde varios puntos de vista.	2
<b>2º TRIMESTRE</b>			
<b>5</b>	<b>NUTRICION Y ACTIVIDAD FÍSICA, LESIONES DEPORTIVAS Y PRIMEROS AUXILIOS</b>	Nutrientes y su relación con la actividad física. Nociones básicas de primeros auxilios. Principales lesiones deportivas y actuación. Trabajo de investigación.	4
<b>6</b>	<b>DRAMATIZACIÓN</b>	Postura, Gesto y movimiento. Pasos básicos. Creación y puesta en común de una composición.	5
<b>7</b>	<b>FUERZA</b>	Aspectos teóricos básicos. Métodos de entrenamiento. Elaboración y ejecución de sesiones de entrenamiento.	8
<b>3º TRIMESTRE</b>			
<b>8</b>	<b>ATLETISMO</b>	Salto y Lanzamientos	4
<b>9</b>	<b>PLANIFICACIÓN DEPORTIVA</b>	Sesión: c- pp -vc Leyes y principios del entrenamiento.	10
<b>10</b>	<b>ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL</b>	Posibilidades del medio natural.	5

## D. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

A continuación, se muestran todos los criterios de evaluación de la materia, resaltando en **negrita** aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

### Bloque 1. Juegos y deportes

- 1. Resolver situaciones motrices en diferentes contextos de práctica aplicando habilidades motrices específicas con fluidez, precisión y control, perfeccionando la adaptación y la ejecución de los elementos técnicos desarrollados en la etapa anterior.**
2. Solucionar de forma creativa situaciones de oposición, colaboración o colaboración-oposición en contextos deportivos o recreativos, adaptando las estrategias a las condiciones cambiantes que se producen en la práctica.

### Bloque 2. Condición física y salud

- 1. Valorar la actividad física desde la perspectiva de la salud, el disfrute, la autosuperación y las posibilidades de interacción social y de perspectiva profesional, adoptando actitudes de interés, respeto, esfuerzo y cooperación en la práctica de la actividad física.**
- 2. Planificar, elaborar y poner en práctica un programa personal de actividad física que incida en la mejora y el mantenimiento de la salud, aplicando los diferentes sistemas de desarrollo de las capacidades físicas implicadas, teniendo en cuenta sus características y nivel inicial y evaluando las mejoras obtenidas.**
3. Mejorar o mantener los factores de la condición física y las habilidades motrices con un enfoque hacia la salud, considerando el propio nivel y orientándolos hacia sus motivaciones y hacia posteriores estudios u ocupaciones.

### Bloque 3. Expresión corporal y artística

- 1. Crear y representar composiciones corporales colectivas con originalidad y expresividad, aplicando las técnicas más apropiadas a la intencionalidad de la composición.**

### Bloque 4. Actitudes, valores y normas. Elementos comunes.

1. Controlar los riesgos que puede generar la utilización de los equipamientos, el entorno y las propias actuaciones en la realización de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, actuando de forma responsable, en el desarrollo de las mismas, tanto individualmente como en grupo.
- 2. Mostrar un comportamiento personal y social responsable respetándose a sí mismo, a los otros y al entorno en el marco de la actividad física.**
3. Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación para mejorar su proceso de aprendizaje, aplicando criterios de fiabilidad y eficacia en la utilización de fuentes de información y participación en entornos colaborativos con intereses comunes.

## E. ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

A continuación se muestran todos los estándares de aprendizaje de la materia, resaltando en negrita aquellos que se consideran básicos para el desarrollo de las competencias del alumnado, que tendrán carácter prioritario.

### Bloque 1. Juegos y deportes

#### **1.1. Perfecciona las habilidades específicas de las actividades individuales que respondan a sus intereses.**

1.2. Adapta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas.

1.3. Resuelve con eficacia situaciones motrices en un contexto competitivo.

1.4. Pone en práctica técnicas específicas de las actividades en entornos no estables, analizando los aspectos organizativos necesarios.

2.1. Desarrolla acciones que le conducen a situaciones de ventaja con respecto al adversario, en las actividades de oposición.

2.2. Colabora con los participantes en las actividades físico-deportivas en las que se produce colaboración o colaboración-oposición y explica la aportación de cada uno

2.3. Desempeña las funciones que le corresponden, en los procedimientos o sistemas puestos en práctica para conseguir los objetivos del equipo.

2.4. Valora la oportunidad y el riesgo de sus acciones en las actividades físico-deportivas desarrolladas.

2.5. Plantea estrategias ante las situaciones de oposición o de colaboración-oposición, adaptándolas a las características de los participantes.

### Bloque 2. Condición física y salud

1.1. Diseña, organiza y participa en actividades físicas, como recurso de ocio activo, valorando los aspectos sociales y culturales que llevan asociadas y sus posibilidades profesionales futuras, e identificando los aspectos organizativos y los materiales necesarios.

#### **1.2. Adopta una actitud crítica ante las prácticas de actividad física que tienen efectos negativos para la salud individual o colectiva y ante los fenómenos socioculturales relacionados con la corporalidad y los derivados de las manifestaciones deportivas.**

#### **2.1. Aplica los conceptos aprendidos sobre las características que deben reunir las actividades físicas con un enfoque saludable a la elaboración de diseños de prácticas en función de sus características e intereses personales.**

2.2. Evalúa sus capacidades físicas y coordinativas considerando sus necesidades y motivaciones y como requisito previo para la planificación de la mejora de las mismas.

2.3. Concreta las mejoras que pretende alcanzar con su programa de actividad.

#### **2.4. Elabora su programa personal de actividad física conjugando las variables de frecuencia, volumen, intensidad y tipo de actividad.**

2.5. Comprueba el nivel de logro de los objetivos de su programa de actividad física, reorientando las actividades en los aspectos que no llegan a lo esperado.

2.6. Plantea y pone en práctica iniciativas para fomentar el estilo de vida activo y para cubrir sus expectativas.

3.1. Integra los conocimientos sobre nutrición y balance energético en los programas de actividad física para la mejora de la condición física y salud.

3.2. Incorpora en su práctica los fundamentos posturales y funcionales que promueven la salud.

3.3 Utiliza de forma autónoma las técnicas de activación y de recuperación en la actividad física.

3.4 Alcanza sus objetivos de nivel de condición física dentro de los márgenes saludables, asumiendo la responsabilidad de la puesta en práctica de su programa de actividades.

### Bloque 3. Expresión corporal y artística

1.1. Colabora en el proceso de creación y desarrollo de las composiciones o montajes artísticos expresivos.

**1.2. Representa composiciones o montajes de expresión corporal individuales o colectivos, ajustándose a una intencionalidad de carácter estética o expresiva.**

1.3. Adecua sus acciones motrices al sentido del proyecto artístico expresivo.

### Bloque 4. Actitudes, valores y normas. Elementos comunes.

1.1 Prevé los riesgos asociados a las actividades y los derivados de la propia actuación y de la del grupo.

1.2 Usa los materiales y equipamientos atendiendo a las especificaciones técnicas de los mismos.

1.3 Tiene en cuenta el nivel de cansancio como un elemento de riesgo en la realización de actividades que requieren atención o esfuerzo.

