

PROGRAMACIÓN
ANUAL

EDUCACIÓN FÍSICA
CURSOS PARES

CURSO 2022-2023

I.E.S. Victorio Macho
Palencia

ÍNDICE

Este índice es un documento activo, situando el cursor sobre el número de página y pulsando nos dirigirá automáticamente al apartado deseado.

MARCO LEGAL.....	3
SEGUNDO DE LA ESO.....	3
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE.....	3
CUARTO DE LA E.S.O.....	8
SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE.....	8
DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS.....	13
Metodología para la sección Bilingüe.....	14
Concreción de las diferentes situaciones de oposición, de colaboración y de adaptación al entorno propuestas desde el departamento.....	15
PERFIL DE CADA UNA DE LAS COMPETENCIAS.....	15
CONCRECIÓN DE ELEMENTOS TRANSVERSALES.....	18
ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNADO Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.....	19
ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS DE LA ESO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.....	25
MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	26
MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR.....	26
PLAN DE LECTURA.....	27
COMPETENCIA DIGITAL.....	27
PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y SUS INDICADORES DE LOGRO EN LOS CURSOS PARES.....	29
ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.....	30
Deporte Escolar (Extraescolar).....	30
Actividades Complementarias.....	30

MARCO LEGAL

La programación se ajusta a lo dispuesto en la

- Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.
- Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) 8/2013 de 9 de diciembre que modifica a la Ley Orgánica de Educación (LOE) 2/2006 de 3 de mayo (Cursos pares, derogada)
- DECRETO 23/2014, de 12 de junio, por el que se establece el marco del gobierno y autonomía de los centros docentes (BOC y L de 13 de junio de 2014).

- ORDEN EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo de ESO en la Comunidad de Castilla y León. (Cursos pares)
- ORDEN EDU/363/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo de Bachillerato en la Comunidad de Castilla y León. (Cursos pares)

- ORDEN EDU/1597/2021, de 16 de diciembre, por la que se concreta la actuación de los equipos docentes y los centros educativos de Castilla y León que imparten educación secundaria obligatoria en materia de evaluación, promoción y titulación, durante los cursos académicos 2021-2022 y 2022-2023
- Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional. (derogado)

SEGUNDO DE LA ESO

SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE.

Los contenidos en la E.S.O. se agrupan en los siguientes cinco bloques:

- En entornos estables: situaciones basadas usualmente en modelos técnicos de ejecución y, en las que resulta decisiva la capacidad de ajuste para lograr conductas motrices cada vez más eficaces.
- De oposición, en ellas resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad el momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión. De cooperación, con o sin oposición, en las que se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo.
- De adaptación al entorno, el medio en el que se realizan las actividades no tiene siempre las mismas características, por lo que genera incertidumbre y su finalidad es adaptarse al entorno y a la actividad.
- De índole artística o de expresión
- De identificación de información relevante y manejo de las tecnologías de la información y la comunicación

En la tabla de la página siguiente se estructuran y relacionan en columnas los contenidos, los estándares de aprendizaje evaluables básicos y su relación con las competencias clave para SEGUNDO de la E.S.O.

Asimismo, los estándares de aprendizaje que se consideran básicos **se destacan en sombreado**.

Las siglas para entender la relación con las competencias básicas son las siguientes:

C L : COMPETENCIA LINGÜÍSTICA

CMCT : COMPETENCIA MATEMÁTICA Y C. BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

C S C : COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS

A A : COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER

C D : COMPETENCIA DIGITAL

I E E : SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR

C E C : CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES

Se muestra además a continuación la temporalización por trimestres para SEGUNDO de la E.S.O.

CONTENIDOS 2º E.S.O.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (los básicos se destacan en sombreado)	COMPETENCIAS RELACIONADAS (no bilingüe y bilingüe)
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.	<ul style="list-style-type: none"> ● 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. ● Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos. 	<p>C D A A</p> <p>C L C S C A A</p>
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 cardíaca: 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	<ul style="list-style-type: none"> ● 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. ● Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas trabajadas en el ciclo. ● Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardíaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física. ● Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física. ● 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. ● Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo. ● Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades. ● Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones. 	<p>A A C S C I E E</p> <p>CL C M C T</p> <p>A A I E E</p> <p>A A I E E</p> <p>AA CL CSC</p> <p>IE AA</p> <p>AA</p> <p>A A I E E</p> <p>C S C</p>

<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 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. ● Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados. ● Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades. 	<p>AA CEC A A C S C</p>
3.- Acciones motrices en situaciones de oposición		
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas. ● Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado. ● Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico ● 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. ● Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración- oposición propuestas. 	<p>A A C S C I E E C M C T A A I E E A A C S C A A</p>
4.- Situaciones de cooperación		
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración- oposición propuestas. ● 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. ● Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador. ● 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. ● Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza. 	<p>I E E C S C C M C T C S C C E C C S C A A C S C</p>
5.- Acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno		
<p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 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. ● Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físico-deportivas. ● Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de 	<p>A A C D C M C T C L C D C S C</p>

<p>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.</p>	<p>actividades físico- deportivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Identifica las características de las actividades físico-deportivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás. ● Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas en un entorno no estable. 	<p>CSC CEC CSC</p>
<p>6.- Situaciones de índole artística o de expresión</p>		
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad. ● Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado. ● Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea. 	<p>AA IEE CEC CEC AA CL CSC</p>

TEMPORALIZACIÓN SEGUNDO DE LA ESO (no bilingüe)	PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
Empleo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación para la realización de trabajos de investigación sobre aspectos de la materia.	*	*	*
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 cardíaca: Toma de pulsaciones. Test y pruebas funcionales. El calentamiento: fases. Ejecución de ejercicios aplicados al calentamiento general. La vuelta a la calma. Valoración de los efectos positivos del calentamiento, la vuelta a la calma y la correcta realización del ejercicio físico para prevenir lesiones.	*		*
Higiene postural.	*	*	*
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.	*	*	*
Aspectos técnicos y reglamentarios de los deportes que van a practicarse. Juegos y actividades dirigidas al aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos, principios tácticos básicos y	*	*	*

<p>reglamentarios de una o varias actividades físico-deportivas de oposición.</p> <p>Automatización de gestos técnicos básicos de las actividades desarrolladas. Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento.</p> <p>Necesidad y sentido de las normas.</p> <p>Distribución racional de las fuerzas a lo largo de la competición. Disposición favorable hacia la autoexigencia y superación de las propias limitaciones.</p>			
<p>Elección de la opción técnica más apropiada en cada momento en situaciones de cooperación. 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.</p>	*	*	*
<p>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.</p>	*	*	*
<p>El senderismo. Tipos de sendero, normas básicas para su práctica, material necesario. Señales de rastreo.</p> <p>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.</p>			*
<p>El cuerpo expresivo: postura, gesto y movimiento. La conciencia corporal.</p> <p>Aplicación a las actividades expresivas.</p> <p>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</p>		*	

CUARTO DE LA E.S.O.

SECUENCIA Y TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS, ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES QUE SE CONSIDERAN BÁSICOS Y RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CLAVE.

Los contenidos en la E.S.O. se agrupan en los siguientes cinco bloques:

- En entornos estables: situaciones basadas usualmente en modelos técnicos de ejecución y, en las que resulta decisiva la capacidad de ajuste para lograr conductas motrices cada vez más eficaces.
- De oposición, en ellas resulta imprescindible la interpretación correcta de las acciones de un oponente, la selección acertada de la acción, la oportunidad el momento de llevarla a cabo, y la ejecución de dicha decisión. De cooperación, con o sin oposición, en las que se producen relaciones de cooperación y colaboración con otros participantes en entornos estables para conseguir un objetivo.
- De adaptación al entorno, el medio en el que se realizan las actividades no tiene siempre las mismas características, por lo que genera incertidumbre y su finalidad es adaptarse al entorno y a la actividad.
- De índole artística o de expresión
- De identificación de información relevante y manejo de las tecnologías de la información y la comunicación

En la tabla de la página siguiente se estructuran y relacionan en columnas los contenidos, los estándares de aprendizaje evaluables básicos y su relación con las competencias clave para CUARTO de la E.S.O.

Asimismo, los estándares de aprendizaje que se consideran básicos **se destacan en sombreado**.

Las siglas para entender la relación con las competencias básicas son las siguientes:

C L : COMPETENCIA LINGÜÍSTICA

CMCT : COMPETENCIA MATEMÁTICA Y C. BÁSICAS EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

C S C : COMPETENCIAS SOCIALES Y CÍVICAS

A A : COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER

C D : COMPETENCIA DIGITAL

I E E : SENTIDO DE INICIATIVA Y ESPÍRITU EMPRENDEDOR

C E C : CONCIENCIA Y EXPRESIONES CULTURALES

Se muestra además a continuación la temporalización por trimestres para CUARTO de la E.S.O.