**2.1 Respeta las reglas sociales y el entorno en el que se realizan las actividades físico- deportivas.**

2.2 Facilita la integración de otras personas en las actividades de grupo, animando su participación y respetando las diferencias.

3.1 Aplica criterios de búsqueda de información que garanticen el acceso a fuentes actualizadas y rigurosas en la materia.

3.2 Comunica y comparte la información con la herramienta tecnológica adecuada, para su discusión o difusión.

## **F. CONTENIDOS TRANSVERSALES**

Los elementos transversales que se han de tener en cuenta son los establecidos en el artículo 6 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre. Muchos de ellos se definen como obligatorios durante la etapa, que son: comprensión lectora (CL), expresión oral y escrita (EOE), comunicación audiovisual (CA), tecnologías de la información y la comunicación (TIC), espíritu emprendedor y la iniciativa empresarial (EEIE), educación cívica y constitucional (ECC).

Desde nuestro departamento entendemos que no todos los temas transversales tienen una relación directa con nuestra materia, por ello concretamos también algunos otros y en particular nos centraremos en los siguientes:

- El desarrollo sostenible y el medio ambiente (DSMA).
- El desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres (DIEHM).
- La prevención de la violencia de género (PVG).
- La actividad física y la dieta equilibrada como parte del comportamiento juvenil (AFDE).



En la siguiente tabla se muestra su el trabajo de cada uno de todos estos contenidos transversales en el presente curso.

### G. MEDIDAS QUE PROMUEVEN EL HÁBITO DE LECTURA

Contenido / U.D.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
CL				■	■					■		
EOE	■			■	■					■		
CA				■	■					■		■
TIC				■	■					■		■
EEIE			■			■	■			■	■	
ECC						■			■		■	
DSMA												■
DIEHM						■		■	■			
PVG						■		■	■			
AFDE	■	■	■		■		■			■		

#### a) Propuestas y actividades

Proponer artículos de interés extraídos de periódicos, revistas,... y elementos digitales (páginas web, plataformas digitales) con contenidos propios del área. Dinamización del tablón de anuncios del gimnasio, mediante la exposición en el mismo, de artículos de actualidad, aportados tanto por el profesor, como por los alumnos/as.

#### b) Unidades didácticas

U.D. 4. Valores del deporte → Páginas web con las que el alumno puede elaborar su trabajo. Artículo de revista sobre el deporte profesional.

U.D. 5. Nutrición → Documentos proporcionados por el profesor y páginas web para elaborar su trabajo.

U.D. 9. Planificación → Documentos proporcionados por el profesor y páginas web para elaborar su trabajo.

U.D. 10 AMN → Páginas web con las que el alumno puede elaborar su trabajo.

#### ➤ Contribución del plan a la adquisición de las competencias clave.

El plan de fomento a la lectura se caracteriza por desarrollar principalmente, la competencia en comunicación lingüística gracias a un aprendizaje de un vocabulario específico y a la comprensión de textos relacionados con el ámbito deportivo.

Igualmente, la competencia de aprender a aprender estará muy presente también puesto que muchos de los artículos y textos describen habilidades, destrezas y ejercicios para su posterior puesta en práctica o para ampliar contenidos abordados durante las clases.

## H. METODOLOGÍA DIDÁCTICA

### A. Principios metodológicos

En base a la Propuesta Curricular del Centro la metodología que se utilice en nuestro departamento deberá respetar los principios básicos del aprendizaje, y estará en función de las características de la etapa educativa, de la naturaleza de las diferentes materias, de las condiciones socioculturales del entorno, de la disponibilidad de recursos del Centro y, en especial, de las características del alumnado.

El santo y seña del Centro, desde el punto de vista metodológico, será el de la potenciación del aprendizaje por competencias. Esta máxima guiará la elección de los recursos y modelos de trabajo específicos para cada materia y nivel.

Para ello, y referido a la Educación Secundaria Obligatoria, los métodos pedagógicos y didácticos utilizados por el profesorado se ajustarán a los siguientes aspectos:

➤ *Desde nuestra materia se procurará una **enseñanza activa, vivencial y participativa** del alumnado, lo que significa:*

En resumen, lo que vamos a procurar en este departamento es que el alumno/a sea el verdadero constructor de sus aprendizajes, quedando el profesor en un segundo plano, ya que nuestro papel debería ser "únicamente" el de asesorar y guiar a nuestros alumnos/as en el camino que les lleve a la meta. Para ello tenemos toda la etapa, 4 años, en los que nuestros alumnos/as deben llegar a la última estación, eso sí, haciendo las paradas necesarias. La idea principal es que el alumno/a se implique en el proceso, que no tenga un papel pasivo, y además de recibir información la analice, la intente comprender (si fuese necesario se apoyarían en nosotros), y llegue a tener una opinión fundada sobre todo lo que se refiera a la E.F. Se trata de que los alumnos/as lleguen a adquirir aprendizajes significativos y por tanto que tengan cultura física.

➤ *Desde nuestra materia se debe partir de los conocimientos previos del alumnado, así como de su nivel competencial, introduciendo progresivamente los diferentes contenidos y experiencias, procurando de esta manera un **aprendizaje constructivista**.*

El proceso de enseñanza-aprendizaje sigue consistiendo en plantear situaciones en las que el alumno/a, partiendo de sus necesidades, sus posibilidades y sus conocimientos previos, tenga que utilizar sus capacidades motrices, superando estadios iniciales y niveles de competencia en función de sus posibilidades, teniendo como objetivo educativo el de responsabilizarse de su propio cuerpo y de su futura competencia motriz. Para ello, éste debe adquirir hábitos estables en la práctica del ejercicio físico, conocer los instrumentos básicos para poder perseguir en su vida una actividad física que le lleve a óptimas condiciones de salud, mejorando sus capacidades físicas y motrices.

➤ *Desde la Educación física se atenderá a los **diferentes ritmos de aprendizaje** de los alumnos en función de sus necesidades educativas.*

➤ *La Educación física procurará un conocimiento sólido de los **contenidos curriculares**.*

Sobre la organización de la Educación Física. Se han establecido seis bloques de contenido, cinco de ellos vinculados a diferentes situaciones motrices y uno conectado con aprendizajes de carácter transversal. Los cinco bloques vinculados a la acción motriz configuran los ejes específicos de la educación física, ya que nos

permitirán transferir saberes comunes dentro de un itinerario de enseñanza-aprendizaje al agrupar situaciones y actividades con rasgos comunes de lógica interna. Representará un porcentaje alto de las sesiones del curso. El bloque de contenido transversal aglutina saberes que ayudan al estudiante a saber desenvolverse con criterios sociales y científicos en el contexto social enriqueciendo su cultura física. Este bloque puede desarrollarse tanto con las actividades que el docente planteará de los otros cinco bloques o de forma específica o puntual. No se debe perder de vista que las actividades permiten abordar aprendizajes a partir de contextos reales y permiten a su vez construir y desarrollar competencias clave para todos y para toda la vida.