CONTENIDOS 4º E.S.O.	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES (los básicos se destacan en sombreado)	COMPETENCIAS RELACIONADAS
1.- Contenidos comunes		
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Busca, procesa y analiza críticamente informaciones actuales sobre temáticas vinculadas a la actividad física y la corporalidad utilizando recursos tecnológicos. ● Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación para profundizar sobre contenidos del curso, realizando valoraciones críticas y argumentando sus conclusiones. ● Comunica y comparte información e ideas en los soportes y en entornos apropiados. 	<p>CD</p> <p>C D A A</p> <p>C L C S C A A</p>
2.- Acciones motrices individuales en entornos estables		
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 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. ● 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. ● Relaciona ejercicios de tonificación y flexibilización con la compensación de los efectos provocados por las actitudes posturales inadecuadas más frecuentes. ● Relaciona hábitos como el sedentarismo, el consumo de tabaco y de bebidas alcohólicas con sus efectos en la condición física y la salud. ● Valora las necesidades de alimentos y de hidratación para la realización de diferentes tipos de actividad física. ● Valora el grado de implicación de las diferentes capacidades físicas en la realización de los diferentes tipos de actividad física. ● Practica de forma regular, sistemática y autónoma actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida. ● 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. ● Valora su aptitud física en sus dimensiones anatómica, fisiológica y motriz, y relacionándolas con la salud. ● 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. ● 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. ● Realiza ejercicios o actividades en las fases iniciales y finales de alguna sesión, de forma autónoma, acorde con su nivel de competencia motriz. ● Verifica las condiciones de práctica segura usando convenientemente el equipo personal y los materiales y espacios de práctica. 	<p>A A C S C I E E</p> <p>AA CL C M C T</p> <p>AA C L C M C T</p> <p>CL C M C T A A AA C L C M C T</p> <p>CSC AA I E E</p> <p>CD AA I E E</p> <p>AA I E E C M C T</p> <p>AA I E E C M C T</p> <p>A A C M C T CD I E E</p> <p>C S C AA C M C T</p> <p>A A CMCT</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ● Identifica las lesiones más frecuentes derivadas de la práctica de actividad física. ● Describe los protocolos que deben seguirse ante las lesiones, accidentes o situaciones de emergencia más frecuentes producidas durante la práctica de actividades físico-deportivas. 	CL A A CL AA CSC C M C T
3.- Acciones motrices en situaciones de oposición		
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Ajusta la realización de las habilidades específicas a los condicionantes generados por los compañeros y los adversarios en las situaciones colectivas. ● Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva. ● Aplica de forma oportuna y eficaz las estrategias específicas de las actividades de oposición, contrarrestando o anticipándose a las acciones del adversario. 	C M C T C S C A A C L I E E A A C L
4.- Situaciones de cooperación		
<p>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.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 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. ● 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. ● Aplica soluciones variadas ante las situaciones planteadas, valorando las posibilidades de éxito de estas, y relacionándolas con otras situaciones. ● Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas. ● Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno. ● Asume las funciones encomendadas en la organización de actividades grupales. ● Verifica que su colaboración en la planificación de actividades grupales se ha coordinado con las acciones del resto de las personas implicadas. ● Presenta propuestas creativas de utilización de materiales y de planificación para utilizarlos en su práctica de manera autónoma. ● Valora las actuaciones e intervenciones de los participantes en las actividades reconociendo los méritos y respetando los niveles de competencia motriz y otras diferencias. ● 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. ● Mantiene una actitud crítica con los comportamientos antideportivos, tanto desde el papel de participante, como el de espectador. 	I E E C L A A A A I E E C S C A A C S C C L C S C I E E CL C S C CMCT A A I E E A A I E E C S C AA I E E CL C M C T AA I E E CL C M C T AA I E E CSC CEC AA I E E CSC

	<ul style="list-style-type: none"> ● Fundamenta sus puntos de vista o aportaciones en los trabajos de grupo y admite la posibilidad de cambio frente a los argumentos válidos. ● Valora y refuerza las aportaciones enriquecedoras de los compañeros o las compañeras en los trabajos en grupo. 	CEC AA IEE CSC CEC AA IEE CSC CEC
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.	<ul style="list-style-type: none"> ● Compara los efectos de las diferentes actividades físicas y deportivas en el entorno y los relaciona con la forma de vida en los mismos. ● Relaciona las actividades físicas en la naturaleza con la salud y la calidad de vida. ● Demuestra hábitos y actitudes de conservación y protección del medio ambiente. 	A A CL C E C CD CL C E C CMCT A A C S C IEE CEC
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.	<ul style="list-style-type: none"> ● Elabora composiciones de carácter artístico-expresivo, seleccionando las técnicas más apropiadas para el objetivo previsto. ● 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. ● Colabora en el diseño y la realización de los montajes artístico expresivos, aportando y aceptando propuestas. 	A A I E E C L C E C C L I E E C E C IE C S C IE CEC

TEMPORALIZACIÓN CUARTO E.S.O (no bilingüe)	PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
Utilización de fuentes de información digitales. Uso responsable de las TIC como medio de comunicación interpersonal en grupos	*	*	*
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.	*		*
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		*	
Efectos negativos de determinados hábitos, nocivos, sobre la condición física y la salud.		*	
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.	*	*	*
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.	*	*	*
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.	*		*
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.		*	*
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.		*	

DECISIONES METODOLÓGICAS Y DIDÁCTICAS.

La Educación Secundaria Obligatoria es una etapa esencial en la formación de la persona, ya que en ella se afianzan las bases para el aprendizaje en etapas educativas posteriores y se consolidan hábitos de trabajo, habilidades y valores que se mantendrán toda la vida. Desde nuestra asignatura pretendemos por un lado el desarrollo de las capacidades físicas y funciones corporales y de las habilidades motrices, desde el pleno conocimiento del propio cuerpo, y por otro la creación de hábitos de conducta motriz perdurables.

Teniendo en cuenta esto, y las condiciones del entorno, los recursos disponibles y las características del alumnado en nuestro centro adaptaremos las propuestas en lo que a metodología se refiere.

Los procesos de enseñanza y aprendizaje deben proporcionar al alumno un conocimiento sólido de los contenidos, al mismo tiempo que deben propiciar el desarrollo de hábitos intelectuales propios del pensamiento abstracto, tales como la observación, el análisis, la interpretación, la investigación, la capacidad creativa, la comprensión y expresión y el sentido crítico, y la capacidad para resolver problemas y aplicar los conocimientos adquiridos en diversidad de contextos, dentro y fuera del aula, que garanticen la adquisición de las competencias y la efectividad de los aprendizajes. Entendemos que el aprendizaje motriz no difiere, en lo fundamental, de los aprendizajes de tipo cognitivo y, por lo tanto, puede ser interpretado en base a modelos similares. Sin embargo, las peculiaridades de transmisión de ciertos contenidos de carácter meramente motriz presuponen la utilización de técnicas de enseñanza repetitivas, en algunas fases del proceso, como la reproducción de modelos.

No obstante, en general, para la enseñanza y desarrollo de todos los contenidos de la materia, se utilizará una metodología activa que implique un aprendizaje significativo para el alumno.

La metodología, por tanto, ha de estar orientada a potenciar el aprendizaje por competencias por lo que será activa y participativa, potenciando la autonomía de los alumnos en la toma de decisiones, el aprender por sí mismos y el trabajo colaborativo, la búsqueda selectiva de información y, finalmente, la aplicación de lo aprendido a nuevas situaciones. Todo ello teniendo en cuenta, además, las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y comunicación. En esta línea, el trabajo por proyectos es especialmente relevante.

Nos apoyaremos en estructuras de aprendizaje cooperativo, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares.

El rol del docente es fundamental a la hora de presentar los contenidos con una estructuración clara, de diseñar secuencias de aprendizaje integradas con distintos contenidos, de planificar tareas y actividades que estimulen el interés y el hábito de practicar actividad física, así como de la correcta expresión oral y comunicación, tan importante en nuestra asignatura. Se incentivará que los nuevos elementos a aprender estén relacionados con los elementos presentes en la estructura cognitivo-motriz del alumno. Así pues, será necesario conocer la situación inicial con la que parte el alumno, con el fin de conectar con las realidades individuales y del grupo. Este conocimiento se pretenderá alcanzar mediante un test inicial y nos ayudará a diseñar una escala de progresión en la enseñanza que introduzca un nivel de disonancia asimilable por el alumno según su bagaje anterior y, en consecuencia, establecer una auténtica enseñanza por niveles que tenga en cuenta, en la medida de lo posible, la individualidad del alumno.

En cuanto a la diversidad en el aula será necesario adaptar el proceso de enseñanza aprendizaje a los distintos ritmos de aprendizaje de los alumnos en función de las necesidades educativas, especiales, altas capacidades, integración tardía, o dificultades específicas de aprendizaje.

Los conocimientos teóricos serán una pieza fundamental para entender todo el interés que tiene la actividad física reglada y para conocer el funcionamiento del cuerpo ante una situación de actividad motriz. Asimismo, ayudarán en el conocimiento de cómo llevar a cabo un programa de actividad física saludable que posibilite al alumno el ser autónomo en su propia responsabilidad de salud corporal.

Los contenidos más procedimentales a trabajar en cada Unidad Didáctica no tienen por qué ser compartimentos estancos, sino que se intentará relacionarlos con los demás contenidos prácticos de las otras Unidades Didácticas, así como con los contenidos de carácter cognitivo y actitudinal, a fin de que se entienda mejor el carácter global de la asignatura y que los distintos contenidos tengan un trabajo más continuado a lo largo de la programación anual. En este particular se hará especial atención al contenido de condición física que nunca podrá estar ajeno a otros contenidos tanto procedimentales como actitudinales o cognitivos.

Desde el departamento se plantearán todas aquellas dificultades que surjan, planteando reflexiones comunes y compartidas, adoptando criterios comunes y consensuados ante la diversidad de propuestas metodológicas.

Metodología para la sección Bilingüe

La sección bilingüe de Educación Física (EF) tiene entre sus objetivos desarrollar el uso de la L2 (inglés) bajo un enfoque comunicativo tanto oral como escrito. Esta metodología facilita que los alumnos adquieran en inglés la competencia comunicativa necesaria para desenvolverse con naturalidad en situaciones cotidianas y en las derivadas de las áreas propuestas en el proyecto. Las actividades, estarán diseñadas dentro del área de EF donde el principal protagonista es el trabajo corporal como medio para aumentar la competencia en L2.

Partimos del principio de que aprender una lengua es aprender a comunicar en esa lengua. Lo que se persigue es que los alumnos vayan aceptando con naturalidad una expresión en L2. La lengua inglesa será un medio y un vehículo de comunicativo.

Se tiende a una metodología centrada en los alumnos, de manera que se sientan implicados en su aprendizaje. En este proceso, el profesor/a pretende ser alguien que ayuda, motiva, guía y media para que los alumnos se sientan protagonistas de su propio aprendizaje.

Contamos con que el error estará presente en el desarrollo de los alumnos y lo valoramos de forma positiva, como parte integrante de un proceso, y a partir del cual se podrá seguir aprendiendo. Lo que se persigue es, ante todo, una fluidez adecuada por parte del alumno para expresarse y comprender en el ámbito de las áreas implicadas en el proyecto, además de en el área de lengua extranjera propiamente dicha.

Aplicaremos la Metodología CLIL, que supone impartir áreas no lingüísticas en inglés. Por lo que la lengua extranjera se convierte en un vehículo para el aprendizaje.

Para asegurar la adquisición positiva de los contenidos propios de las asignaturas y la adquisición de la competencia lingüística en inglés a la hora de programar y de desarrollar en el aula cada unidad seguiremos los llamados 4Cs – Frameworks o principios:

- **Content:** adquisición de los contenidos propios de la unidad posibilitando al alumno/a crear su propio conocimiento, comprensión y desarrollo de habilidades.
- **Cognition:** Aprender a pensar. Posibilitando al alumno crear su propia interpretación del contenido. Poniendo la atención en los procesos de pensamiento necesitados para ser analizados en términos de sus capacidades lingüísticas en L2.
- **Communication:** si la interacción en el contexto de aprender es fundamental para aprender, esto es esencial cuando el contexto se realiza a través de una lengua extranjera. Este lenguaje ha de ser transparente y accesible a los alumnos.
- **Culture:** La relación entre cultura y lengua es compleja, pero es fundamental en la metodología CLIL.

Todo esto nos exigirá un nuevo paradigma del proceso enseñanza - aprendizaje y una serie de herramientas que nos ayudarán a programar las unidades creando o adaptando materiales, siempre teniendo en cuenta una serie de estrategias:

Selección de los materiales: que posibiliten una rica fuente para diseñar tareas e induzcan a un trabajo creativo y cooperativo.

Promover la interacción y comunicación entre alumnos, para que conecten lo recibido (input con lo producido output) creando auténticas situaciones comunicativas.

Aprendizaje sostenible: La adquisición de los conocimientos no debe ser pasiva, sino que, el alumno debe saberlos aplicar en la resolución de problemas y tareas más complejas. Esto, a su vez, dispone al alumno para un aprendizaje más autónomo.

Es importante que se use el refuerzo positivo como metodología esencial y presente en el aula. Es tarea del profesorado de las áreas no lingüísticas y de lengua inglesa ayudar a ver los logros conseguidos por parte del alumnado, independientemente de los miedos ante la dificultad inicial del reto. Hay que procurar que el contacto del alumno/a con una asignatura cursada en lengua inglesa sea estimulante.

A la hora de adaptar los contenidos a las competencias lingüísticas del alumnado seguiremos las siguientes estrategias:

Uso de un vocabulario adecuado al nivel y expresiones idiomáticas conocidas trabajando textos que pueden adaptarse para que resulten adecuados a la experiencia, intereses y características del alumnado.

El uso de textos (lecturas, resúmenes, esquemas...) más complejos puede adecuarse al nivel adquirido por los alumnos. Los textos orales y escritos partirán de un trabajo intenso por parte de estudiantes y profesores para que el alumno realice una comprensión global y específica. Si la contextualización es un hecho necesario en cualquier asignatura cursada en lengua materna, lo será aún más si se está cursando en inglés.

La metodología será activa, abierta y participativa, acorde con las características y necesidades del alumnado y tratando que los alumnos participen y sean parte activa en su proceso de aprendizaje. Para ello, contaremos con una programación perfectamente integrada en los objetivos generales de la etapa; y una rigurosa selección de los contenidos, que reforzarán lo aprendido en los cursos precedentes y posibiliten el conocimiento hacia nuevos temas.

Consideramos prioritarias las medidas tendentes a procurar la implantación de una metodología que incluya el aprendizaje cooperativo. Para afianzar este aspecto se deben acometer actuaciones tanto por parte del profesorado como de los alumnos. Entre el primer grupo, se debe potenciar una sólida formación que proporcione la base firme sobre la que desarrollar la metodología. Por su parte, el alumnado debe estar preparado para acometer un proceso de adaptación paulatina y alcanzar unos niveles de competencia que permita optimizar las virtudes del aprendizaje cooperativo.

Enfoque comunicativo: consideramos la comunicación con personas que se expresen en lengua inglesa como una de las mejores formas de aprender un idioma. Ofertando la posibilidad de participar en actividades que la promuevan dentro y fuera del aula.

La gradación de las actividades, cuya jerarquización varía según la naturaleza de cada programa. Según esto el tipo de actividades que aplicaremos será el siguiente:

- De introducción y motivación: referidas al aspecto de la realidad que han de aprender de conocimientos previos.
- De desarrollo: para conocer conceptos, procedimientos o actitudes nuevos y comunicar a los demás la labor realizada.
- De consolidación: para contrastar las nuevas ideas con las previas y aplicar los nuevos aprendizajes.
- De refuerzo: para alumnos con necesidades educativas especiales.
- De recuperación para los que no han conseguido los conocimientos trabajados.
- De ampliación para construir nuevos conocimientos a los alumnos que han realizado satisfactoriamente las actividades de desarrollo.

Atención a la diversidad del alumnado. Nuestra intervención educativa con los alumnos asume como uno de sus principios básicos tener en cuenta sus diferentes ritmos de aprendizaje, así como sus distintos intereses y motivaciones.

Formación en valores. El progresivo acceso a formas de conducta más autónomas y la creciente socialización de los alumnos hace obligatoria la formación en valores. Ésta se contempla en la presentación explícita de temas transversales y en la oferta de proyectos de contenido cívico, en los que la solución de problemas conduce a la adopción de actitudes positivas sobre el cuidado del propio cuerpo, la conservación de la naturaleza, la convivencia...

Agrupamiento del alumnado. El trabajo en grupo de los alumnos que adoptará en el desarrollo de las asignaturas es una dimensión esencial de la Programación Didáctica. Creemos que utilizar una única forma de agrupamiento, con independencia de la diversidad de características del conjunto de alumnos y de las actividades de enseñanza-aprendizaje, limita el potencial enriquecedor del proceso educativo.

La selección de los diversos tipos de agrupamiento que se van a articular atiende a los siguientes principios:

- Responden a las posibilidades y recursos, materiales y humanos, del centro.
- Son suficientemente flexibles para realizar adecuaciones puntuales en ciertas actividades.
- Parten de la observación real de nuestros alumnos y de la predicción de sus necesidades.
- Mantienen una estrecha relación con la naturaleza disciplinar de la actividad o área.
- Tendrán en cuenta los diferentes niveles de competencia en el aula.