Se perseguirá que el alumnado a lo largo de la etapa reciba un trabajo sistemático (todos los cursos), equilibrado (parecido número de sesiones en los cinco primeros bloques) y contextualizado (ajustado a las posibilidades del centro y del entorno) de los diferentes tipos de experiencias y prácticas motrices, ya que de lo contrario no estaremos aprovechando al máximo las posibilidades educativas que nos ofrece la materia. La resultante del proceso seguido será un desarrollo curricular que tendrá como centro al alumnado y al desarrollo progresivo de los aprendizajes específicos de la materia de Educación Física. De este modo el alumnado tendrá al final de su paso por la enseñanza obligatoria, autonomía para desarrollar y gestionar diferentes actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas y participar de un estilo de vida activo.

➤ *Desde nuestra materia se propiciará en el alumnado:*

- La observación.
- El análisis.
- La interpretación.
- La investigación.
- La capacidad creativa.
- La comprensión.
- El sentido crítico.
- La resolución de problemas.
- La aplicación de los conocimientos adquiridos a diferentes contextos.

➤ *Asimismo, y dentro de las limitaciones de **recursos audiovisuales e informáticos** que tiene el Centro, se intentará, desde la Educación física, su utilización como herramienta de trabajo en el desarrollo de algún contenido. En nuestro departamento atenderemos a los siguientes apartados:*

a) Utilización de programas informáticos:

- Se utiliza en procesador de textos para la realización de trabajos, elaboración de fichas de actividades...

- Se emplean hojas de cálculo con el fin de registrar y calcular datos.

-Utilización de programas como Powerpoint para la elaboración de presentaciones.

b) Internet como fuente de recursos:

- Empleo de una plataforma digital (Teams) para difundir materiales u otro tipo de informaciones a los alumnos. En la misma se proporcionan enlaces a sitios Web para que los alumnos completen la información que se expone en el aula.

- Se realizan visitas a sitios Web con los alumnos dentro del aula de informática o el salón de actos para la visualización de videos o contenidos de carácter curricular.

- Los alumnos realizan trabajos o tareas diarias para las cuales emplean Internet como fuente de información.

c) Elaboración de materiales multimedia:

- Los alumnos utilizarán herramientas web 2.0 para la elaboración de materiales didácticos como son Freemind, prezzi, google drive...

- Elaboración de figuras de acrosport a través de la herramienta 2.0 Roudneff.

d) Internet como fuente de comunicación:

- Utilización del correo electrónico para la comunicación entre los miembros del Departamento Didáctico.

- Empleo de la página Web del centro para comunicar los integrantes del Departamento, horas de tutoría, programaciones, fechas de pendientes, materiales para la recuperación de la asignatura, enlaces.

- e) Recursos tecnológicos como las cámaras de fotos o video, teléfonos inteligentes o tablets, con la utilización de apps específicas para actividades físicas.

➤ *Desde la Educación física se potenciará la **expresión oral** y la capacidad comunicadora de los alumnos.*

En nuestra área potenciaremos este aspecto no solamente con el bloque de contenidos de índole artística o de expresión (bloque 6), sino en el resto de contenidos. El hecho de que los alumnos deben interactuar constantemente implica una potenciación de la expresión oral, más cuando lo hacen para exponer proyectos o ejercicios. Las exposiciones de trabajos de investigación son también medio utilizado en el departamento para trabajar la capacidad comunicativa de los alumnos.

➤ *Desde nuestra materia se procurará diseñar **secuencias de aprendizaje**, de tal forma que los contenidos de la misma queden interrelacionados, y adquieran un sentido de unidad.*

Partiendo de la idea de que aprender es una actividad interna al discente y dirigida por él mismo, en la orientación y guía de los procesos de aprendizaje, se le permitirá formularse claramente una intención antes de comenzar a actuar, tener medios para identificar el resultado de esta acción y poder modificar los medios de todo tipo utilizados en función del éxito o fracaso de la misma. Es muy interesante facilitar la práctica y la reflexión al alumno, para volver a construir la acción más pensada y ajustada a los fines perseguidos. Se trata de que verbalice y tome conciencia del juego, del aprendizaje, del proceso de sus acciones, de las formas de actuar, de las operaciones utilizadas para realizar las tareas, de los obstáculos encontrados, para que, al tiempo que lleva a cabo las tareas, conozca el porqué y el para qué de ellas, de manera que vaya construyendo, de forma significativa, conocimientos y saberes.

➤ *Esta materia intentará buscar un **desarrollo multidisciplinar** de algunos contenidos, relacionando los propios de su ámbito con los de otras materias afines, diseñando alguna actividad de forma conjunta.*

Está claro que los aprendizajes se construyen sobre aprendizajes previos del mismo ámbito, de las experiencias de los alumnos/as y/o de los aprendizajes adquiridos en otras áreas. Un contenido desarrollado desde distintos ámbitos permite al alumnado obtener una visión del conjunto más enriquecedora que a su vez va a permitir dar mayor utilidad, sentido y funcionalidad a los aprendizajes. Por esto le queremos otorgar una gran importancia a la interdisciplinariedad, ya que los contenidos de la E.F. pueden tener relación con áreas tan diversas como Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Geografía e Historia, Lengua Castellana y Literatura, Educación Plástica y Visual, Música, Matemáticas, Física, Informática, etc. Desde el departamento queremos potenciar estas relaciones siempre que sea posible.

## B. Estrategias concretas que se pretenden poner en práctica

### a) Trabajo por proyectos:

Reúne muchos de los aspectos anteriormente reflejados por lo que se propone que desde las diferentes materias se utilice este recurso metodológico.

El trabajo por proyectos es una metodología que en Educación física llevamos utilizando en cursos anteriores. Nuestro proceso de enseñanza aprendizaje no solo se basa en un conjunto de tareas individuales, como en un principio pueda parecer, sino en la integración de cada alumno en un conjunto que pueda fomentar la adquisición de las competencias. Por ello, es frecuente ver a los alumnos participando en elaboración de coreografías artísticas, presentaciones de contenidos didácticos, retos conjuntos...

Nuestra metodología va encaminada a una mayor autonomía del alumno donde cada vez sea más protagonista del proceso y él mismo sea capaz de integrar todos los conocimientos. Gracias a esta forma de trabajo, siempre guiado por el profesor, el alumno puede ser más consciente de sus propias limitaciones y adquirir un método más reflexivo que le permita construir su aprendizaje.