Estudio de la asignatura: Más allá de la realización y exposición de trabajos que se realizará en L2, el estudio considero que debe reforzarse en su lengua materna para que tengan claros los saberes y, por lo tanto, también serán evaluados en su lengua materna con el fin de que conozcan perfectamente aquello que se les pregunta y puedan responder sin problema a la dificultad que se les pueda presentar con la L2.

Concreción de las diferentes situaciones de oposición, de colaboración y de adaptación al entorno propuestas desde el departamento.

2º E.S.O.	Baloncesto Voleibol	Pre-atletismo: velocidad, vallitas, altura, relevos, peso	De adaptación al entorno: Senderismo Deportes de raqueta: bádminton, palas, tenis mesa. Malabares	Juegos populares. Zancos
4º E.S.O.	Voleibol Baloncesto Hockey Lacrosse Kinball	Habilidades gimnásticas Atletismo Bicicleta	Alternativos: Béisbol, Disco volador De adaptación al entorno: planificación de actividades	

PERFIL DE CADA UNA DE LAS COMPETENCIAS

Las competencias clave del currículo son las siguientes:

a) Comunicación lingüística. C L

Esta competencia se refiere a la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita, de representación, interpretación y comprensión de la realidad, de construcción y comunicación del conocimiento y de organización y autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta. En Educación Física, en mayor o menor medida se pone en juego el:

- Leer y escribir
- Recopilar y procesar (información)
- Escuchar, exponer y dialogar
- Expresar (pensamientos, emociones, vivencias y opiniones)
- Formarse un juicio crítico y ético

- Generar ideas
- Dar coherencia y cohesión (al discurso y a las propias acciones y tareas)
- Adoptar (decisiones)
- Disfrutar (escuchando, leyendo o expresándose de forma oral y escrita)

b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología. C M C T.

Consiste en la habilidad para utilizar y relacionar los números, sus operaciones básicas, los símbolos y las formas de expresión y razonamiento matemático, tanto para producir e interpretar distintos tipos de información, como para ampliar el conocimiento sobre aspectos cuantitativos y espaciales de la realidad, y para resolver problemas relacionados con la vida cotidiana y con el mundo laboral

- Interpretar y expresar con claridad y precisión (informaciones, datos y argumentaciones en el lenguaje matemático)
- Conocer y manejar elementos matemáticos básicos (tipos de números, medidas, símbolos, elementos geométricos, etc.)
- Practicar procesos de razonamiento (para la solución de los problemas o la obtención de información) estimar y enjuiciar (la lógica y validez de argumentaciones e informaciones)
- Seguir determinados procesos de pensamiento (la inducción y la deducción, entre otros)
- Aplicar (algoritmos de cálculo o elementos de la lógica)
- Identificar (la validez de los razonamientos)
- Valorar (el grado de certeza asociado a los resultados)
- Resolver problemas (de situaciones cotidianas)

c) Competencia digital. C D.

Esta competencia consiste en disponer de habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información, y para transformarla en conocimiento. Procuraremos que tengan que:

- Buscar, seleccionar, registrar y tratar o analizar (información con técnicas, estrategias y soportes: oral, impreso, audiovisual, digital o multimedia)
- Dominar (lenguajes específicos básicos: textual, numérico, visual, gráfico y sonoro)
- Transformar (la información en conocimiento: razonamiento para organizarla, relacionarla, analizarla, sintetizarla y hacer inferencias y deducciones)
- Comunicar (la información y los conocimientos adquiridos empleando las posibilidades que ofrecen TICs)
- Utilizar (las TICs como transmisoras y generadoras de información y conocimiento: procesar y gestionar -la información-
- Resolver problemas reales; tomar decisiones; trabajar en entornos colaborativos; participar en comunidades de aprendizaje formales e informales; y generar producciones responsables y creativas
- Respetar las normas de conducta (para regular el uso de la información y sus fuentes en los distintos soportes)

d) Aprender a aprender. A A.

Se conseguirá mediante una metodología individualizada, que parte de la situación personal de cada alumno, facilitando el desarrollo de cada una de las necesidades y fomentando la evolución y el desarrollo de cada alumno. Dado que el objetivo de la materia no es alcanzar un grado de rendimiento concreto, se fomenta y premia la evolución tanto en adquisición de conocimientos teóricos como el desarrollo de las propias capacidades y habilidades motrices.

e) Competencias sociales y cívicas. C S C.

el componente actitudinal en nuestra materia es básico. La adquisición y desarrollo de habilidades de respeto, convivencia y aceptación de los propios límites y el de los compañeros es uno de los criterios para superar la materia. Además, el tipo de metodología utilizada, participativa y reflexiva fomenta la reflexión crítica y el diálogo.

Además, en nuestra asignatura se posibilita la comprensión de sucesos, la predicción de consecuencias y la actividad dirigida a la mejora y preservación de las condiciones de vida propia, de las demás personas y del resto de los seres vivos, pudiendo:

- Desarrollarse (adecuadamente, con autonomía e iniciativa personal en ámbitos de la vida y del conocimiento: salud, consumo, ciencia, procesos tecnológicos, etc.)
- Aplicar conceptos y principios básicos (para el análisis e interpretación de los fenómenos)
- Percibir (el espacio físico en el que se desarrollan la vida y la actividad humana)
- Interactuar (con el espacio circundante: moverse en él y resolver problemas)
- Identificar (preguntas o problemas)
- Obtener (conclusiones basadas en pruebas)
- Comprender y tomar decisiones (sobre el mundo físico y sobre los cambios que la actividad humana produce)
- Ser consciente (de la influencia que tiene la presencia de las personas en el espacio)
- Argumentar racionalmente (las consecuencias de unos u otros modos de vida)
- Conservar –procurar- (los recursos y la diversidad natural)
- Mantener –procurar- (la solidaridad global e intergeneracional)
- Considerar (la doble dimensión –individual y colectiva- de la salud)
- Mostrar actitudes (de responsabilidad y respeto hacia los demás y hacia uno mismo)
- Mostrar espíritu crítico (en la observación de la realidad y en el análisis de los mensajes informativos y publicitarios)
- Mostrar hábitos (de consumo responsable en la vida cotidiana)
- Adoptar una disposición (a una vida física y mental saludable en un entorno natural y social también saludable)
- Aplicar (nociones, conceptos científicos y técnicos, y teorías científicas básicas previamente comprendidas)
- Practicar (procesos y actitudes propios del análisis sistemático y de indagación científica: identificar y plantear problemas relevantes; realizar observaciones directas e indirectas con conciencia del marco teórico o interpretativo que las dirige; formular preguntas; localizar, obtener, analizar y representar información cualitativa y cuantitativa; plantear y contrastar soluciones tentativas o hipótesis; realizar predicciones e inferencias de distinto nivel de complejidad; e identificar el conocimiento disponible, teórico y empírico)
- Responder (a preguntas científicas)
- Obtener, interpretar, evaluar y comunicar (conclusiones en diversos contextos: académico, personal y social).

Por otro lado, esta competencia hace posible comprender la realidad social en que se vive, cooperar, convivir y ejercer la ciudadanía democrática en una sociedad plural, así como comprometerse a contribuir a su mejora. participar, tomar decisiones, elegir cómo comportarse y responsabilizarse de las elecciones y decisiones

- Utilizar el conocimiento para desenvolverse socialmente
- Utilizar el juicio moral para elegir y tomar decisiones
- Ejercer activa y responsablemente los derechos y deberes
- Concienciarse de la existencia de distintas perspectivas al analizar la realidad
- Recurrir al análisis multicausal y sistémico para enjuiciar los hechos y problemas sociales e históricos y reflexionar sobre ellos de forma global y crítica
- Realizar razonamientos críticos y lógicamente válidos sobre situaciones reales
- Dialogar para mejorar colectivamente la comprensión de la realidad
- Entender los rasgos de las sociedades actuales
- Disponer de un sentimiento común de pertenencia a la sociedad en que se vive
- Mostrar un sentimiento de ciudadanía global compatible con la identidad local
- Resolver con actitud constructiva los conflictos de valores e intereses que forman parte de la convivencia,
- Comportarse y tomar decisiones con autonomía empleando, tanto conocimientos como una escala de valores

- Ser consciente de los valores del entorno
- Crear un sistema de valores propio construido mediante la reflexión crítica y el diálogo
- Entender que no toda posición personal es ética si no está basada en el respeto a principios o valores universales

f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor. I E E .

Supone ser capaz de convertirse en dueño de sí mismo y conducir de forma reflexiva y responsable la propia vida, ser capaz de protagonizar propuestas y proyectos de diversa índole y alcance, ser capaz de autonomía e iniciativa y a la vez cooperar con los demás sin aislarse en un individualismo insolidario. La Educación física busca a lo largo de las diferentes etapas desarrollar una actividad cada vez más autónoma y reflexiva. Los primeros cursos buscan proporcionar un abanico lo más amplio posible de actividades que permitan encontrar al alumno aquella que le satisface o le motiva para su desarrollo personal. Los cursos superiores fomentan una mayor implicación en la organización y el desarrollo de las actividades.

g) Conciencia y expresiones culturales. C E C.

Esta competencia supone conocer, comprender, apreciar y valorar críticamente diferentes manifestaciones culturales y artísticas, utilizarlas como fuente de enriquecimiento y disfrute y considerarlas como parte del patrimonio de los pueblos.

- Apreciar y disfrutar con el arte y otras manifestaciones culturales
- Realizar creaciones propias empleando algunos recursos de la expresión artística
- Conocer básicamente las distintas manifestaciones culturales y artísticas
- Aplicar habilidades de pensamiento divergente y de trabajo colaborativo,
- Mantener una actitud abierta, respetuosa y crítica hacia la diversidad de expresiones artísticas y culturales
- Cultivar la propia capacidad estética y creadora
- Interesarse por participar en la vida cultural
- Contribuir a la conservación del patrimonio cultural y artístico

CONCRECIÓN DE ELEMENTOS TRANSVERSALES.

Los elementos transversales a trabajar, según normativa, serán los siguientes:

.- Comprensión lectora, por medio de apuntes, fichas, o documentos extraídos de Internet entre otros.

.- Expresión oral y escrita. La expresión oral está presente en gran medida en nuestra asignatura, favorecido por su alto contenido práctico. La expresión escrita se trabaja gracias a la utilización del cuaderno y la realización de trabajos

.- Tecnologías de la Información y la Comunicación, así como la comunicación audiovisual, a la hora de la búsqueda, organización y exposición de informaciones relevantes relativas al área, teniendo en cuenta las situaciones de riesgo derivadas de la inadecuada utilización de las tecnologías de la Información y la Comunicación.

.- Educación cívica y constitucional. La igualdad de trato y no discriminación por cualquier condición o circunstancia personal o social debe estar presente en cada momento de nuestra práctica en el aula. La prevención y resolución pacífica de conflictos en el aula ha de poder trasladarse a todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social. Se tendrán en cuenta y se trabajarán transversalmente los valores que sustentan la libertad, la justicia, la igualdad, el pluralismo, la paz, la democracia, el respeto a los derechos humanos, el respeto a los hombre y mujeres por igual, a las personas con discapacidad y el rechazo a la violencia terrorista, el respeto al Estado de derecho, y de cualquier tipo de violencia.

Se evitarán también los comportamientos y contenidos sexistas y estereotipos que supongan discriminación.

.- Desarrollo sostenible y el medio ambiente, se tratarán en la medida de lo posible especialmente en aquellas actividades en las que nos acerquemos a la naturaleza tratando también aspectos relativos a la protección ante emergencias y catástrofes.

.- Desarrollo y afianzamiento del espíritu emprendedor. A partir de aptitudes como la creatividad, la autonomía, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo y el sentido crítico, que han de estar presentes en nuestra asignatura, se procurará la adquisición de competencias para la creación y desarrollo de los diversos modelos de empresas y favoreciendo el fomento de la igualdad de oportunidades y del respeto al emprendedor y al empresario, así como a la ética empresarial.

.- Actividad física y la dieta equilibrada en el comportamiento juvenil. Se promoverá desde la asignatura la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos en su tiempo de ocio y en su vida diaria, con el fin de favorecer una vida activa, saludable y autónoma.

.- Educación y la seguridad vial. Se llevarán a cabo acciones para la mejora de la convivencia en la circulación y la prevención de los accidentes de tráfico, con el fin de que el alumnado conozca sus derechos y deberes como usuario de las vías, favoreciendo la tolerancia, la prudencia, el autocontrol, el diálogo y la empatía mediante prácticas que traten de evitar los accidentes de tráfico y sus secuelas.

ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES DEL ALUMNADO Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

Se llevará a cabo una evaluación continua (salvo que el alumno/a supere un porcentaje de faltas de asistencia de forma justificada o no, en cuyo caso podrá perder este derecho) y formativa en la que se tendrá en cuenta todo el proceso de enseñanza y no únicamente el resultado final o una prueba única, dándole mayor relevancia a la participación en ese proceso de enseñanza-aprendizaje y al progreso personal del alumno que al producto final.

El número de faltas que podrán suponer pérdida de evaluación continua dado que se trata de una asignatura de 2 horas semanales será de 15 horas de clase (cinco por evaluación o 15 en total).

Consideramos que las actividades propuestas para la evaluación deberán no solamente constatar los resultados obtenidos (evaluación sumativa) sino que además ha de: tener carácter integrador, considerar la diversidad, seguir los principios de la evaluación formativa como ya se ha dicho, y ser coherentes con los procesos pedagógicos (evaluación técnica).

Los instrumentos para la evaluación serán variados y podrán ser los siguientes:

Observación Directa e Intervenciones orales

Trabajos y producciones (presenciales o por Teams u otros medios virtuales)

Pruebas específicas

Cuestionarios

Grabaciones

Fichas de autoevaluación

Criterios de calificación:

La calificación final se obtendrá en función de los siguientes apartados:

A: SABER ACTUAR: *Indicadores RELATIVOS AL TRABAJO Y LA ACTITUD EN CLASE.* En este apartado se recogerán las calificaciones correspondientes a los estándares que tengan relación con el trabajo y la actitud en clase. Serán aquellos en los que se pondrá de manifiesto si el alumno Colabora, Valora, Aplica, Comunica, o Comparte, entre otros. Se anotarán los hechos destacables del “saber actuar” del alumnado (observación directa y registro de intercambios orales), en un registro casi diario relativo a la implicación del alumno en el proceso de aprendizaje, que incluye la asistencia con el atuendo adecuado y el material solicitado. Se podrán utilizar asimismo registros y anotaciones hechas por los propios alumnos.

No se podrá superar el SABER ACTUAR si se incumplen cuestiones como hablar cuando no debe, distraer a los compañeros, llegar tarde reiteradamente, no hacer las tareas solicitadas, interrumpir en clase, actitudes incorrectas, faltas de respeto, deterioro deliberado del material o de las instalaciones, descuidar el material y no colaborar a su desinfección y recogida, comer o mascar chicle, ensuciar, etc.

B: SABER HACER: *Indicadores RELATIVOS AL DESEMPEÑO PRÁCTICO.* En este apartado se recogerán las calificaciones correspondientes a los estándares que tengan relación con las destrezas y el rendimiento en la práctica tales como: Demuestra conocimientos prácticos, Selecciona, Ajusta la ejecución, Practica, etc. Se podrá hacer por medio de *pruebas de ejecución físico-técnica o Tareas prácticas* relativos a las unidades didácticas trabajadas en clase realizadas individualmente o en grupo. Se podrán utilizar también fichas de autoseguimiento de la práctica o grabaciones en vídeo, así como la observación directa.

El alumnado deberá tener en cuenta que los retrasos y/o las faltas de asistencia no justificadas podrán suponer, dado que también el registro de aptitudes será casi diario, una valoración negativa en la nota de ese día, debiendo por ello esmerarse en la presentación del correspondiente justificante

C: SABER: *Indicadores RELATIVOS A CONOCIMIENTOS CONCEPTUALES.* En este apartado se recogerán las calificaciones correspondientes a los estándares que tengan relación con los saberes, tales como: Describe, identifica, relaciona, o demuestra conocimientos teóricos, por ejemplo. Los ejercicios, actividades o tareas podrán ser pruebas escritas u orales, o entrevistas que podrán ser grabadas, y/o trabajos, y/o cuaderno / diario de clases, o en su caso fichas de autoseguimiento, así como cuestionarios. Se tendrá en cuenta que el peso de cada prueba dentro de éstas lo determinará el profesor/a en cada evaluación. Mediante el cuaderno se valora la capacidad del alumno en cuanto al grado de autonomía alcanzado, por lo que la no presentación del cuaderno podrá implicar la no evaluación de este apartado.

Si alguna de estas pruebas teóricas tuviera una calificación inferior a un tres no se le hará el cálculo de la nota, debiendo llevar un suspenso en la evaluación.