- b) Aprendizaje cooperativo → Esta metodología utiliza actividades en las que todo el grupo tendrá el mismo objetivo. No serán competitivas, sino que si uno consigue sus objetivos todos lo harán, y viceversa.

### c) Agrupamientos:

Los agrupamientos de alumnos serán flexibles. En función de las circunstancias (alumnos, objetivos, tareas,...) resultará más apropiado uno u otro, de modo que unas veces se fomentará el trabajo individual y otras el trabajo en parejas, pequeños grupos o gran grupo. Con esta variedad se pretende buscar tanto una mayor individualización de la enseñanza como la mejora de las relaciones sociales. También combinaremos la duración de los agrupamientos, proponiendo grupos estables (una U.D., un trimestre,...) y cortos u ocasionales (para una tarea o sesión). En este último caso buscaremos una evolución coherente en los agrupamientos en la sesión para minimizar la pérdida de tiempo (tras una actividad individual se forman parejas, luego grupos de cuatro,...).

La responsabilidad en la creación de grupos no será únicamente del profesor (criterio funcional), ya que en ocasiones los alumnos tendrán la posibilidad de elegir compañeros (aunque el profesor intervendrá poniendo algunas condiciones o en situaciones puntuales si surge algún problema). Así, los criterios para la creación de estos grupos serán:

- Funcionales → Grupos homogéneos o heterogéneos, por disponibilidad de recursos, por necesidades de las actividades, según objetivo, buscando mayor participación, para evitar actitudes sexistas,...

- Condicionados → Se establecerá en cada grupo un mínimo de alumnos con unas características concretas (por ejemplo, 2 alumnos de cada sexo en cada grupo de 7).
- Aleatorios → Los alumnos se agruparán libremente.

Los grupos de nivel (homogéneos en cuanto a capacidades) serán útiles en muchas ocasiones (atención a la diversidad,...), pero también pueden crear sensaciones de “torpeza” en algunos alumnos. La heterogeneidad aportará relaciones más variadas, y la presencia de “modelos” dentro de cada grupo que motiven y ayuden a los compañeros.

- d) Estilos de enseñanza → Dentro del amplio espectro existente utilizaremos variedad de estilos, en función de la situación y la U.D. a tratar (mando directo, asignación de tareas, resolución de problemas, descubrimiento guiado,...).

### C. DECISIONES RELACIONADAS CON LA EDUCACIÓN A DISTANCIA (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Las clases y la comunicación con el alumnado se realizarán a través de Teams, que ya está siendo utilizado en la enseñanza presencial, manteniendo el horario de la enseñanza presencial.
- La parte más práctica de la materia (actividad física) se realizará mediante el envío de explicaciones y vídeos demostrativos, debiendo el alumnado ejecutar los ejercicios y enviar un archivo de vídeo.
- En ocasiones, cuando no se pueda realizar con garantías, la parte práctica se sustituirá por trabajos teórico-prácticos o exposiciones orales en los que el alumno demuestre que sabe cómo se realiza.

## I. MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR

### a) Materiales

#### ➤ *Libro de texto.*

Un año más desde el Departamento de Educación Física no consideramos necesario la utilización como material didáctico del libro de texto. El carácter práctico de la asignatura y el cambio anual de uno de los miembros del departamento hace que la implantación de este recurso no sea el más adecuado.

#### ➤ *Materiales elaborados por el profesor.*

Los apuntes propios de la asignatura para su evaluación conceptual serán aportados por el profesor que imparta la materia en cada curso, bien en fotocopias o a través de la plataforma digital.

Ambos recursos serán costeados por los alumnos.

#### ➤ *Recursos TIC.*

La utilización de materiales audiovisuales y plataformas digitales serán los recursos informáticos más utilizados para la realización de actividades. En algunos casos serán para estimular y afianzar el aprendizaje de algunos contenidos y en otros casos servirán como repositorio de contenidos que permitan al alumnado la realización de actividades curriculares específicas.

b) Recursos que se utilizarán

Utilizaremos el gimnasio, las pistas polideportivas y todo el material deportivo disponible en el departamento.

c) Materiales y recursos a utilizar en enseñanza no presencial (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Será necesario un ordenador para el seguimiento de la materia.
- También necesitará el alumno teléfono móvil o cámara para grabar y enviar sus ejercicios.
- No se utilizará material específico de Educación Física, pero en ocasiones se puede requerir al alumno buscar o elaborar algún material para los ejercicios que así lo requieran.

## **J. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

Es perfectamente constatable el hecho de que en el aula no todos los alumnos aprenden 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/as a la hora de aprender. Por ello desde el área de Educación Física pretendemos ayudar al desarrollo del Plan de Atención a la Diversidad del centro a través de las siguientes actuaciones.

### **A. Alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo**

No hay ninguno en este curso.

### **B. Medidas ordinarias**

Estas medidas estarán destinadas a todo el alumnado y con ellas pretendemos adecuar el currículo a las características individuales de nuestros alumnos con objeto de proporcionar una atención individualizada en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

#### **➤ MEDIDAS PREVIAS**

En la programación de las UD a realizar durante el curso se ha tenido en cuenta la variedad de los contenidos y de Uds. de modo que atendamos a las diferencias en los gustos e intereses de todos los alumnos y alumnas. Asimismo hemos pretendido incorporar Uds. novedosas y motivantes para todos/as. Hemos seleccionado contenidos variados que permitan a cada cual encontrar sus afinidades e intereses, valorando en qué medida los contenidos que proponemos refuerzan o benefician a una parte del alumnado en función de sus experiencias previas, género, nivel de competencia motriz, procedencia cultural, etc., para buscar propuestas diversas que equilibren situaciones socialmente construidas en torno al cuerpo y la motricidad.

#### **➤ LAS ADAPTACIONES CURRICULARES NO SIGNIFICATIVAS**

En Educación Física disponemos de una gran variedad de posibilidades para hacer adaptaciones curriculares con las que atender a la diversidad de los alumnos. Sin interrumpir el desarrollo normal de la clase se puede trabajar por grupos de nivel, ocuparse de unos alumnos determinados mientras el resto de la clase realiza otras tareas que se les ha asignado, hacer que los alumnos de mayor nivel colaboren en el aprendizaje de los que tienen un nivel inferior etc.

Estas adaptaciones deben prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias.

*a) En los estándares de aprendizaje.*

- Priorización de los estándares
- Variando la temporalización de los mismos.
- Seleccionando los “mínimos”.

*b) En determinados contenidos.*

Los contenidos vinculados a la Condición física y el desarrollo de las CFB. No se utilizarán como elemento discriminador, sino orientador. Estableceremos pruebas con un carácter criterial e informativo que valoren el nivel de progresión del alumno/a en función de la práctica y del esfuerzo realizado.

En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo (Acrosport). Estableceremos ayudas a la progresión para disminuir el nivel de incertidumbre en los alumnos/as con más problemas, no forzando nunca a la realización de un ejercicio.

En la enseñanza de algunas técnicas deportivas. Plantearemos problemas motores con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno/a pueda adaptar las respuestas a sus características. Son muchas las razones que nos aconsejan no buscar una aproximación fiel a los modelos técnicos teóricos.

En los juegos y deportes colectivos, valoraremos el nivel de participación en las tareas e iniciaremos la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante (la búsqueda de respuestas o soluciones por encima del dominio de la técnica). Evitaremos los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos, variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.

En las actividades de ritmo y expresión. Propondremos actividades motivantes al inicio, asentando el respeto al otro como base de trabajo, creando un clima de espontaneidad y distensión, dejando libertad a los alumnos/as y respetando cualquier idea que pongan de manifiesto, aceptándolas todas pues se parte de la premisa que cualquiera de ellas es válida, desarrollaremos los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos, evitando el direccionismo y la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.

*c) En la evaluación:*

- Utilizaremos sistemas de evaluación en los que cada uno se responsabilice de su evolución personal, huyendo de evaluaciones comparativas que refuercen las desigualdades.
- Diversificaremos los procedimientos de evaluación, adecuando los tiempos y criterios a los alumnos.
- Seleccionaremos criterios específicos de evaluación.
- Estableceremos criterios de evaluación graduados. Por un lado, podemos establecer criterios de evaluación mínimos, y por otro, algunos de ampliación que valoren los distintos niveles de aprendizaje
- Modificación de los instrumentos y procedimientos.



d) *En la metodología.*

Disponemos de multitud de recursos para atender a la diversidad de los alumnos. Partiendo de una enseñanza individualizada (facilitada por una metodología basada en la asignación de tareas), se puede organizar a los alumnos por grupos de nivel o de intereses, desdoblar los grupos para trabajar con un número menor de alumnos, atender por separado a un alumno o grupo de alumnos que en un momento determinado lo necesite mientras los demás continúan realizando su trabajo. Utilizaremos como fórmula de funcionamiento habitual distintos agrupamientos (parejas, pequeños grupos, grandes grupos) que potencien los contactos con personas de diferente género, capacidad, habilidad, personalidad, cultura, etc. Se pretende que se acostumbren a la originalidad corporal y motriz de otros/as.

e) *Adaptaciones según el tipo de necesidad:*

e.1) Alumnos/as con discapacidad física grave y permanente. Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Si los ejercicios perjudiciales para su salud pueden ser sustituidos por otros, el profesor/a diseñará nuevos ejercicios y actividades adaptadas a ese alumno.

Si el alumno no puede llevar a cabo las actividades físicas esenciales de una unidad didáctica, realizará durante la hora de clase otras actividades teórico-prácticas relacionadas con el tema de esa unidad que se reflejarán en el Informe de Progresos y que serán evaluadas como cualquier otra actividad.

Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo:

-Realización de trabajos- fichas relacionados con los contenidos que se están trabajando, para posteriormente exponerlos ante sus compañeros (lo cual otorga un carácter práctico y de utilidad a la tarea).

-Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.

-Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramientos, ejercicios de relajación...

-Colaboración con el profesor.

Queda a criterio del profesor/a pedir al alumno/a que compre un libro de texto de EF cuando su lesión o enfermedad le impidan hacer una amplia cantidad de contenidos de tipo práctico.

e.2) Alumnos/as con discapacidades transitorias y/o contraindicadas para un determinado tipo de contenido. Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos/as que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividades. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación (enfermedad de Osgood Schlater, soplo fisiológico, escoliosis, asma) o temporal (esguince de tobillo, fractura de brazo).

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado.

Para los alumnos/as que padezcan una discapacidad transitoria (lesionados temporales), proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles con la lesión durante el tiempo que ésta permanezca. Intentaremos que mientras dure esa lesión o enfermedad el alumno/a desarrolle los trabajos precisos en clase o en casa para que pueda acceder a los contenidos tratados por vías diferentes: colaborando con el profesor en el desarrollo de las sesiones, ayudando a sus compañeros en la medida de sus posibilidades,

anotando las clases por escrito en fichas prediseñadas, realizando trabajos sobre los contenidos tratados, etc.

➤ *MEDIDAS DE APOYO DESDE EL ÁREA A LOS ALUMNOS DE INTEGRACIÓN TARDÍA*

- Proporcionaremos al alumno o alumna la información necesaria sobre el área, instalaciones, las normas y todo aquello que facilite su desenvolvimiento y su autonomía.

- Durante los primeros días de manera especial, para que se relacione con los compañeros y compañeras del grupo, propondremos cada día un alumno de referencia que le acompañara y le ayudará.

- En caso de que desconozca el castellano reforzaremos las explicaciones con imágenes, iconos, gestos y en algunos casos le daremos información y fichas en su propio idioma.

- Realizaremos un seguimiento del proceso de adaptación del alumno o alumna y de su proceso de aprendizaje.

- Fomentaremos de la participación del alumnado inmigrante en las actividades extraescolares del centro.

➤ *MEDIDAS DE APOYO A LA PREVENCIÓN Y CONTROL DEL ABSENTISMO ESCOLAR*

- Fomentaremos aquellas actividades extraescolares fuertemente motivadoras.

- Utilizaremos refuerzos positivos

- Se incluirán elementos interculturales (tradiciones, juegos, celebraciones...) que favorezcan la inmersión en nuestra cultura.

- Reflejaremos en cada sesión las faltas de asistencia y las comunicaremos.

➤ *MEDIDAS DIRIGIDAS A LOS ALUMNOS CON DESVENTAJAS SOCIOEDUCATIVAS, ALUMNOS CON DIFICULTAD DE INSERCIÓN ESCOLAR Y ALUMNOS CON PROBLEMAS DE CONVIVENCIA*

- Profundización de la educación en valores,

- Realización de actividades que favorezcan el conocimiento mutuo y la cohesión del grupo.

- Favoreceremos un clima social de convivencia, respeto y tolerancia.

- Fomentaremos el respeto mutuo como valor fundamental.

C. Medidas especializadas

• **ACTIVIDADES Y RECURSOS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DE FORMA NO PRESENCIAL (PLAN DE CONTINGENCIA)**

Se realizarán sesiones online personalizadas para aquellos alumnos que lo requieran.

**K. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE APRENDIZAJE**

- A. Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje
  - a. Perfil de materia
    - i. Listado de estándares de aprendizaje: Se muestran en el apartado E.
    - ii. Determinación de los estándares de aprendizaje básicos: Se muestran en el apartado E.
  - b. Contribución al perfil competencial
    - i. Relación de los estándares de aprendizaje con las Competencias Clave.
  