Si alguna de estas pruebas teóricas o prácticas fuera entregada habiendo copiado, en esa prueba tendrá la calificación mínima

APARTADOS	PORCENTAJES DE LA NOTA
A: SABER ACTUAR (mínimo un 3 sobre diez para poder optar al aprobado)	30%

B: SABER HACER Pruebas de ejecución o trabajos prácticos (mínimo un 4 sobre diez para poder optar al aprobado)	40%
C: SABER (mínimo un 3 sobre diez para poder optar al aprobado)	30%

La calificación de aquellos / as alumn@s que por cualquier motivo, debidamente justificado, no puedan realizar las tareas prácticas (de forma total o prolongada) que se estén llevando a cabo en ese momento se atenderá a los siguientes criterios:

- 20%: SABER ACTUAR.
- 40%: SABER HACER: fichas o similares sobre la práctica, tareas adaptadas que pueda realizar, etc....
- 40%: SABER.

En caso de lesión o enfermedad se podrán proponer tareas alternativas como la lectura y resúmenes de textos, realización de fichas, o colaboración y realización de tareas prácticas adaptadas siempre que no estén contraindicadas.

Pruebas a realizar en cada evaluación: En cada evaluación se tendrán en cuenta del orden de 2-3 pruebas del apartado B y al menos una del apartado C, las cuales en caso de estar en función de una escala de valoración (rúbricas) se darán a conocer a los alumnos con antelación. Tanto las pruebas a realizar, como las rúbricas, estarán destinadas a valorar la adquisición tanto de contenidos como de competencias en el alumnado.

Independientemente de que se facilite la realización de tareas por Teams, o de que se explique lo tratado si el/la alumno/a faltó a clase, el alumnado debe responsabilizarse de conocer los contenidos trabajados en caso de ausencia (tratará de ponerse al día), así como de los trabajos que se hayan podido encomendar para su entrega y realización. La no asistencia no justifica que no se tengan que realizar los trabajos.

Alguna de estas pruebas, en la segunda evaluación o en la evaluación final, podrán ser de recuperación de contenidos no superados con anterioridad.

Las pruebas a realizar ya sean del apartado A, B o C se podrán valorar en escalas, que a modo de ejemplo de 1 a 4, podría ser:

- 1: No conseguido o en vías de adquisición (entre cero y 4,9 pts)
- 2: Conocimiento dudoso o poco hábil, aunque adquirido (entre 5 y 6,9 puntos)
- 3: Avanzado. Demuestra los conocimientos con comodidad y fluidez (entre 7 y 8,9 puntos)
- 4: Excelente. Domina los conocimientos y las prácticas (entre 9 y 10 puntos)

Se podrán valorar también mediante estas escalas de uno a cuatro otros aspectos como la frecuencia con que realiza/consigue lo solicitado, el grado de autonomía conseguido, la ejecución del contenido propuesto en diferentes situaciones, la capacidad para relacionarlo con otros aprendizajes, el plazo de tiempo en que

consigue lo solicitado, la cantidad de veces que es capaz de realizar lo solicitado, la creatividad esperada u otros aspectos

Ejemplo de Rúbrica para una evaluación:

Rúbrica para evaluar la elaboración por escrito de un calentamiento:

	1: No conseguido o en vías de adquisición	2: Conocimiento dudoso o poco hábil	3: Avanzado. Demuestra los conocimientos con comodidad y fluidez	4: Excelente. Domina los conocimientos y las prácticas
Adecuación de los ejercicios	No relaciona adecuadamente los ejercicios con los grupos musculares implicados	Necesita correcciones pues no relaciona inicialmente ejercicios y grupos musculares implicados	relaciona correctamente ejercicios y grupos musculares implicados	Incluye ejercicios poco habituales relacionando correctamente ejercicios y grupos musculares implicados
Adecuación del vocabulario a emplear	Emplea vocabulario excesivamente coloquial o sin detalle	Describe los ejercicios con las palabras justas, con poco detalle	Describe los ejercicios con cierto detalle, destacando puntos clave para la ejecución correcta	Describe los ejercicios con detalle, destacando puntos clave para la ejecución correcta, y empleando vocabulario técnico
Representaciones gráficas	No respeta las pautas dadas para la representación gráfica	Olvida alguna de las pautas dadas para la representación gráfica	Respeta las pautas dadas para la representación gráfica, esmerándose en la presentación	Respeta las pautas dadas para la representación gráfica, esmerándose en la presentación y añadiendo detalles que facilitan la comprensión de lo representado
Pautas para la elaboración del trabajo	Ausencia de alguno de los apartados requeridos.	Confunde los distintos tipos de ejercicios a incluir en cada parte del calentamiento	Acierta a la hora de seleccionar los ejercicios para cada parte del calentamiento	Selecciona ejercicios adecuados para cada parte del calentamiento, siendo alguno de ellos ejercicios poco habituales

Rúbrica para evaluar un baile o mimo

Nombre del alumno o alumnos: _____

CATEGORY	4 Sobresaliente	3 Notable	2 Aprobado	1 Insuficiente
El título	Es muy creativo y original.	Es creativo y original.	Es suficientemente creativo y original.	No es creativo ni original.
Relación con el texto escrito	El baile o el mimo reflejan muy bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo reflejan bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo reflejan suficientemente bien el texto escrito anteriormente.	El baile o el mimo no reflejan el texto escrito anteriormente.
Baile, mimo y música	Existe una muy buena sincronización entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	Existe una buena sincronización entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	Existe una sincronización suficiente entre los movimientos del baile o el mimo y la música elegida.	La mayor parte del tiempo, no existe sincronización entre los movimientos del baile o mimo y la música elegida.
Situaciones, ideas, sentimientos	Se transmiten muy bien a lo largo de la representación.	Se transmiten bien a lo largo de la representación.	Se transmiten suficientemente a lo largo de la presentación.	No se transmiten adecuadamente a lo largo de la presentación.
Ambientación y vestuario	Son muy adecuados. Corresponde perfectamente al tema, letra y música del baile o mimo.	Son adecuados. Corresponden con corrección al tema, letra y música del baile o mimo.	Son suficientemente adecuados. No hay total correspondencia con el tema, letra y música del baile o mimo.	No son adecuados. No hay ninguna relación con el tema, letra y música del baile o mimo del baile o mimo.

Se tendrá en cuenta que las baterías de test de condición física son una sola prueba. Las pruebas a realizar serán las siguientes:

- Resistencia: Test de Cooper, o Prueba de 20 minutos de carrera continua, o Course-Navette (cuarto).
- Velocidad: 40 o 50 metros lisos
- Flexibilidad: Flexibilidad profunda
- Fuerza-resistencia abdominal: Rutina de ejercicios.
- Fuerza de brazos: Lanzamiento de balón medicinal desde de pie. (2kg en 2º E.S.O. 3 kg en segundo ciclo).
Flexiones de brazos (4º ESO)
- Fuerza-potencia del tren inferior: salto vertical (detente) y/o salto horizontal.
- Agilidad

Dado el carácter de la evaluación continua, se considera que un alumno aprueba las evaluaciones anteriores suspensas si obtiene una evaluación positiva en la tercera evaluación, para ello el profesor utilizará los instrumentos de evaluación que considere necesarios (trabajos, exámenes u otros) y se exigirá como mínimo una actitud positiva ante los nuevos aprendizajes. Si aprueba las dos primeras y suspende la tercera, suspende la evaluación final.

Dado que el alumnado debe obtener un mínimo de un tres sobre diez en el apartado de la teoría, los exámenes o trabajos por debajo de esta nota sí que deberán ser recuperados para poder aprobar en junio.

Actividades para realizar en el periodo entre la 3ª evaluación y las pruebas finales.

. - Para los alumnos que hayan adquirido los objetivos y competencias:

Bocyl: "se desarrollarán actividades educativas orientadas a la realización de proyectos significativos y relevantes con el objetivo de fomentar la integración de las competencias trabajadas a lo largo del curso académico. Estos proyectos serán tenidos en cuenta en la evaluación final a efectos exclusivamente de mejora de la nota en las diferentes materias"

Plantaremos la realización de un proyecto autogestionado de mejora de las capacidades físicas propias, una exposición profundizando en algunos de los temas tratados en clase, u otros. La realización de este proyecto podrá suponer entre cero puntos y un punto más en la nota final.

. - Para los alumnos que no hayan adquirido los objetivos y competencias.

Bocyl: "medidas específicas orientadas a la preparación de las pruebas de evaluación final en el marco de las medidas de atención a la diversidad"

Se hará repaso y refuerzo de los contenidos del curso, con vistas a la preparación de la prueba final, consistente, según los casos, en una prueba práctica y una prueba teórica.

La prueba teórica tendrá un mayor peso sobre la nota final (70%) de ser necesaria prueba práctica.

La calificación final de junio será la obtenida en esta prueba final.

ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN DE LOS ALUMNOS DE LA ESO CON MATERIAS PENDIENTES DE CURSOS ANTERIORES.