- B. Instrumentos de evaluación
  - a. Instrumentos que se van a utilizar: Hoja de observación, prueba práctica, trabajo de investigación, prueba oral, prueba escrita.
  - b. Relación con los estándares de aprendizaje.
  - c. Otros aspectos:

El artículo 5 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que serán los estándares de aprendizaje evaluables, como elementos de mayor concreción, observables y medibles, los que, al ponerse en relación con las competencias clave, permitirán graduar el rendimiento o desempeño alcanzado en cada una de ellas.

A su vez el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece que tanto en la evaluación continua, como en las evaluaciones finales en las diferentes etapas educativas, deberá tenerse en cuenta el grado de dominio de las competencias a través de:

- Procedimientos de evaluación.
- Instrumentos de obtención de datos que ofrezcan validez y fiabilidad en la identificación de los aprendizajes adquiridos.

En relación a los procedimientos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015 establece, que el profesorado debe utilizar procedimientos de evaluación variados para facilitar la evaluación del alumnado como parte integral del proceso de enseñanza y aprendizaje, y como una herramienta esencial para mejorar la calidad de la educación, y menciona la observación sistemática del trabajo de los alumnos, el análisis de documentos tales como las pruebas orales y escritas, el portfolio, los protocolos de registro, o los trabajos de clase. Así mismo en la ORDEN EDU/362/2015 de Castilla y León se especifica que “las pruebas de evaluación que se desarrollen en las diferentes materias incluirán pruebas orales, las cuales tendrán su reflejo, según la materia, en su calificación”.

Con respecto a los instrumentos de evaluación el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, dispone que los niveles de desempeño de las competencias se podrán medir a través de indicadores de logro, tales como rúbricas o escalas de evaluación.

Asimismo el artículo 7 de la ORDEN ECD/65/2015, hace referencia a que es necesario incorporar estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros, como la autoevaluación, la evaluación entre iguales o la coevaluación. Estos modelos de evaluación favorecen el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En nuestro caso, los instrumentos de evaluación que podemos utilizar vienen descritos en los primeros anexos y temporalizados por trimestres, los cuales pasamos a explicar a continuación:

➤ *Técnicas de análisis de desempeño.*

-*Trabajo de Investigación:* Se trata de una modalidad de Proyecto en el que se plantea el estudio de un problema a nivel teórico y donde la información para abordarlo se encuentra fundamentalmente en materiales impresos, audiovisuales o electrónicos.

En los trabajos de investigación, por lo general, el docente ofrece el tópico por investigar. La capacidad principal que se pretende evaluar con esta técnica es la de obtener información y la de saber organizarla de cierto modo para que tenga sentido de acuerdo al objetivo planteado al inicio del proyecto. Todo proceso investigativo culmina con la realización de un informe final. Este documento será el determinante del grado de consecución del objetivo planteado. En él, el alumno deberá plasmar toda la capacidad de análisis y síntesis como investigador.

➤ *Técnicas de observación*

-*Escala de Actitudes – Hoja de observación:* Es una lista de enunciados o ítems para medir un aprendizaje relacionado con contenidos actitudinales (disposición positiva, negativa o neutral), ante otras personas, objetos o situaciones.

A nivel práctico, el profesor debe identificar una serie de indicadores de cada estándar de aprendizaje que sea evaluado mediante este instrumento. Estos indicadores se convertirán en los elementos a observar por parte del profesor. Posteriormente se debe definir la escala y sus criterios. En nuestro caso los valoramos a través de registros positivos o negativos cuando surge el comportamiento.

➤ *Técnicas de rendimiento*

Las técnicas de rendimiento o experimentación son procedimientos que tratan de ahondar en los rendimientos pedagógicos. Son técnicas que objetivan, en buena medida, los datos procedentes de la observación del profesor, ya que miden lo que el alumno puede saber y saber hacer por haberlo aprendido después de un proceso determinado. Los instrumentos que en nuestro caso relacionaremos con estas técnicas los clasificaremos en 3 tipos: Pruebas Escritas, Pruebas Orales y Pruebas de Ejecución.

-*Prueba Escrita:* La diversidad de pruebas escritas que existen es muy amplia. Si bien se pueden clasificar según la objetividad de la misma, el modo en el que se confecciona o la demanda que se espera del alumno, en nuestro caso incluiremos en este tipo de instrumento aquellas que son de tipo verdadero- falso, preguntas cortas o elección múltiple.

- *Prueba Oral:* Nos permiten valorar la propiedad en el empleo de la terminología, la interpretación que el alumno hace de la información, así como la generalización y organización de datos del evaluado. Nuestra prueba se basará en una exposición del trabajo de investigación y la contestación cerrada de cada pregunta que pueda surgir al profesor.

- *Prueba Práctica:* Las pruebas prácticas exigen que el alumno realice una tarea poniendo de manifiesto la eficacia de lo aprendido. Las posibilidades son muy amplias, si bien vamos a diferenciar dos tipos de pruebas prácticas que puedan cubrir las diferentes posibilidades de las diferentes áreas del conocimiento.

1. Prueba de Ejecución: Cualquier tarea práctica podría considerarse como una prueba de ejecución, ya que son abiertas y no sólo importa el resultado, el proceso también puede y debe ser valorado.

2. Test: Situación experimental estandarizada. Se evalúa mediante comparación estadística con otros individuos colocados en la misma situación, es decir, mediante un baremo. Sirve para predecir el rendimiento y verificar la evolución del mismo.

C. Momentos de la evaluación

- a. En qué trimestre se evalúa cada estándar de aprendizaje.

D. Criterios de calificación

- a. Peso o valor (%) de cada estándar de aprendizaje.
- b. Peso o valor (%) de cada instrumento de evaluación.
- c. Otros aspectos:

Ausencias justificadas trimestralmente. Aquellos alumnos que no hayan podido acudir a clase de una manera justificada durante más del 20% de las clases o acudiendo no puedan seguir el mismo ritmo de clase con los procedimientos de evaluación establecidos para los demás, se adaptará la evaluación en función de las circunstancias a través de una pruebas escritas, trabajos teórico-prácticos o trabajos de investigación. Si las ausencias justificadas corresponden a más del 50% de una misma UUD el alumno deberá ser evaluado con el instrumento que considere el profesor.

Aspectos actitudinales. Los alumnos con dos partes de incidencias que hayan sido expulsados por alterar gravemente el desarrollo de las clases tendrán una calificación negativa. Se tendrá en cuenta la entrega de fichas y trabajos por parte del alumno. Aquellos alumnos que no entreguen dichos instrumentos de evaluación serán evaluados con un suspenso. Y por último, en cuanto a la indumentaria y normas básicas en el gimnasio, los alumnos podrán tener una calificación negativa si no atienden a los criterios que marque cada profesor al inicio de curso.