Las condiciones concretas de evaluación para estos alumnos con la materia pendiente del curso anterior serán las siguientes:

Una vez comenzado el curso se establecerá qué pruebas suplementarias (trabajos o exámenes) relativas a los objetivos y contenidos del curso anterior debe realizar el alumno, entregándole un guión de trabajo.

Si se diera el caso que se observa que se implica, participa, hace todas las tareas del curso actual con un nivel mínimo de rendimiento, se podría considerar que supera los contenidos mínimos del curso anterior y que no necesita realizar tales pruebas.

Se deberá informar a los alumnos afectados de cuál es su caso.

En el transcurso de la segunda y la tercera evaluación se hará una nueva revisión de cada caso, estableciendo si el alumno necesita realizar otras pruebas o no.

Con relación a aquellos alumnos que tengan la asignatura pendiente del curso anterior (E.S.O.), se considerará, que aprueban la del curso precedente cuando obtengan una calificación como mínimo de aprobado en la evaluación de junio del actual, considerándose por tanto que la primera o la segunda evaluación aprobada en el presente curso se refiere única y exclusivamente a éste.

Comentado [JO1]: Sí que incluiría que se les dará un guión de trabajo para que vayan entregándolos en fecha. Me resulta confuso lo de "el caso que se observe que supera los contenidos mínimos y que no necesita realizar tales pruebas. "... ¿Y si no aprueban? ya se les pasó la primera evaluación sin hacer nada, ni de un curso ni del pendiente. Mi opción: Guion y que sepan lo que tienen que entregar en dos fechas (finales de enero y finales de abril)..."

Comentado [MS2R1]: @JAVIER SAIZ ORTEGA he cambiado la redacción, a ver qué te parece, me dices algo. Como estaba viene a decir que si supera los contenidos mínimos, es decir aprueba el curso actual, se puede considerar que no tiene que hacer los trabajos/examen.

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

En el caso de alumnado con alguna lesión o discapacidad, se valorarán las circunstancias personales de cada uno partiendo de las siguientes premisas:

- La asistencia a clase se hará igualmente con ropa y calzado deportivo, salvo excepciones puntuales y justificadas.
- Se presentarán los debidos justificantes médicos si fuera necesario dentro de un plazo razonable, en donde deben constar aquellas tareas que no le es posible realizar o que deben ser realizadas con reservas.

En ningún caso se obligará a realizar actividades que no deba/pueda realizar y que estén debidamente justificadas, pero salvo en casos excepcionales en donde esto no sea posible, entre ambos (profesora conociendo los criterios médicos y alumno/a), elaborarán un plan de trabajo alternativo de práctica, teniendo en cuenta, por ejemplo que la necesidad de reposo de una zona corporal concreta no impide la realización de otras tareas en las que esta zona no intervenga, o que la necesidad de reposo por la causa que sea no impide prestar atención a las explicaciones y realizar la tarea encomendada como pudiera ser una planilla de observación o el desarrollo de planillas de seguimiento del día a día o la colaboración con algún compañero o grupo de compañeros.

Mediante metodologías activas y el promover la autonomía del alumnado, así como la individualización de la enseñanza, el alumnado con altas capacidades tanto intelectuales como motrices realizará tareas adaptadas a su nivel de inquietud y desarrollo. En los casos en que se requiera, se llevará a cabo una adaptación evaluativa tanto en condición física y salud como en las habilidades específicas y trabajos.

Las adaptaciones curriculares y metodológicas serán útiles para el alumnado en situación de desventaja. En primer lugar, ante las dificultades detectadas (en la evaluación inicial o al inicio del curso) o el progreso no adecuado se tratará de adoptar medidas de refuerzo y adaptación. Otras estrategias metodológicas podrán ser: la explicación individual de las tareas a realizar que así lo exijan, o el facilitar y promover la ayuda de los compañeros para la comprensión de los contenidos.

En relación con los medios materiales a nuestra disposición, tales como los materiales propios del área, pensamos que son suficientes. Ahora bien, la atención al alumnado con alguna necesidad especial teniendo en cuenta que podrían tener que realizar actividades muy diferentes y personalizadas, incluso en ciertos momentos separados del resto de los alumnos, hace muy complicado que esta atención pueda ser óptima. La presencia del A.T.E., de estar disponible, sería fundamental. Además de los medios propios de la asignatura resultará relevante la coordinación con el equipo de orientación y jefatura de estudios con el propio departamento.

MATERIALES Y RECURSOS DE DESARROLLO CURRICULAR.

1.- Materiales curriculares:

- Apuntes elaborados por el profesor
- Apoyo bibliográfico a través de la biblioteca del centro y las bibliotecas públicas.
- Materiales que se puedan encontrar en diferentes webs, filtradas por el profesor
- Aplicaciones informáticas con contenido apropiado

2.- Recursos didácticos:

- Material deportivo del centro
- Instalaciones: Gimnasio del centro, Polideportivo Campos Góticos y Campo de la juventud, además de parques y jardines del entorno cercano y de Palencia.
- Material del alumno: equipación deportiva, material autoconstruido o comprado que él pueda aportar a determinadas sesiones, etc.
- Otro material no deportivo: audiovisual (reproductores, teléfonos para su uso exclusivamente didáctico como grabadora de audio o vídeo o reproductor de música), material de soporte (pendrive, vestuario, etc.), recursos musicales (música, altavoces...). Aplicaciones (apps) para el ejercicio físico. Teléfono móvil para momentos puntuales.
- Material deportivo del Ciclo formativo siempre que éste pueda reponerse fácilmente en caso de deterioro

Con el objeto de realizar determinadas pruebas físicas se recoge aquí la posibilidad de realizar salidas periódicas al Campo de la juventud (sito en Cardenal Cisneros) o al pabellón de Campos Góticos.

PLAN DE LECTURA.

Para contribuir al hábito de la lectura, desde la asignatura de Educación Física, y destacando la importancia que tiene incentivar a una lectura comprensiva, el departamento va a desarrollar desde un principio propuestas muy sencillas para su desarrollo dados los temas teóricos que se desarrollen en las sesiones:

- Alguno de los trabajos a realizar por los alumnos/ as será la lectura, búsqueda y análisis de textos o artículos relacionados con la materia, teniendo que evitar trabajos de copiar y pegar.
- Se hará hincapié así mismo en cada tema en un vocabulario técnico de la materia, teniendo que ser capaces de encontrar definiciones acordes con el contenido. Esta terminología podrá ser recopilada por los alumnos y analizada o completada en clase.
- Al comienzo de cada clase se procederá, cuando se considere oportuno, a la lectura en voz alta de textos o de parte de los trabajos escritos por los alumnos.
- Elaboración de artículos para la revista del instituto (alumnos lesionados o con altas capacidades).

COMPETENCIA DIGITAL

PLAN TIC

Secuenciación de los contenidos digitales

Áreas que se pueden evaluar en la competencia digital

MANEJO DE LA INFORMACIÓN

Identificar, localizar, recuperar, almacenar, organizar y analizar la información digital, evaluando su finalidad y su relevancia

COMUNICACIÓN

Comunicar en entornos digitales, compartir recursos a través de herramientas en línea, conectar y colaborar con otros a través de herramientas digitales, interactuar y participar en comunidades y redes; conciencia intercultural

CREACIÓN DE CONTENIDOS

Crear y editar contenidos nuevos (textos, imágenes, videos), presentaciones, juegos, realizar producciones artísticas, contenidos multimedia y programación informática, saber aplicar los derechos de propiedad intelectual y las licencias de uso

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Tomar decisiones a la hora de elegir la herramienta digital adecuada, acorde a la finalidad o la necesidad, resolver problemas conceptuales a través de medios digitales, resolver problemas técnicos, uso creativo de la tecnología, actualizar la competencia propia y la de otros.

SEGURIDAD

Protección personal, protección de datos, protección de identidad digital, uso de seguridad, valoración de actitudes responsables.