E. Estrategias e instrumentos para la evaluación de los aprendizajes en modalidad a distancia (PLAN DE CONTINGENCIA)

- Sólo se modificarán algunos aspectos destinados a evaluar aprendizajes prácticos, siempre y cuando no se puedan llevar a cabo desde casa. En estos casos se sustituirán las pruebas prácticas como instrumentos de evaluación por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas.
- La hoja de observación de la parte actitudinal (aspectos derivados de la clase presencial) se eliminará.

**L. MEDIDAS PARA LA RECUPERACIÓN DE LA MATERIA DURANTE EL CURSO**

a) Actividades de refuerzo

Si fuese necesario se proveerá al alumno de las actividades y apoyos necesarios para facilitar su recuperación.

b) Proceso de evaluación para la recuperación

La evaluación es continua, por lo que el alumno supera una evaluación suspenso si en las siguientes demuestra haber superado los estándares que no

hubiese alcanzado, ya sea con los contenidos de esa evaluación o con pruebas específicas (escritas, prácticas,...).

Aquel alumnado que no haya superado la evaluación de la asignatura en junio deberá presentarse a la **convocatoria extraordinaria de Septiembre**. Para esta prueba se tendrá en cuenta el perfil de materia y los estándares básicos.

El perfil de materia viene determinado por un listado de estándares de aprendizaje que están recogidos en los diferentes anexos en formato Excel de los cuales, aquellos que están marcados en formato negrita son los estándares básicos, es decir, son aquellos que el departamento de E.F ha valorado que sin su adquisición la asignatura no puede ser superada.

c) Actividades de recuperación a realizar de forma no presencial

- Se realizarán clases online de revisión de contenidos para la recuperación.
- Los aspectos prácticos se recuperarán con archivos de vídeo cuando se pueda realizar dicha práctica, siendo sustituidos por trabajos teórico-prácticos o exposiciones explicativas cuando no se pueda.
- Los aspectos más teóricos se recuperarán mediante un examen (a través de un cuestionario).

## 7. ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES Y COMPLEMENTARIAS DEL DEPARTAMENTO.

### Actividades Extraescolares

Actividades programadas	Fecha prevista para su realización	Cursos a los que afecta	Departamento organizador	En colaboración con...	Profesores responsables	Lugar de la actividad
Jornada deportiva en un gimnasio con diferentes talleres	Segundo trimestre	4º E.S.O Y 1º BACHILLER	Educación Física		Samuel Castaño Álvaro Lazcano	VALLADOLID
Semana Blanca y Bautismo Blanco	Segundo trimestre	2º-3º E.S.O	Educación Física		Samuel Castaño Álvaro Lazcano	SAN ISIDRO LEÓN-JACA
Senderismo por la montaña palentina	Tercer trimestre	E.S. O	Educación Física		Samuel Castaño Álvaro Lazcano	PALENCIA
Asistencia al Open de tenis de Madrid	Tercer trimestre	4º E.S.O- 1º BACHILLER	Educación Física		Samuel Castaño Álvaro Lazcano	MADRID

### Actividades Complementarias

Actividades programadas	Fecha prevista para su realización	Cursos a los que afecta	Departamento organizador	En colaboración con...	Profesores responsables	Lugar de la actividad
TORNEO TENIS DE MESA	Primer trimestre	E.S.O Y BACH	Educación Física		Álvaro Lazcano	GIMNASIO
TORNEO DE BÁDMINTON	Segundo trimestre	E.S.O Y BACH	Educación Física		Álvaro Lazcano	GIMNASIO
TORNEO DE COLPBOL	Tercer trimestre	E.S.O Y BACH	Educación Física		Álvaro Lazcano	GIMNASIO
JORNADAS DEPORTIVAS DIPUTACIÓN PROVINCIAL	Tercer trimestre	E.S.O	Educación Física		Samuel Castaño Álvaro Lazcano	CENTRO

## **8. EVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA (PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y PRÁCTICA DOCENTE)**

### **a) ¿Qué evaluar? Indicadores de logro**

#### **➤ VALORACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**

Diferenciamos 5 ámbitos o apartados para el análisis de la programación didáctica. En cada uno de ellos determinamos una serie de indicadores relacionados con el ámbito a evaluar.

#### **Ámbito 1: Elaboración de las Programaciones Didácticas.**

1. Se ha planteado en las reuniones del departamento.
2. Se ha realizado una reflexión individual por parte de los profesores.
3. Se han trasladado las propuestas individuales a las reuniones de departamento.
4. La programación didáctica tiene como referencia la Propuesta Curricular del Centro.

#### **Ámbito 2: Contenido de las Programaciones Didácticas.**

1. Se adecuan y especifican los contenidos.
2. Se adecuan y concretan las competencias clave y el grado de desarrollo de las mismas.
3. Se adecuan y concretan los métodos pedagógicos y didácticos.
4. Se adecuan y especifican los materiales y recursos de desarrollo del currículo.
5. Se incorporan los elementos transversales y se relacionan con los contenidos propios de la materia, ámbito o módulo.
6. Se incorporan medidas que promuevan el fomento de la lectura y el desarrollo de la comprensión lectora.
7. Se adecúan y especifican los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables.
8. En el caso de la ESO se especifican los estándares de aprendizaje básicos.
9. Se concretan los instrumentos de evaluación y se relacionan con el resto de elementos curriculares.
10. Se especifican los criterios de calificación por estándares y por instrumentos.
11. Se concretan las actividades, los instrumentos y el calendario de evaluación para el alumnado con materias pendientes.
12. Se especifican las actividades complementarias y extraescolares.
13. Se concretan las medidas de atención a la diversidad y, en su caso, las adaptaciones curriculares significativas y/o los planes individualizados.
14. Se adecuan y concretan los criterios para la evaluación del proceso de enseñanza.

#### **Ámbito 3: Grado de cumplimiento de las Programaciones Didácticas.**

1. Se imparten mayoritariamente los contenidos previstos.
2. Se desarrollan las competencias clave al nivel que se esperaba.
3. Se adecuan los métodos pedagógicos y didácticos a la obtención de los objetivos generales y el desarrollo de las competencias.
4. Se utilizan los materiales de desarrollo y recursos de desarrollo del currículo.
5. Se desarrollan los contenidos transversales previstos.
6. Se trabaja el hábito lector del alumnado.
7. Se respetan los criterios establecidos para la evaluación del proceso de aprendizaje.
8. Se respetan los criterios establecidos para la evaluación del proceso de enseñanza.
9. Se realizan las actividades complementarias y extraescolares previstas.
10. Se desarrollan las medidas de atención a la diversidad establecidas.

#### **Ámbito 4: Revisión de las Programaciones Didácticas.**

1. Se han establecido mecanismos para evaluar las PD.
2. Se revisan periódicamente las PD.
3. Las PD permiten modificaciones durante el curso escolar.

#### **Ámbito 5: Información ofrecida sobre las Programaciones Didácticas.**

1. Se ha informado a los alumnos sobre los aspectos preceptivos de las PD.
2. Se ha informado a las familias sobre los aspectos más relevantes de las PD.



## ➤ *EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE*

Diferenciamos 6 ámbitos o apartados para el análisis de la práctica docente. En cada uno de ellos determinamos unos sub apartados. Y en estos últimos diseñamos una serie de indicadores de logro, que se pueden ampliar en el seno de cada Departamento Didáctico.

### **Ámbito 1: Planificación de la Práctica docente.**

#### **1.1: Respetto de los componentes de la Programación Didáctica:**

1. Mi programación didáctica está organizada y toda ella tiene coherencia interna.
2. Se ha estructurado en Unidades Didácticas o Unidades de Conocimiento o Temas.
3. Los elementos constitutivos los he seleccionado de acuerdo a las características de cada grupo de alumnos.
4. He establecido, de modo explícito, los criterios, procedimientos e instrumentos de evaluación que permiten hacer el seguimiento del progreso de los alumnos y comprobar el grado en que alcanzan los aprendizajes.

#### **1.2: Respetto de la coordinación docente:**

1. La actividad educativa se ha planificado de forma coordinada entre todos los profesores del departamento.
2. He llevado a la práctica los acuerdos adoptados en el departamento.

### **Ámbito 2: Motivación hacia el aprendizaje del alumnado.**

#### **2.1: Respetto de la motivación inicial del alumnado:**

1. Presento, al principio de cada sesión, un plan de trabajo, explicando su finalidad.
2. Relaciono el tema con acontecimientos de la realidad y actualidad.
3. Diseño situaciones introductorias previas al tema que se va a trabajar.

#### **2.2: Respetto de la motivación durante el proceso:**

1. Logro mantener el interés del alumnado partiendo de sus experiencias.
2. Doy información sobre los progresos conseguidos, así como sobre las dificultades encontradas.
3. Fomento la participación del alumnado mediante debates, argumentaciones, etc.

### **Ámbito 3: Proceso de enseñanza-aprendizaje.**

#### **3.1: Respetto de las actividades:**

1. Diseño actividades que aseguren la adquisición de los objetivos didácticos previstos.
2. Diseño actividades que integren las competencias clave en los contenidos propios de la materia, ámbito o módulo.
3. Diseño actividades que integren los contenidos transversales en los contenidos propios de la materia, ámbito o módulo.
4. Propongo actividades variadas.
5. Las actividades se han adecuando a los métodos didácticos y pedagógicos que pretendo utilizar.

#### **3.2: Respetto de la organización del aula:**

1. Distribuyo el tiempo adecuadamente.
2. Adopto diferentes agrupamientos en función del momento, la tarea, los recursos, etc.
3. La organización del tiempo, el espacio y los agrupamientos se han adecuando a los métodos didácticos y pedagógicos que he utilizado.

#### **3.3: Respetto del clima en el aula:**

1. Busco interacciones entre el profesor y el alumno.
2. Procuero interacciones entre los alumnos.
3. En el seno del grupo, se han elaborado normas de convivencia con la aportación del alumnado.

4. Los métodos didácticos y pedagógicos que he utilizado posibilitan la mejora del clima en el aula.

**3.4: Respetto de la utilización de recursos y materiales didácticos:**

1. Utilizo recursos didácticos variados para la presentación de los contenidos.
2. Utilizo otros materiales además del libro de texto.
3. Utilizo materiales elaborados por el profesor.
4. Utilizo las TIC como recurso didáctico.

**Ámbito 4: Seguimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje.**

**4.1: Respetto de lo programado:**

1. Reviso frecuentemente los objetivos didácticos y contenidos previstos.
2. Reviso frecuentemente las actividades propuestas.

**4.2: Respetto de la información al alumnado**

1. Proporciono información al alumnado sobre el grado alcanzado y, en concreto, sobre el nivel de desarrollo de los estándares de aprendizaje.
2. Proporciono información al alumnado sobre la ejecución de las tareas y cómo mejorarlas.

**4.3: Respetto de la contextualización:**

1. Tengo en cuenta el nivel de habilidades del alumnado, su ritmo de aprendizaje y su grado de motivación.
2. Me coordino con otros profesionales del centro para modificar/adaptar contenidos, metodología, recursos, etc.

**Ámbito 5: Evaluación del proceso.**

**5.1: Respetto de los criterios de evaluación y estándares de aprendizaje/resultados de aprendizaje:**

1. Aplico los criterios de evaluación/resultados de aprendizaje de acuerdo con la P.D.
2. Cada UD tiene claramente establecidos estos criterios de evaluación/resultados de aprendizaje.

**5.2: Respetto de los instrumentos de evaluación:**

1. Utilizo instrumentos variados de recogida de información.
2. Utilizo estrategias y procedimientos de autoevaluación y coevaluación.

**5.3: Respetto de los criterios de calificación:**

1. Están perfectamente definidos y son conocidos por el alumnado.
2. Se relacionan con los criterios de evaluación/resultados de aprendizaje y con los instrumentos de evaluación.

**5.4: Respetto de la información que se transmite tras la evaluación:**

1. Informo al alumnado de los resultados en relación con su progreso y, en especial, en relación con los estándares de aprendizaje.
2. Utilizo diferentes medios para informar a los padres de los resultados de la evaluación.

**5.5: Respetto de la utilidad de la evaluación del proceso:**

1. Utilizo la información obtenida sobre el proceso para modificar los procedimientos didácticos y para mejorar la práctica docente.

**Ámbito 6: Valoración de los resultados.**

**6.1: Respetto del porcentaje de aprobados-suspensos:**

1. El porcentaje de aprobados se corresponde con mis expectativas previas.
2. Los resultados reflejan el trabajo desarrollado por los alumnos.
3. Existen expectativas de mejora de los resultados en la siguiente evaluación.

**6.2: Respetto de la utilidad de la valoración de los resultados:**

1. Utilizo los resultados de evaluación para modificar los procedimientos didácticos y para mejorar la práctica docente.

**b) ¿Quién evalúa?: Agentes evaluadores.**

Tal como viene recogido en el Proyecto Educativo de Centro, serán los propios profesores los que evalúen la práctica docente a través de una autoevaluación. Los Jefes de departamento además de profesores, serán también un agente evaluador, en este caso, el encargado de evaluar la Programación Didáctica.

**c) ¿Cómo evaluar? Instrumentos de evaluación.**

Mediante un cuestionario que recoja los indicadores arriba descritos y con una escala de 1 a 4, en la que 1 significa nulo o poco conseguido y 4 que se ha conseguido o consolidado convenientemente.

**d) ¿Cuándo evaluar? Momentos de la evaluación.**

Al final de cada trimestre y en la memoria final de curso.