Contenidos / criterios de evaluación secuenciados para evaluar la competencia digital

Áreas	1º y 2º de ESO	3º y 4º de ESO	Bachillerato
MANEJO DE LA INFORMACIÓN	Sabe buscar informaciones sencillas en internet y las almacena.	Realiza búsquedas complejas en internet, las guarda seleccionando las más adecuadas	Encuentra en Internet la información más relevante para sus fines, las guarda y la utiliza adecuadamente
COMUNICACIÓN	Usa el correo electrónico para enviar mensajes y la plataforma TEAMS para comunicarse y enviar archivos y tareas y es capaz de conectarse a las sesiones por videoconferencia	Usa diferentes maneras de comunicarse siendo capaz de enviar archivos, audios, vídeos. Maneja la plataforma Teams con soltura para videoconferencias, comunicaciones, envío de archivos.	Usa diferentes maneras de comunicarse, capaz de compartir archivos y trabajar colaborativamente utilizando el correo electrónico, Microsoft 365 y la plataforma Teams.
CREACIÓN DE CONTENIDOS	Maneja el procesador de texto de manera básica pero suficiente para producir textos bien presentados. Sabe grabar audios y/o vídeos. Crea presentaciones básicas. Generar archivos pdf con imágenes captadas con el teléfono.	Maneja el procesador de texto de manera media con textos que incluyen tablas de contenidos, saltos de sección. Es capaz de crear hojas de cálculo sencillas con sus gráficos. Sabe grabar audios y/o vídeos y editarlos de manera simple. Edita imágenes de manera básica Crea buenas presentaciones incluyendo diferentes elementos Generar archivos pdf con imágenes captadas con el teléfono	Maneja el procesador de texto de manera avanzada Es capaz de crear hojas de cálculo más avanzadas. Sabe grabar audios y/o vídeos y editarlos de manera más avanzada. Crea buenas presentaciones incluyendo diferentes elementos y con diferentes programas. Edita imágenes de un modo avanzado Generar archivos pdf con imágenes captadas con el teléfono
RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	Ser capaz identificar el problema que se les plantea Buscar los datos Uso de herramienta adecuada	Ser capaz identificar el problema que se les plantea Buscar los datos Uso de herramienta adecuada	Ser capaz identificar el problema que se les plantea Buscar los datos Uso de herramienta adecuada
SEGURIDAD	Sabe usar adecuadamente las contraseñas Usa las redes sociales protegiendo su identidad y sus datos Sabe generar copias de seguridad con ayuda de la nube Hace un uso responsable y cívico de las redes sociales entendiendo las consecuencias de sus acciones digitales	Sabe usar adecuadamente las contraseñas Usa las redes sociales protegiendo su identidad y sus datos. Sabe generar copias de seguridad con ayuda de la nube Hace un uso responsable y cívico de las redes sociales entendiendo las consecuencias de sus acciones digitales	Sabe usar adecuadamente las contraseñas Usa las redes sociales adecuadamente protegiendo su identidad y sus datos Sabe generar copias de seguridad con ayuda de la nube Hace un uso responsable y cívico de las redes sociales entendiendo las consecuencias de sus acciones digitales

PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA Y SUS INDICADORES DE LOGRO EN LOS CURSOS PARES.

Resultados académicos:

Trimestralmente se hará una valoración de los resultados obtenidos.

Anualmente se revisará la adecuación de toda la programación, observando qué contenidos han sido o no tratados suficientemente, y su relación con los resultados obtenidos por el alumnado.

Adecuación de los materiales y recursos didácticos:

Mensualmente se recogerán en el acta del departamento aquellos aspectos que hayan sido tratados relativos a los materiales y recursos, viendo aquellos aspectos positivos a mantener y los que se vea necesario mejorar.

Adecuación de la distribución de espacios y tiempos a los métodos didácticos y pedagógicos utilizados:

Mensualmente se recogerán en el acta del departamento aquellos aspectos que hayan sido tratados relativos a la distribución de espacios y tiempos en relación con los métodos didácticos, viendo aquellos aspectos positivos a mantener y los que se vea necesario mejorar.

Contribución de los métodos didácticos y pedagógicos a la mejora del clima de aula y de centro:

Los métodos didácticos y pedagógicos estarán en consonancia con los del centro en general, dando así una sensación de unidad. La educación física, por las características de la propia asignatura, ha de llevar a cabo una importante contribución a la mejora de la cohesión del grupo-clase, o al menos a la mejora de la convivencia que repercutirá sin duda en la mejora del clima del centro. Se recogerá mensualmente.

PLAN DE CONTINGENCIA

De acuerdo con el plan de Contingencia del centro, en aquellas situaciones que impidan el normal desarrollo de las clases, se dará prioridad a los contenidos mínimos del currículo, teniendo en cuenta las particularidades de la asignatura, que hace muy difícil impartir sus contenidos on-line.

Recursos didácticos digitales a utilizar serían básicamente vídeos, presentaciones, y aplicaciones (apps)

Decisiones metodológicas y didácticas: se podrá estar en contacto con el alumnado afectado a través de Teams. En caso necesario se establecerán sesiones de repaso, consulta y/o dudas, con los alumnos que hayan perdido clases y tengan que recuperar. Respecto a los instrumentos de evaluación, además de tener en cuenta la participación del alumnado a través de teams, se podrá considerar la realización de tareas o trabajos que ayuden al alumnado a superar las competencias no adquiridas durante su ausencia a clase presencial.

Los procedimientos e instrumentos de evaluación están recogidos y explicados en esta programación, y permiten determinar el nivel competencial alcanzado por el alumnado, siendo adecuados tanto para modalidades de enseñanza presencial como no presencial.

Actividades y recursos de atención a la diversidad de forma no presencial.

Atendiendo al caso concreto de cada alumno se aplicarán las medidas educativas teniendo en cuenta las adaptaciones no significativas que se ajusten a sus necesidades.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Deporte Escolar (Extraescolar)

Es intención del Departamento de Educación Física y del Centro el que los alumnos que, voluntariamente lo deseen, puedan participar en la actividad deportiva del "Deporte Escolar" organizado por el Ayuntamiento de Palencia, la Junta de Castilla y León, así como la Diputación Provincial.

Las modalidades ofertadas serán las de las convocatorias oficiales de estos organismos: balonmano, salvamento y socorrismo, ajedrez, atletismo, bádminton, campo a través, orientación, tenis de mesa u otras. Las categorías en las que nuestros alumnos participarán serán: infantil, cadete y juvenil. Todos los alumnos implicados en esta actividad deberán de desplazarse los días de competición (sábados por la mañana generalmente) a otros centros o instalaciones para llevar a cabo los encuentros. Estas actividades serán dirigidas por los organismos correspondientes. Las gestiones para inscribir a los jugadores se harán en parte desde el departamento a través de la aplicación DEBA de la Junta de Castilla y León

Actividades Complementarias

El Departamento contempla la realización de actividades que requieren salir del centro escolar. La forma de llevarlo a cabo dependerá de la evolución de los diferentes grupos planteando en un principio la posibilidad de realizar salidas en la propia ciudad y otras a la naturaleza o a instalaciones deportivas según cursos y según se detalla más adelante.

Estas actividades tienen un carácter formativo y se presentan para poder cubrir parte de los contenidos que no es posible realizar de forma correcta en la práctica habitual.

Para todas las actividades, los profesores responsables serán los que impartan clase al nivel al que va dirigida, junto con –si fuera necesario- otros profesores del departamento de educación física o del Ciclo formativo, o los tutores.

Una vez iniciado el curso escolar, cabe la posibilidad de acogernos a otras de las actividades extraescolares que oferten la Diputación Provincial y el Ayuntamiento de Palencia u otros organismos públicos para la comunidad escolar a lo largo del desarrollo del curso.

La concreción de estas, en función de las inscripciones de alumnos, se hará constar tanto en el libro de actas del Departamento como por escrito a la propia Dirección Provincial a través de los cauces correspondientes del centro.

ACTIVIDAD	2º	4º	TRIM.	Coste aprox
RUTA DE SENDERISMO AL NORTE DE PALENCIA	X		1º	15 euros
ACTIVIDAD EN EL MONTE EL VIEJO O EN LOS PARQUES con Asociación "La ruta natural"	X		1º o 3º	Gratuita
A.F. en el medio RURAL (Amayuelas u otro)				8 euros
ACTIVIDADES ACUÁTICAS EN LA PISCINA. Salvamento y Socorrismo		X	2º	3 euros
DÍA BLANCO		X	1º o 2º	50 euros a 60 Eur
Minicurso DE RECUPERACIÓN CARDIOPULMONAR / Primeros auxilios		X	2º ó 3º	Gratuita
VISITAS DE CLUBES DE PALENCIA CON EL FIN DE DIFUNDIR ALGÚN DEPORTE (tenis mesa, rugby...)	X	X	C	Gratuita
SALIDAS AL ENTORNO CERCANO, PARQUES Y ZONAS DEPORTIVO-RECREATIVAS DE LA CIUDAD (Ribera Sur, Isla dos Aguas, gimnasios, pádel...)	X	X	C	En función del lugar
JORNADA DE E.F. EN LA CALLE	X	X	2º	Gratuita/ 5 eur
ACTIVIDAD EN LA NATURALEZA POR DEFINIR (Piragüismo o multiaventura) Y/O VISITA A CENTRO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS.	X	X	C	En función del lugar
VISITA O PARTICIPACIÓN EN ALGUNA ACTIVIDAD DE EXPRESIÓN CORPORAL, MEDITACIÓN/RELAJACIÓN O FÍSICO – DEPORTIVA DE INTERÉS	X	X	C	En función del lugar